

Управление образования администрации Губкинского городского округа  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дворец детского (юношеского) творчества «Юный губкинец»  
города Губкина Белгородской области

Принята на заседании  
педагогического совета  
от 31 августа 2022 г.  
Протокол № 5

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУ ДО «Дворец детского  
(юношеского) творчества «Юный  
губкинец»

С.В. Козачок  
Приказ от 31 августа 2022 г. № 150



**Адаптированная дополнительная общеобразовательная  
(общеразвивающая) программа  
по хореографии  
«Танцевальная мозаика»**

Направленность: художественная  
Уровень: стартовый, базовый  
Возраст учащихся – 3-7 лет  
Срок реализации – 2 года

Автор-составитель:  
Сидельникова  
Алла Владимировна,  
Педагог дополнительного  
образования

Губкин, 2022

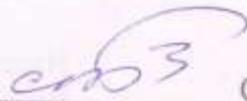
Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) адаптированная программа: «Танцевальная мозайка», стартового и базового уровня, художественной направленности.

Автор-составитель программы: Сидельникова Алла Владимировна, педагог дополнительного образования муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Дворец детского (юношеского) творчества «Юный губкинец» города Губкина Белгородской области

Год разработки дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы – 2018 год

Программа рассмотрена на заседании методического совета от 30 августа 2022 г., протокол № 4

Программа принята на заседании педагогического совета от 31 августа 2022г., протокол № 5

Председатель педагогического совета  С.В. Козачок

## Оглавление

### **Раздел 1: Комплекс основных характеристик образования.**

- 1.1 Пояснительная записка (*общая характеристика программы*).
- 1.1.1 Направленность образовательной программы.
- 1.1.2 Новизна программы.
- 1.1.3 Актуальность программы.
- 1.1.4 Педагогическая целесообразность.
- 1.1.5 Цель программы
- 1.1.6 Задачи программы
- 1.1.7 Отличительные особенности программы.
- 1.1.8 Принципы реализации программы.
- 1.1.9 Сроки реализации программы
- 1.1.10 Форма обучения и режим занятий.
- 1.1.11 Ожидаемые результаты и способы их проверки. Компетенции.
- 1.2 *Содержание программы:*
  - 1.2.1. Учебный план, учебно – тематический план (по годам обучения).
  - 1.2.2 Содержание учебно-тематического плана (программного материала по годам обучения).
  - 1.2.3 Календарный учебный график

### **Раздел 2: Комплекс организационно-педагогических условий.**

- 2.1. *Кадровые условия.*
- 2.2. *Материально-техническое обеспечение программы.*
- 2.3. *Учебно-методическое обеспечение:*
  - 2.3.1. Формы занятий.
  - 2.3.2. Дидактический материал.
  - 2.3.3. Педагогические технологии.
- 2.4. *Формы аттестации и оценочные материалы.*
- 2.5. *Список литературы.*
  - 2.5.1. Список литературы для педагога.
  - 2.5.2. Список литературы для учащихся и родителей.

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования**

### **1.1. Пояснительная записка**

**1.1.1. Направленность образовательной программы** дополнительного образования детей "Танцевальная мозаика" – **художественной направленности.**

I - «Стартовый уровень» - «Основы хореографии»

II - «Базовый уровень» - «Хореографическое искусство»

Программа 1-го уровня «Основы хореографии» рассчитана на 1 год обучения и предусматривают развитие физических данных и знакомство учащихся искусством хореографии, включает в себя следующие учебные предметы:

1. «Основы классического танца».
2. «Бальный танец».
3. «Партерная гимнастика»
4. «Народно-сценический танец».
5. «Беседы об искусстве»

На «Стартовый уровень» принимаются дети в возрасте 3--5 лет.

Программа 2-го уровня «Хореографическое искусство»

Предусматривает 1 годичное обучение и более глубокое изучения искусства танца, дальнейшее развитие физических данных и более серьёзную нагрузку на мышечный аппарат учащихся.

Включает в себя следующие учебные предметы:

1. «Классический танец».
2. «Народно-сценический танец».
3. «Подготовка концертных номеров»

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) адаптированная программа «Танцевальная мозаика» является частью образовательной системы Дворца детского творчества. Данная программа разработана с учетом комплексного развития личности учащихся на основе следующих документов:

Программа разработана на основе нормативно-правовых документов:

- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р);

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 г. Москва «Об утверждении Санитарных правил (СП 2.4. 3648-20) «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (вступили в действие с 1.01.2021 г.);

- Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые) Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09 – 3242;

- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196) (вступил в действие с 11.12.2018 г.);

- Типовой модели создания новых мест для дополнительного образования детей художественной направленности (разработанной ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» в рамках реализации мероприятий по созданию новых мест дополнительного образования детей в рамках Федерального Проекта «Успех каждого ребенка» Национального Проекта «Образование» (письмо ФГАУ «Фонд новых форм развития образования» № 100/2107-09 от 21 июня 2020 г.);

- Письма Министерства просвещения РФ от 7 мая 2020 г. № ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и

социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий»;

- Письма Министерства просвещения РФ от 25 января 2021 г. N ТВ-92/03 «О направлении рекомендаций»;

- Федерального государственного образовательного Стандарта, что позволяет строить обучение с учетом особенностей интеллектуального, психофизического развития, индивидуальных возможностей учащихся;

- Методических рекомендаций по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов с учетом их особых образовательных потребностей (Минобрнауки РФ) от 29 марта 2016 г. № ВК- 641/09;

- Образовательной программы образовательной организации и других нормативных документов.

Образовательная программа «Танцевальная мозаика» стартового и базового уровня художественной направленности.

За основу разработки данной программы была взята типовая программа Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях Л. Бондаренко (Приложение №2).

Приобщение к искусству хореографии включает ознакомление учащихся с классическим, народным, эстрадным и балетными танцами. С источником танцевальной культуры, самобытностью национальных танцев, связаны с жизненным укладом народов; с их красочными костюмами, образами народной поэзии, музыкально - ритмическим складом мелодий.

Танец -это совокупность выразительных и организованных движений, подчиненных общему ритму, воплощенному в завершенную художественную форму. Каждое хореографическое произведение требует от учащихся эмоциональности, мобилизации всех его физических и духовных сил.

**Особенность** хореография имеет большое значение для эстетического и физического воспитания детей. В процессе занятий дети приобретают хорошую осанку, пластичность движений, легко и красиво двигаются под музыку. Ритмические движения способствуют активному восприятию музыки, развивают координацию движений, внимание, память. В своей работе использую технологию дифференцированного обучения, целью которого является создание оптимальных условий для выявления задатков, развитие интересов и способности детей.

Систематичность, постепенность и последовательность- основные педагогические принципы в технологии занятий.

Система упражнений, выстроенная по принципу «от простого к сложному», помогает успешному выполнению программы.

Образное сравнение при объяснении движения помогает правильно его выполнять.

В годы дошкольного возраста закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется его личность. В настоящее время со стороны родителей и детей растёт спрос на образовательные услуги в области хореографии. Очень часто дети начинают заниматься ритмопластикой и хореографией уже в дошкольном возрасте, так как родители справедливо считают, что ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников.

**Программа является адаптированной для работы с детьми ограниченными возможностями здоровья и детьми – инвалидами (с нарушением зрения).**

Образовательная программа предоставляет возможности обучения детей с ограниченной возможностями танцевального искусства, дает возможность ввести детей 3–7-и лет в мир хореографии, с помощью игровых технологий познакомить с некоторыми хореографическими жанрами, видами

и стилями. Программа поможет дошкольникам творчески самовыразиться и проявить себя посредством пластики, ритмики и импровизации.

В процессе работы по программе «Танцевальная мозаика» и хореографического образования детей с ограниченными возможностями здоровья дошкольного возраста движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма. Немаловажным является также и лечебный эффект занятий, в результате которых создаётся мышечный корсет, исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие и т.д.

Занятия формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Прослушивание ритмичной танцевальной музыки развивают и внутренне обогащают, прививают умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром.

**1.1.2. Новизна образовательной программы** состоит в учете индивидуальных особенностей учащихся и корректировке в соответствии с возможностями и состоянием здоровья учащихся. Программа сочетает в себе различные стили танцевального искусства, которые позволяют ребенку с ограниченными возможностями здоровья развиваться в обозначенных данной программой направлениях хореографического творчества.

**1.1.3. Актуальность программы** заключается в создании условий для коррекции недостатков и обогащения запасов двигательных навыков детей, а также для целостного развития, укрепления и сохранения здоровья учащихся.

**1.1.4 Педагогическая целесообразность программы** заключена во взаимодействии обучения и развития эстетического воспитания с ритмической и физической нагрузкой, способной развитию творческой активности, самостоятельности и трудолюбию.

Программный материал **направлен** на развитие ребенка, приобщение его к здоровому образу жизни и дает возможность социализации.

**1.1.5. Цель** –приобщение детей с ограниченными возможностями здоровья к танцевальному искусству.

#### **1.1.6. Задачи программы:**

##### **Образовательные:**

- научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского – бального танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства;
- формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы;
- формировать пластику, культуру движения, их выразительность;
- научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;

##### **Развивающие:**

- развивать музыкальные и физические данных детей, образное мышление, фантазию и память;
- формировать творческую активность и интерес к танцевальному искусству;

##### **Воспитательные:**

- воспитать культуру поведения и общения, умение ребенка работать в коллективе;
- заложить основы становления эстетически развитой личности;
- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.
- воспитание эстетически – нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе и в паре.

##### **Оздоровительные:**

- способствовать укреплению здоровья учащихся;
- формировать красивую осанку, выразительность и пластику движений;

- способствовать формированию правильного свода стопы (профилактика плоскостопия).

**1.1.7. Отличительные особенности программы:** помимо основных задач обучения хореографии в учебном процессе решаются различные частные задачи, которые определяются особенностями танца, комплекса упражнений, уровнем подготовленности, необходимыми условиями.

#### **1.1.8. Принципы реализации программы**

**Принцип доступности и индивидуализации,** предусматривает учёт возрастных особенностей и возможностей ребёнка и в связи с этим – определение посильных для него заданий.

Оптимальная мера доступности определяется соответствием возрастных возможностей ребёнка степени сложности заданий. Доступность означает не отсутствие трудностей, а возможность их успешного преодоления путём физических и психических усилий занимающегося.

Одним из основных условий доступности является преемственность и постепенность усложнения заданий. Практически это достигается правильным распределением материала на занятиях. В связи с этим следует отметить целесообразность использования подготовительных, подводящих упражнений для усвоения многих двигательных навыков.

Индивидуализация подразумевает учёт индивидуальных особенностей ребёнка. У каждого имеются своеобразные функциональные возможности, поэтому по-разному протекает процесс усвоения движений, организм различно реагирует на физическую нагрузку. Задача состоит в том, чтобы улучшить врождённые способности, задатки ребенка.

#### **1.1.9. Сроки реализации программы**

Программа реализуется в течение 2 учебных лет.

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы 3–7 лет. Программа рассчитана на 2 года обучения по 72 часа. Прием детей осуществляется на основании письменного заявления родителей и медицинского заключения о состоянии здоровья ребенка. Допускается

возможность перевода учащегося на одной группы в другую в процессе обучения и по мере усвоения программного материала, так же усложнение или упрощение материала с индивидуальным подходом к каждому учащемуся, так же возможны смещение некоторых тем на другие этапы обучения.

#### **1.1.10. Форма обучения и режим занятий**

*Форма обучения* – очная (возможна при неблагоприятной санитарно-эпидемиологической обстановке в регионе - очно-заочная форма обучения с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения).

*Форма организации деятельности учащихся* – групповая, индивидуальная, парная.

Основная форма организации обучения – групповое занятие. Занятия проводятся в следующих формах:

1. Учебное тренировочное занятие с группой и индивидуально с учащимся;
2. Постановка и репетиция танцев;
3. Выступление на утренниках, концертах, конкурсах.

#### **Педагогические технологии:**

- Технология разно уровневое обучения;
- Игровые технологии;
- Здоровьесберегающие технологии (релаксация, изменение темпа ритма движений на разных этапах занятия, занятия босиком, проветривание, облегченная одежда, поэтапность)
- Коллективно-творческая деятельность.

Программа дополнительного образования по хореографии «Танцевальная мозаика» делится на 2 уровня. Для каждого предусмотрена своя возрастная категория:

**1 уровень «стартовый»** - 3- 5 лет «Основы хореографии»(1 год обучения);

**2 уровень «базовый»** - 6-7лет «Основы хореографии»(2 год обучения);

Набор детей в группы по данной программе – свободный.

Набор детей в группы по данной программе – свободный.

Зачисление в группы производится с обязательным условием – написание заявления родителями (законными представителями несовершеннолетних учащихся), подписание согласия на обработку персональных данных. Допуск к занятиям производится после предъявления медицинской справки об отсутствии противопоказаний для занятий хореографией. Занятия проводятся два раза в неделю, продолжительность занятий – 1 часа (первого, второго и третьего года обучения). Перевод на следующий год обучения осуществляет педагог после успешного освоения программы текущего года обучения.

Наполняемость групп обучения – для 1, 2 годов обучения (12 – 15 чел.) Программа вариативная при необходимости допускается корректировка содержания занятий, времени прохождения материала.

#### **1.1.11. Ожидаемые результаты и способы их проверки.**

##### **Компетенции.**

##### **I - «Стартовый уровень» - «Основы хореографии»**

**По окончании первого года обучения учащийся должен знать**

**Должен знать:**

- назначение хореографического зала, правила поведения в нем;
- основные танцевальные позиции ног и рук;
- понятия «Линия», «Колонна», «Диагональ», «Круг», «Ровная спина», «Вытянутая стопа», «Поклон», правую, левую сторону;
- правила техники безопасности при выполнении физических упражнений;
- изученные термины;
- виды танцевальных шагов.

**Должен уметь:**

- ориентироваться в пространстве (перестроения в рисунки, равнение, интервалы),

-ритмично двигаться, передавать хлопками и притопами ритмический рисунок;

-исполнять небольшие танцевальные комбинации под руководством педагога;

-самостоятельно начинать движения после вступления.

### **По окончании второго года учащийся**

#### **Должны знать:**

-основные упражнения классического танца (плие, релеве);

-назначение хореографического зала, правила поведения в нем;

-основные танцевальные позиции ног и рук;

-понятия «Линия», «Колонна», «Диагональ», «Круг», «Ровная спина», «Вытянутая стопа», «Поклон», правую, левую сторону;

-правила техники безопасности при выполнении физических упражнений;

-изученные термины;

-виды танцевальных шагов.

#### **Должен уметь:**

-самостоятельно выполнять выученные танцевальные комбинации на середине;

-исполнять сложные комбинации из шагов, бега, прыжков в различных ритмических рисунках и направлениях, сочетая их с движениями рук и головы;

-быстро ориентироваться в хореографическом зале, делать различные перестроения;

-самостоятельно исполнять не менее 2 концертных номеров;

-выделить синкопу(слабые и сильные доли), передать хлопками ритмический рисунок;

-уметь создать образ на заданную музыку, придумать движения под свой образ.

По итогам освоения программы дети могут продемонстрировать владение следующими **компетенциями:**

**Коммуникативная компетенция** – умение слышать, слушать и понимать, планировать и согласованно выполнять совместную деятельность, распределять роли, взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться, правильно выражать свои мысли, оказывать поддержку друг другу и эффективно сотрудничать как с педагогом, так и со сверстниками. Способность работы в группах в постановочном процессе (в постановке танцев).

**Компетенция личностного самосовершенствования** – развитие творческих проявлений в движениях под музыку, способность к постановке музыкально-двигательной импровизации в сюжетно-игровых композициях, этюдах, сюжетных танцах. Личностные действия позволяют сориентироваться в нравственных нормах и правилах, выработать свою жизненную позицию в отношении мира.

**Познавательная компетенция** – готовность к преодолению трудностей, навыкам коррекции физических недостатков (координация движений, сутулость, выворотность ног); умение рефлексировать в конце занятия при помощи специальных упражнений.

**Регулятивная компетенция** – обеспечивает возможность управления учебной деятельностью посредством приобщения детей к танцевальному искусству, для целостного развития, укрепления и сохранения их здоровья.

### **Прогнозируемый результат**

Программный материал дает возможность осваивать сюжетно- тематические произведения и привлекать высокохудожественную музыку- классическую, современную, народную. В процессе постановочной работы, репетиций, дети приучаются к сотворчеству, у них развиваются:

- художественное воображение;
- ассоциативная память.

В ходе постановочной работы, на репетициях учащиеся осваивают музыкально - танцевальную природу, развивается творческая инициатива

детей, внимание, воображение, умение передать музыку и содержание образа движением, а также на актерские способности.

В течение периода обучения по программе, учащиеся имеют возможность участия в концертной деятельности коллектива и учреждения

#### Формы подведения итогов реализации программы

Учащиеся в течение 2-х лет обучения участвуют в праздниках и конкурсных программах, концертной деятельности, конкурсах и фестивалях различного уровня.

За два года реализации программы, можно будет сделать первоначальный вывод о её эффективности: гармоничность телосложения, улучшение физического здоровья, обогащение двигательным, эстетическим, эмоциональным, танцевальным, волевым опытом, раскрытие творческих способностей детей.

Таким образом, можно сделать вывод, что целенаправленная организация образовательной работы по программе является необходимым фактором воспитательных возможностей в системе дополнительного образования, обладает огромными возможностями для эстетического совершенствования ребенка, его гармоничного духовного и физического развития.

### **1.2. Содержание программы:**

#### **1.2.1. Учебный план, учебно – тематический план (по годам обучения).**

№ п/п	Разделы программы	Годы обучения		Формы аттестации / контроля
		1 год	2 год	
1.	Введение в программу	1	-	-
2.	Вводное занятие	-	1	-
3.	Ритмические упражнения	6	6	-
4.	Партерная гимнастика	3	3	-

<b>5.</b>	Упражнения на ориентировку в пространстве	3	3	
<b>6.</b>	Классический танец	4	4	-
<b>7.</b>	Народный танец	4	4	-
<b>8.</b>	Танцевальная игра	6	6	
<b>9.</b>	Танец	30	30	Выступление на утренниках, конкурсах
<b>10.</b>	Творческая деятельность	12	12	
<b>11.</b>	Диагностика	2	2	Визуальная, в форме выступления
<b>12.</b>	Итоговое занятие	1	1	Участие в концерте
<b>13.</b>	<b>Всего часов:</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	

## 1.2. Содержание программы:

### 1.2.1. Учебно-тематический план

#### I - «Стартовый уровень» - «Основы хореографии»

№ п/п	Тема	Общее кол-во	В том числе	
			Теория	Практика
1	Введение в программу. Техника безопасности	2	1	1
1.1.	Упражнения на ориентировку в пространстве	4	1	3
2.	Партерная гимнастика	3	1	2
2.1	Ритмические упражнения	12	2	10
2.2	Классический танец	12	2	10
2.3	Народный танец	12	2	10
2.4	Танцевальная игра	5	-	5
2.5	Творческая деятельность	10	-	10
2.6	Танец	10	-	10
3	Промежуточная аттестация	1	-	1
3.1	Итоговое занятие	1	-	1
Итого		72	9	63

## Содержание программного материала первого года обучения

### I - «Стартовый уровень» - «Основы хореографии»

**Теория:** Введение в программу. Техника безопасности.

Теория: ТБ на занятиях ритмопластикой. Знакомство детей с целью и задачами на учебный год

#### 1. Партерная гимнастика:

**Теория:**

1. Слушание музыки, определение ее темпа, характера, настроения  
2. Изучение музыкального размера 2\4, выделение сильной доли

**Практика:**

- упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп;
- упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага;
- упражнения для улучшения гибкости позвоночника;
- упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;

#### 2. Упражнения на ориентировку в пространстве:

**Теория:** Хлопки выполнить под музыку

**Практика:**

- игра «Найди свое место»;
- простейшие построения: линия колонка;
- простейшие перестроения: круг;
- сужение круга, расширение круга;
- интервал;
- различие правой, левой руки, ноги, плеча;
- повороты вправо, влево;
- пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7);
- движение по линии танца, против линии танца.

#### 3. Ритмические упражнения:

**Теория:**

Научить детей двигаться в соответствии с различным характером музыки, ходить и бегать ритмично, ходить спокойным шагом, бодрым шагом и с высоким подъемом ног, скакать с ноги на ногу, выполнять различные виды галопа, прыжки

### **Практика:**

- повороты головы направо, налево;
- наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, круговое движение головой, «Уточка»;
- наклоны корпуса назад, вперед, в сторону;
- движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Паровозик», «Незнайка»;
- повороты плеч, выводя правое или левое плечо вперед;
- повороты плеч с одновременным полуприседанием;
- движения руками: руки свободно опущены в низ, подняты вперед, руки в стороны, руки вверх;
- «Качели» (плавный перекат с полупальцев на пятки);
- чередование шагов на полупальцах и пяточках;
- прыжки поочередно на правой и левой ноге;
- простой бег (ноги забрасываются назад);
- «Цапельки» (шаги с высоким подниманием бедра);
- «Лошадки» (бег с высоким подниманием бедра);
- «Ножницы» (легкий бег с поочередным выносом прямых ног вперед);
- прыжки (из 1 прямой во вторую прямую) с работой рук и без;
  - бег на месте и с продвижением вперед и назад.

## **4. Классический танец:**

### **Теория:**

Элементарные сведения о классическом танце как азбука танца.

### **Практика:**

#### **1. Упражнения на ориентировку в пространстве:**

- положение прямо (анфас), полуоборот, профиль;

- свободное размещение по залу, пары, тройки;
- квадрат А.Я.Вагановой.

## **2. Положения и движения рук:**

- перевод рук из одного положения в другое.

## **3. Положения и движения ног:**

- позиции ног (выворотные);
- шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад;
- танцевальный шаг назад в медленном темпе;
- шаги с высоким подниманием ноги, согнутой в колени вперед и на полупальцах (вперед, назад).
- *relleve* по 1,2,3 позициям (муз.раз. 1/2, 1/4, 1/8);
- *demi-plie* по 1,2,3 поз.;
- *demi-plie* с одновременной работой рук;
- сочетание полуприседания и подъема на полупальцы;
- *sotte* по 1,2,6 поз.;
- *sotte* в повороте (по точкам зала).

## **Народный танец:**

### **Теория:**

Ознакомление с музыкой и танцами народов своей национальности, с русским танцем.

### **Практика:**

#### **1. Положения и движения рук:**

- положение на поясе – кулачком;
- смена ладошки на кулачок;
- переводы рук из одного положения в другое (в характере рус. танца);
- хлопки в ладоши – двойные, тройные;
- руки перед грудью – «полочка»;

- «приглашение».

### **Положение рук в паре:**

- «лодочка» (поворот по руку);
- «под ручки» (лицом вперед);
- «под ручки» (лицом друг к другу);
- сзади за талию ( по парам, по тройкам).

### **2. Движения ног:**

- шаг с каблука в народном характере;
- простой шаг с притопом;
- простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта);
- простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременным открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию);
- *battement tendu* вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной поз., в сочетании с *demi-plie*;
- *battement tendu* вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной поз., в сочетании с притопом;
- притоп простой, двойной, тройной;
- простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу;
- простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад;

- простой дробный ход (с работой рук и без);
- танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга);
- простой бытовой шаг по парам под ручку вперед , назад;
- простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под руку противоположными руками;
- танцевальный шаг по парам, тройками (положение рук сзади за талию);
- прыжки с поджатыми ногами;
- «шаркающий шаг»;
- «елочка»;
- «гармошка»;
- поклон на месте с руками;
- поклон с продвижением вперед и отходом назад;
- боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции;
- «ковырялочка» с двойным и тройным притопом;
- «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции.

(мальчики)

- подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции);
- подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция).

(девочки)

- простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию ( вверху, между 2 и 3 позициями)
- маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка»;
- бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка»;

### **5.Танцевальная игра:**

#### **Теория:**

Игра для развития чувства ритма. Игра для творчества.

#### **Практика:**

- «Прогулка»
- «Индеец»
- Рулате,рула»
- Услышь меня

### **6.Творческая деятельность**

#### **Теория:**

-Ознакомить детей с различными этюдами, научить импровизации

#### **Практика:**

- Постановка этюдов
- Отработка различных этюдов и связок в паре, сольно, в группах; научить детей импровизации.

### **7.Диагностика**

#### **Практика:**

- Проверка знаний и умений

### **8.Итоговое занятие**

#### **Практика:**

- Показ изученных танцев

#### **Танец**

#### **Практика:**

-Изучение танцевальных этюдов

-Ознакомить и изучить детей с эстрадным танцем

**Учебно-тематический план 2 года обучения**  
**I - «Стартовый уровень» - «Основы хореографии»**

№ п/п	Тема	Общее кол-во	В том числе	
			Теория	Практика
1	Вводное занятие. Техника безопасности	2	1	1
1.1.	Ритмические упражнения	4	1	3
2.	Партерная гимнастика	5	1	4
2.1	Классический танец	10	2	8
2.2	Народный танец	20	5	15
2.3	Репетиционная- постановочная работа	20	-	20
2.4	Танцевальная игра	10	-	10
3.	Промежуточная и итоговая аттестация	2	1	1
3.1	Итоговое занятие	2	1	1
Итого		72	22	50

## Содержание программного материала 2года обучения

### Раздел 1.Вводное занятие.

#### Раздел 1.1 Техника безопасности.

Теория: ТБ на занятиях ритмопластикой. Знакомство детей с целью и задачами на учебный год

#### Партерная гимнастика:

##### Теория:

Тактирование и выделение сильной доли.

##### Практика:

- упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава;
- упражнения для исправления осанки;
- упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.

#### 2.Ритмические упражнения

Теория: Элементы музыкальной грамоты. Характер музыки - веселая, грустная, спокойная; темпе - медленный, умеренный, быстрый.

##### Практика:

- повороты головы направо, налево;
- наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, круговое движение головой, «Уточка»;
- наклоны корпуса назад, вперед, в сторону;

- движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Паровозик», «Незнайка»;
- повороты плеч, выводя правое или левое плечо вперед;
- повороты плеч с одновременным полуприседанием;
- движения руками: руки свободно опущены в низ, подняты вперед, руки в стороны, руки вверх;
- «Качели» (плавный перекат с полупальцев на пятки);
- чередование шагов на полупальцах и пяточках;
- прыжки поочередно на правой и левой ноге;
- простой бег (ноги забрасываются назад);
- «Цапельки» (шаги с высоким подниманием бедра);
- «Лошадки» (бег с высоким подниманием бедра);
- «Ножницы» (легкий бег с поочередным выносом прямых ног вперед);
- прыжки (из 1 прямой во вторую прямую) с работой рук и без;
- бег на месте и с продвижением вперед и назад.

### **3.Классический танец:**

#### **Теория:**

правила постановки корпуса, рук, ног, головы.

#### **Практика:**

##### **1. Повтор 2 года обучения.**

##### **2. Движения рук:**

- port de bras.

##### **3. Движения рук:**

-demi-plie ;

- battementtendu;
- passé;
- relleve.

#### **4. Танцевальные комбинации.танец:**

##### **4. Народный танец:**

##### **Теория:**

Особенности перестроений и рисунков русских хороводов. Ходы русского танца.

##### **Практика:**

##### **1. Положения и движения рук:**

- переводы рук из одного положения в другое;
- скользящий хлопок в ладоши, «тарелочки»;
- скользящий хлопок по бедру по голени (мальчики);
- взмахи платочком (девочки).

##### **2. Движения ног:**

- поклон в русском характере;
- кадильный шаг с каблука;
- шаркающий шаг (каблуком, полупальцами по полу);
- пружинящий шаг;
- хороводный шаг;
- хороводный шаг с остановкой ноги сзади;
- хороводный шаг с выносом ноги вперед на носок;
- переменный ход вперед, назад;
- «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук);

- ковырялочка с подскоком;
- боковое «припадание» по 3 поз.;
- «припадание» в повороте;
- перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте и с продвижением в сторону;
- поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука (на месте или с отходом назад);
- подготовка к «веревочке»;
- «веревочка»;
- прыжок с поджатыми;

(девочки):

- вращение на полупальцах;

(мальчики):

- присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком, руки перед грудью «полочка»);
- присядка по 6 поз. с выносом ноги вперед на всю стопу;
- присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги на носок или каблук;
- скользящий хлопок по бедру, по голени;
- одинарные удары по внешней и внутренней стороне голени с продвижением вперед и назад;
- «гусиный шаг».

**. Движения в паре:**

- соскок на две ноги лицом друг к другу;
- пружинящий шаг под ручку ( в повороте).

**5. Упражнения на ориентировку в пространстве:**

- «воротца»;

- «карусель».

### **Танцевальные комбинации.**

#### **Танцевальная игра:**

##### **Теория:**

Игра для развития чувства ритма. Игра для творчества.

##### **Практика:**

- Аист»

«Вопрос-ответ»

-«Ритм-загадка»

-Море волнуется»

### **6.Творческая деятельность**

##### **Теория:**

Ознакомить детей с игровыми этюдами.

##### **Практика:**

-Работа над этюдов

### **7.Диагностика**

##### **Практика:**

-Проверка знаний и умений

### **8..Итоговое занятие**

##### **Практика:**

-Показ изученных танцев

### **9..Танец**

##### **Теория:**

-Ознакомить детей с массовым танцем

##### **Практика:**

-Изучение танцевальных этюдов

-Ознакомить и изучить детей с эстрадным танцем

-Разучивание основных движений массового танца Положение рук, ног, корпуса.

### 1.2.3. Календарный учебный график.

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения	сентябрь	май	18	36	72	2 раза в неделю по 1 часу
2 год обучения	сентябрь	май	18	36	72	2 раза в неделю по

• Календарный учебный график первого года обучения (стартовый уровень)

№ п/ п	Календарные сроки		Название вида деятельности (тема занятия)	Кол-во часов	Содержание деятельности		Время проведения	Место проведения
	Предполагаемые	Фактические			Сентябрь			
					Форма занятия.	Форма контроля/ аттестации		
1			Введение в программу	1	Учебное занятие	Беседа		Д/с №21 музыкальный зал
2			Ритмические упражнения Приветствие «Поклон», понятие «право» и «лево».	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
3			Партерная гимнастика Постановка корпуса, рук.	1	Учебное занятие	Практический показ		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Д/с №21</li> <li>• музыкальный зал</li> </ul>
4			Азбука Музыкального движения Движения по кругу: легкий шаг с носочка, с пяточки	1	Репетиционное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал

<b>5</b>		Элементы классического танца Постановка корпуса, рук (классика)	1	Учебное занятие	Анализ выполнения упражнений		Д/с №21 музыкальный зал
<b>6</b>		Элементы народного танца Движения по кругу: марш, бег «ноги назад», подскоки	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал

7			Элементы современного танца Движения по кругу: легкий шаг с носочка, с пяточки.	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
8			Боковой голоп, переменный шаг, цапля.	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
9			Понятие «право» и «лево». Движение головы: повороты, наклоны.	1	Учебное занятие	Тестирование		Д/с №21 музыкальный зал
10			Движения по кругу: марш, бег «ноги назад», подскоки.	1	Учебное занятие	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал
11			Изучение положения рук (классика)	1	Занятие игра	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
12			Боковой голоп, переменный шаг.	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
13			Хлопки над головой, сбоку, сзади. Повороты вокруг себя	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
14			Постановочная работа. Комбинация «носик-пятка»	1	Репетиционное занятие	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал

<b>15</b>			Приставной шаг с plie. Plie по 6 позиции 1	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>16</b>			Приставной шаг с plie. Plie по 6 позиции 1	1	Учебное занятие	Контроль за выполнением упражнений		Д/с №21 музыкальный зал
<b>17</b>			Постановочная работа. Комбинация	1	Репетиционно е занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>18</b>			Подскоки на месте и в продвижении,	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>19</b>			Экзерсис на середине зала: диафрагма, повороты головы, плечи.	1	Занятие игра	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал
<b>20</b>			Изучение позиции ног: 6 (классика)	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>21</b>			Изучения положения рук (классика)	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>22</b>			Вынос ноги на каблук в сторону. Притопы	1	Учебное занятие	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал

<b>23</b>			Бег, марш, прыжки по точкам.	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>24</b>			Деление зала по точкам, перестроение в колонну	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>25</b>			Постановочная работа. Комбинация	1	Репетиционно е занятие	Контроль за выполнением упражнений		Д/с №21 музыкальный зал
<b>26</b>			Приставной шаг, прыжки по 6 позиции	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>27</b>			Подскоки на месте, по точкам, в продвижении.	1	Занятие игра	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>28</b>			Подскоки на месте, по точкам, в продвижении	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>29</b>			Portdebras с вытянутыми руками	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>30</b>			Постановочная работа. Комбинация	1	Репетиционно е занятие	Практически й показ		Д/с №21 музыкальный зал

<b>31</b>			Постановочная работа. Комбинация	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>32</b>			Plie по 6 позиции. Изучение 1 позиции.	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>33</b>			Battementtendu по 6 позиции вперед, в сторону, назад.	1	Учебное занятие	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал
<b>34</b>			Экзерсис насередин зала: диафрагма, повороты голов, плечи.	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>35</b>			Постановочная работа. Комбинация	1	Репетиционное занятие	Контроль за выполнением упражнений		Д/с №21 музыкальный зал
<b>36</b>			Постановочная работа. Комбинация	1	Репетиционное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>37</b>			Постановочная работа. Комбинация	1	Репетиционное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>38</b>			Постановочная работа. Комбинация	1	Репетиционное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал

39			Постановочная работа. Комбинац	1	Репетиционно е занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
40			Ритмические упражнения	1	Учебное занятие	Контроль за выполнением упражнений		Д/с №21 музыкальный зал
41			Партерная гимнастика	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
42			Азбука музыкального движения	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
43			Элементы классического танца Plié по 6 позиции. Изучение 1 позиции.	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
44			Элементы народного танца	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
45			Элементы современного танца	1	Репетиционно е занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
47			Portdebras с вытянутыми руками	1	Учебное занятие	Контроль за выполнением упражнений		Д/с №21 музыкальный зал

<b>48</b>			Battementtendu по 6 позиции вперед, в сторону, назад	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>49</b>			Постановочная работа. Комбинация	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>50</b>			Постановочная работа. Комбинация	1	Репетиционно е занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>51</b>			Постановочная работа. Комбинация	1	Репетиционно е занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>52</b>			Постановочная работа. Комбинация	1	Репетиционно е занятие	Контроль за выполнением упражнений		Д/с №21 музыкальный зал
<b>53</b>			Постановочная работа. Комбинация	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>54</b>			Постановочная работа. Комбинация	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>55</b>			Ритмические упражнения	1	Занятие игра	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>56</b>			Партерная гимнастика	1	Учебное занятие	Практически й показ		Д/с №21 музыкальный зал

<b>57</b>			Азбука музыкального движения	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>58</b>			Plie по 6 позиции. Изучение 1 позиции.	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>59</b>			Battementtendu по 6 позиции вперед, в сторону, назад	1	Занятие игра	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>60</b>			Позиции рук 1,2,3 . подготовительное положение.	1	Учебное занятие	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал
<b>61</b>			Позиция ног 1,3,6	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>62</b>			Постановочная работа. Комбинация	1	Репетиционное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>63</b>			Постановочная работа. Комбинация	1	Репетиционное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>64</b>			Партерная гимнастика	1	Учебное занятие	Контроль за выполнением упражнений		Д/с №21 музыкальный зал
<b>65</b>			Постановочная работа	1	Репетиционное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал

66			Постановочная работа	1	Репетиционное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
67			Постановочная работа	1	Репетиционное занятие	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал
68			Ритмические упражнения	1	Занятие игра	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
69			Постановочная работа	1	Репетиционное занятие	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал
70			Постановочная работа	1	Репетиционное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
71			Постановочная работа	1	Репетиционное занятие	Тестирование		Д/с №21 музыкальный зал
72			Итоговое занятие	1	Учебное занятие	Контроль за выполнением упражнений		Д/с №21 музыкальный зал

•  
• **1.2.3. Календарный учебный график.**

• **Календарный учебный график второго года обучения (стартовый уровень)**

№ п/	Календарные сроки	Название вида	Кол-во часов	Содержание деятельности	Время проведения	
				Сентябрь		

п			деятельност и (тема занятия)		Форма занятия.	Форма контроля/ аттестации	я	
	Предп лагае мые	Факти ческие						
1			Вводное занятие	1	Беседа	Анкетирование		Д/с №21 музыкальный зал
2			Portdebras№ 1	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
3			Позиций ног – 5,4	1	Учебное занятие	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал
4			Grand-plie	1	Учебное занятие	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал
5			Battementten du	1	Учебное занятие	Контроль за выполнением упражнений		Д/с №21 музыкальный зал
6			Allegro-Sauté	1	Учебное занятие	Контроль за выполнением упражнений		Д/с №21 музыкальный зал

7			Allegro-Sissonnesimpl e	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
8			«Танцевальн ая импровизаци я» танцевальны е этюды	1	Занятие игра	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал
9			«Причудлив ый узор» рисунок танца	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
10			Партерная гимнастика  «Изящная осанка»	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
11			Партерная гимнастика  Формируем «птичку»	1	Учебное занятие	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал
12			Партерная гимнастика «Формируем ножку»	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал

<b>13</b>			Ритмические упражнения «Дивная пластика»	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>14</b>			Ритмические упражнения «Гимнастические растяжки»	1	Занятие игра	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>15</b>			Ритмические упражнения «Координация и апломб»	1	Учебное занятие	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал
<b>16</b>			Акробатика Супер стойки	1	Репетиционное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>17</b>			Акробатика «Чудо-складки»	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>18</b>			Акробатика «Колесо»	1	Репетиционное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал

19		Акробатика «Кувырок раз, кувырок два»	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
20		Просмотр фильма «История танцев. XIX век. Танцы старого света»	1	Учебное занятие	Просмотр		Д/с №21 музыкальный зал
21		Классически й танец Что такое «Экзерсис»	1	Учебное занятие	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал
22		Классически й танец  Preparation	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
23		Классически й танец  Surlecou-de- pied	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
24		Классически й танец Battement	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал

			tendujete					
<b>25</b>			Классический танец Grand battement jete	1	Учебное занятие	Контроль за выполнением упражнений		Д/с №21 музыкальный зал
<b>26</b>			Классический танец Relevelent	1	Репетиционное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>27</b>			Классический танец Allegro - Jete	1	Учебное занятие	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал
<b>28</b>			Классический танец Allegro - Echarpe	1	Учебное занятие	Контроль за выполнением упражнений		Д/с №21 музыкальный зал
<b>29</b>			Пляс, перепляс	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>30</b>			Кадриль	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал

<b>31</b>			«Ах эта импровизация» танцевальные этюды	1	Занятие игра	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал
<b>32</b>			«Танцевальный орнамент» рисунок танца	1	Репетиционное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>33</b>			Вальс	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>34</b>			Пластические комбинации	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>35</b>			Динамические растяжки	1	Учебное занятие	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал
<b>36</b>			Акробатические зарисовки	1	Занятие игра	Контроль за выполнением упражнений		Д/с №21 музыкальный зал
<b>37</b>			На арене цирка	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал

38			Репетиционная работа	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
39			Постановочная работа. Комбинация	1	Репетиционное занятие	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал
40			Постановочная работа. Комбинация	1	Учебное занятие	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал
41			Постановочная работа. Комбинация	1	Репетиционное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
42			Постановочная работа. Комбинация	1	Репетиционное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
43			Работа хореографических движений на основе выученного номера .	1	Занятие игра	Контроль за выполнением упражнений		Д/с №21 музыкальный зал
44			Работа над образом, показывать танцевальные образы под выбранную	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал

			музыку, умение перевоплоти ться.					
<b>45</b>			Комбинации прыжков на одной ноге.	1	Учебное занятие	Наблюдение		
<b>46</b>			Экзерсис на середине зала. Позиции ног (1,2,3,5,6).	1	Учебное занятие	Анализ выполнения упражнений		Д/с №21 музыкальный зал
<b>47</b>			Работа над образом, показывать танцевальные образы под выбранную музыку, умение перевоплотиться.	1	Занятие игра	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>48</b>			Работа над образом, показывать	1	Репетиционное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал

			танцевальные образы под выбранную музыку, умение перевоплотиться					
<b>49</b>			Экзерсис на середине зала. 1 pordebra.	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>50</b>			Экзерсис на середине зала Releve( в 1,2,5 позициях).	1	Учебное занятие	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал
<b>51</b>			Комбинации grand-plie в 1,2,5 позициях.	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>52</b>			Перегибание корпуса назад и в сторону	1	Учебное занятие	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал

			(лицом к станку).					
53			Прыжки на одной ноге.	1	Репетиционное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
54			Понятие направлений <i>andehoretand edan</i> .	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
55			<i>rond de jambe par terre an dehor et an dedan</i> .	1	Учебное занятие	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал
56			Постановочная работа	1	Репетиционное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
57			Постановочная работа	1	Репетиционное занятие	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал
58			Постановочная работа	1	Репетиционное занятие	Анализ выполнения упражнений		Д/с №21 музыкальный зал
59			Постановочная работа	1	Учебное занятие	Контроль за выполнением упражнений		Д/с №21 музыкальный зал

<b>60</b>			Постановочная работа	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>61</b>			Работа над образом, показывать танцевальные образы под выбранную музыку, умение перевоплотиться	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
<b>62</b>			Репетиция танцевальной композиции	1	Учебное занятие	Контроль за выполнением упражнений		Д/с №21 музыкальный зал
<b>63</b>			Работа над образом, показывать танцевальные образы под выбранную музыку, умение перевоплотиться	1	Репетиционное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал

64			Работа над образом, показывать танцевальные образы под выбранную музыку, умение перевоплотиться	1	Занятие игра	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
65			Работа хореографических движений на основе выученного номера .	1	Учебное занятие	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал
66			Работа хореографических движений на основе выученного номера .	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал
67			Работа над образом, показывать танцевальные	1	Учебное занятие	Наблюдение		Д/с №21 музыкальный зал

			е образы под выбранную музыку, умение перевоплотиться					
<b>68</b>			Работа над образом, показывать танцевальные образы под выбранную музыку, умение перевоплотиться	1	Учебное занятие	Контроль за выполнением упражнений		Д/с №21 музыкальный зал
<b>69</b>			Постановочная работа. Комбинация	1	Репетиционное занятие	Контроль за выполнением упражнений		Д/с №21 музыкальный зал
<b>70</b>			Постановочная работа. Комбинация	1	Репетиционное занятие	Практический показ		Д/с №21 музыкальный зал
<b>71</b>			Тема: «Промежуточная аттестация»	1	Учебное занятие	Тестирование		Д/с №21 музыкальный зал

•

## **2. Комплекс организационно – педагогических условий**

### **2.1. Кадровые условия:**

Реализация дополнительной общеобразовательной программы осуществляется педагогом дополнительного образования Сидельникова Алла Владимировна. Общая характеристика: среднее профессиональное педагогический колледж. 18 лет

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

Оборудование:

1. Оборудованный зал;
2. Коврики на каждого учащегося;
3. Музыкальные диски – 6 штук;
4. Стульчики – 20 штук;
5. Флеш-накопитель с записями музыкального сопровождения - 2 штук;
6. Технические средства обучения: звуко - техническая аппаратура, магнитофон.- 1 шт.

В зале должны быть: зеркала, ковёр, аудио и видеоаппаратура.

Наличие у детей специальной формы для занятий (у мальчиков шорты и футболка, у девочек лосины или купальник для занятий).

### **2.3. Учебно-методическое обеспечение:**

Формы и методы обучения отражают цель, задачи содержание данной программы.

Дополнительными формами являются:

- практические занятия проводятся в музыкальном зале;
- используется наглядная форма работы, показ педагогам физических упражнений, подражания, имитация известными детям движений в игровой форме;
- используется индивидуальный подход к детям с учётом особенностей возраста, психомоторного развития, индивидуальных показаний здоровья;
- показ упражнений условными жестами, мимикой, словесные указания;

- «Провокации», т. е. специальные ошибки педагога при показе с целью активизации внимания детей, чтобы они заметили и исправили ошибку;
- слушание музыки и беседы о ней, словесные описания музыкальных образов;
- подбор сказок помогающих интерпретировать музыкальный образ;
- пластические импровизации детей, «пробы» без показа педагога;
- показ вариантов движений педагогом – детям предлагается выбрать наиболее удачный;
- показ педагогом даётся в «зеркальном» отражении, поскольку дети повторяют все движения автоматически;
- использование интенсивных методов обучения – выполнение большого объёма двигательных упражнений на занятиях, а также подбор материала, позволяющего решать большой круг разнообразных задач развития ребёнка;
- проведение мышечной и эмоциональной релаксации под соответствующую музыку.

### **Методические рекомендации**

Дети дошкольного возраста отличаются, большой подвижностью, неустойчивостью внимания, неумением долго сосредотачиваться на одном задании. Поэтому следует ограничиваться небольшим количеством самых необходимых подготовительных упражнений, имеющих цель: сохранение правильной осанки, ознакомление с основными положениями ног и рук, развитие первоначальных танцевальных навыков.

Дети должны усвоить правильную постановку корпуса (при этом нужно обратить внимание на природные особенности сложения), укрепить и развить мышечный аппарат (особенно поясницы, брюшного пресса), укрепить глубокие мышцы спины (передних связок грудного отдела позвоночника), научиться ориентироваться в пространстве, развить прыгучесть, чувство ритма, уметь отражать в движениях характер музыки.

Однако необходимо отметить, что выразительность исполнения результат не механического “натаскивания”, а систематической работы, когда педагог от более простых заданий, связанных с передачей характера музыки в ритмических упражнениях и музыкальных играх, постепенно переходит к более сложным, связанным с передачей стиля, манеры, характера танца.

### **Методы и приёмы:**

- **Метод показа.** Используется при изучении новых этюдов и танцевальных композиций. Педагог показывает движения детям. В начале педагог выполняет упражнения вместе с детьми, в последствии дети выполняют их самостоятельно.

- **Словесный метод.** Наглядный показ не может обойтись без словесных пояснений. Это служит соединительным звеном между движением и музыкой.

- **Игровой метод.** Является ведущим методом обучения дошкольников. Суть игрового метода в том, что педагог подбирает для детей такую игру, которая отвечает задачам и содержанию занятия.

- **Импровизационный метод.** Позволяет подводить детей к возможности свободного, непринужденного движения, такого, как подсказывает музыка. Он позволяет детям раскрепоститься, обрести внутреннюю и внешнюю свободу и уверенность.

- **Метод релаксации.** Позволяет ребенку расслабить мышцы лица, тела, освободиться от негативных эмоций, зарядиться положительной энергией.

- **Концентрический метод** заключается в том, что педагог по мере усвоения детьми определенных заданий, танцевальных композиций вновь возвращается к пройденному, но с усложнением.

Педагог должен проявлять определенную гибкость в подходе к каждой конкретной группе учащихся, творчески решать вопросы, которые ставит перед ним учебный процесс, учитывая при этом состав группы, физические данные и возможности учащихся.

Занятия ритмикой проходят под музыку. Поклон, разминка, изучение нового материала, повторение ранее изученного – всё это сопровождается разнообразным музыкальным материалом.

### **2.3.1. Формы занятий:**

В программе «Танцевальная мозаика» используются приоритетные **формы занятий:**

- учебное занятие;
- интегрированное занятие;
- беседа;
- игра;
- экскурсия;
- занятие-путешествие;
- тематическое занятие;
- занятие-праздник;
- концерт;
- конкурс.

### **Педагогические технологии:**

1. Технология разноуровневого обучения;
2. Коррекционно - развивающие технологии;
3. Игровые технологии;
4. Информационно-коммуникационные технологии, дистанционные;

5. Здоровьесберегающие технологии (релаксация, изменение темпа ритма движений на разных этапах занятия, занятия босиком, проветривание, облегченная одежда, поэтапность)

6. Коллективно-творческая деятельность.

## **ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ НА ЗАНЯТИИ**

I часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.

II часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. По длительности – 2/3 общего времени занятия.

III часть включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2–3 минуты.

Занятия проводятся в игровой форме.

### **2.3.2. Дидактический материал:**

- Компакт –диски с музыкальными произведениями к сказкам.

- Компакт – диски современных композиторов, эстрадные мелодии, классические произведения.

Наличие у детей специальной формы для занятий (у мальчиков шорты и футболка, у девочек лосины или купальник для занятий).

### **2.3.3. Педагогические технологии.**

Основным видом является **игровая технология**. Через музыкально – ритмические игры дети знакомятся с элементами ритмики и музыкальной грамотой. Эстрадный танец в данном случае выступает как средство укрепления опорно – двигательного аппарата и развития эластичности мышц. Упражнения начинаются детьми через образные сравнения в игровой форме.

Эти упражнения подготавливают мышцы, связки, суставы для классического экзерсиса. Большая часть занятий первого года обучения опирается на партерный экзерсис, развивающий эластичность и силу мышц и связок необходимую для качественного усвоения более сложных элементов программы.

#### **Технология обучения в сотрудничестве и развивающее обучение.**

Данная технология позволяет организовать обучение учащихся в тех формах, которые традиционно применяются на занятиях хореографией. Технология обучения в сотрудничестве на занятиях по хореографии включает индивидуально-групповую работу и командно-игровую работу.

**Информационные и дистанционные технологии.** Деятельность танцевального коллектива предполагает постановку танцев и концертную деятельность. Для качественного звучания фонограмм, соответствующих современным техническим требованиям используются компьютерные технологии.

Применение компьютера позволяет:

- накапливать и хранить музыкальные файлы;
- менять темп, звук высотность музыкального произведения;
- производить монтаж, компоновку музыкального произведения;
- хранить фото и видеоматериалы коллектива;

При использовании информационных технологий в учебном процессе значительно повышается эффективность обучения.

**Синхронные сетевые технологии.** Видео конференция - средство коммуникации, обеспечивающее одновременно двухстороннюю передачу, обработку и представление видео картинки в реальном времени, а так же голосовой связи между педагогом и учащимся (группой учащихся) по компьютерной сети в режиме реального времени.

#### **Технология здоровье сберегающего обучения.**

В процессе обучения в коллективе формируются необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни. Дети учатся использовать

полученные знания в повседневной жизни. И это способствует общему оздоровлению учащихся.

Так же применяются здоровьесберегающие технологии (релаксация, изменение темпа ритма движений на разных этапах занятия, занятия босиком, проветривание, облегченная одежда, поэтапность), игровые технологии и технология КТД.

#### **2.4. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы.**

Программа предусматривает следующие формы контроля:

- открытое учебное занятие;
- городские, региональные, всероссийские, международные конкурсы;
- тестирование.
- анкетирование;
- наблюдение;
- контроль за выполнением практического задания;
- анализ выполнения упражнения;
- устный опрос;
- практический показ;
- контроль за выполнением трюковых элементов;

Для текущего и промежуточного контроля знаний учащихся по итогам изучения каждой темы проводятся: тестирование, блиц-опросы.

Контроль знаний, умений навыков также может проводиться и в занимательной форме: кроссворды, викторины, ребусы, загадки.

Итоговый контроль приобретенных практических умений и навыков осуществляется по качеству, по результатам участия в творческих конкурсах, фестивалях, конкурсах.

Для эффективного отслеживания образовательных и воспитательных результатов учащихся в рамках программы разработан и ведется мониторинг результатов.

Для отслеживания знаний учащихся проводится два вида контроля: промежуточный и итоговый. Промежуточная аттестация проводится два раза

в год: в середине учебного года и в конце учебного года. Итоговая аттестация проходит в мае на втором году обучения. Таким образом, отслеживается усвоение программы. Результаты оцениваются визуально. Для сравнения динамики в развитии ребенка можно использовать диагностическую карту.

№ п/п	Фамилия Имя	Вниман ие	Пластичн ость, гибкость	Памят ь	Эмоци ональн ость	Коорди нация движен ий. Творче ские проявл ения	Итог
1							
2							

Внимание — способность не отвлекаться от занятий в процессе работы.

Пластичность, гибкость, — мягкость, плавность и музыкальность движений рук и ног, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные акробатические упражнения.

Память — способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная.

Эмоциональность — умение перервать и выражать эмоции исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.).

Координация движений — процессы согласования активности мышц тела, направленные на успешное выполнение двигательной задачи (правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе, а также и в других общеразвивающих видах движений).

Творческие проявления— умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па». Оценка конкретизируется в зависимости от возраста и обученности ребенка. Оценивается в процессе наблюдения. Результаты заносятся в таблицу.

В результате наблюдений и диагностики педагог может подсчитать средний суммарный балл для общего сравнения динамики в развитии ребенка на протяжении определенного периода времени, выстроить диаграмму или график показателей развития. Градация баллов от 1 до 10.

### **Критерии оценки детей:**

**2 балла**– движения выражают музыкальный образ и совпадают с музыкой, фразами.

**1 балл**– передают только общий характер, темп, ритма.

**0 балл**– движения не совпадают с темпом, ритмом музыки, ориентированы только на начало и конец звучания, а также на счет и показ взрослого.

В процессе наблюдения педагог оценивает проявления детей, условно ориентируясь на лучшие показатели, выявленные для данного возраста.

### **Формы подведения итогов реализации программы**

Учащиеся в течение 2-х лет обучения участвуют в праздниках и конкурсных программах, концертной деятельности, конкурсах и фестивалях различного уровня.

За два года реализации программы, можно будет сделать первоначальный вывод о её эффективности: гармоничность телосложения, улучшение физического здоровья, обогащение двигательным, эстетическим, эмоциональным, танцевальным, волевым опытом, раскрытие творческих способностей детей.

Таким образом, можно сделать вывод, что целенаправленная организация образовательной работы по программе является необходимым фактором воспитательных возможностей в системе дополнительного образования, обладает огромными возможностями для эстетического совершенствования ребенка, его гармоничного духовного и физического развития.

## **Список использованной литературы**

### **Список литературы для педагога:**

1. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. – М.: ВЦХТ, 1998. – 150 с. [электронный ресурс]
2. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Продолжение обучения. – М.: ВЦХТ 2001. – 154 с.[электронный ресурс]
3. Прибылов Г. Методическое пособие по классическому танцу для педагогов- хореографов младших и средних классов.- М.: АО Талерия» , 1999г.
4. Слуцкая С.Л. « Танцевальная мозайка» 2006.
5. Овчинникова Т.Н. «Сборник программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ»

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

- 1.Ваганова А.Я. Основы классического танца. Л. Искусство, 1980 г. [электронный ресурс]
2. Шипилина И.А. Хореография в спорте. [электронный ресурс]

**Дидактический материал**

**Обучение детей хореографии**

**в процессе музыкальных игр и упражнений**

**Игры для развития чувства ритма**

**«Прогулка»**

*Ход игры.*

Придумать небольшой рассказ: Девочка Оля пошла гулять на улицу. Она спустилась по лестнице. Увидела на улице подружек, поиграла с ними в мяч. Но вдруг на небе появилась туча, закрыла солнышко, и пошёл дождь. Сначала это были маленькие редкие капли, а потом начался сильный ливень. Загремел гром, девочка Оля испугалась и убежала домой. Но скоро дождь кончился, выглянуло солнце, дети обрадовались и выбежали на улицу.

**«Индеец»**

*Ход игры.*

Ведущий (вождь) отстукивает ритм (посылает указ) детям (своим индейцам), дети повторяют (индейцы отвечают своему вождю). Можно выбрать вождем ребёнка. Указ можно давать по кругу или выборочно каждому ребёнку.

**«Рула, те рула»**

*Ход игры.*

Дети слушают музыку. На 1 часть музыки каждый по очереди подаёт руку стоящему справа, поворачивая голову. Каждый выполняет это движение на начало такта. Также поочередно каждый подаёт свою левую руку ребёнку. Стоящему слева.

На 2 часть музыки дети движутся по кругу вправо—галопом, в конце музыкальной фразы — подскок. Влево движение повторяется.

### **«Услышь меня»**

*Ход игры.*

1. Ведущий задаёт ритм, дети должны повторить его.
2. Сидящий с краю ребёнок повторяет заданный ритм, при этом добавляет один свой хлопок. Второй повторяет ритм, добавляя свой хлопок и т.д.

### **«Аист»**

*Ход игры.*

Дети под музыку движутся по кругу, выполняя заданные ведущим ритмичные движения руками или/и ногами, произнося текст:

Аист с нами прожил лето,

А зимой гостит он где-то.

### **«Вопрос-ответ»**

*Ход игры.*

Дети становятся друг против друга. Один ребёнок задаёт ритмический рисунок-вопрос, другой отвечает движениями (шаги, притопы, хлопки, переступания и пр.), повторяя заданный ритмический рисунок.

### **«Ритм-загадка»**

*Ход игры.*

Игра проходит без музыкального сопровождения.

Ведущий легкими хлопками задаёт ритмический рисунок в музыкальном размере 2/4, 3/4, 4/4.

## **ИГРЫ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА**

### **«Море волнуется»**

*Ход игры.*

Звучит различная по характеру музыка. Дети выполняют различные имитационные движения, согласуя их с музыкой. При этом используют знакомые танцевальные движения. Перед выполнением движений говорятся слова: Море волнуется раз,

Море волнуется два,

Море волнуется три

Фигура.....замри.

Под музыку дети двигаются. С окончанием музыки замирают