

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА МЫТИЩИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «ГАЛАКТИКА»
(МБУ ДО ДЮЦ «ГАЛАКТИКА»)

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»
Протокол от 30.08. 2023 г. № 1-23

УТВЕРЖДЕНО
приказом по МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»
от 31.08.2023 г. № 163-О

Дополнительная общеобразовательная программа
**Дополнительная общеразвивающая программа в
области физической культуры и спорта
Физкультурно-оздоровительная программа
«Хореография: от движения к танцу»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень сложности освоения: базовый

Возраст обучающихся: 9 - 12 лет

Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:
Солодкова Инна Вячеславовна.,
педагог дополнительного образования;

Мытищи
2023 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	4 с.
Направленность программы	
Авторская основы программы	
Программа составлена с учетом нормативных документов:	
Актуальность программы.	
Новизна программы	
Педагогическая целесообразность программы.	
Основные принципы обучения и воспитания:	
Цель программы	5 с.
Задачи:	
Адресат программы.	
Краткая характеристика обучающихся по программе	
Срок реализации программы	
Объем учебных часов	
Форма обучения	
Язык обучения	
Место проведения занятий	
Особенности организации образовательного процесса.	
Режим занятий:	
Санитарно-гигиенические нормы, нормы пожарной безопасности.	
Планируемые результаты программы	7с.
а) предметные результаты	
б) личностные результаты	
в) метапредметные результаты	
Аттестация обучающихся	8с.
Текущий контроль	
Промежуточная аттестация	
Итоговая аттестация	
Предполагаемые формы проведения аттестации	
Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов	
Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов	
УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 года обучения	9с.
СОДЕРЖАНИЕ 1 года обучения	10 с.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2 года обучения.	16 с.
СОДЕРЖАНИЕ 2 года обучения.	16с.
УЧЕБНЫЙ ПЛАН 3 года обучения.	23 с.
СОДЕРЖАНИЕ 3 года обучения.	23с.
УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	30с.
Материально-техническое обеспечение	
Кадровое обеспечение	
МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.	30с.
Методы обучения	
Методы воспитания	
Формы организации образовательного процесса	
Формы организации учебного занятия	
Педагогические и образовательные технологии	
Алгоритм учебного занятия	
Дидактические материалы	
Информационное обеспечение	
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА	32 с.
Нормативные документы	
Психолого-педагогическая литература	
Литература по профилю	
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ	33с.
ПРИЛОЖЕНИЯ	
Содержание теоретической части промежуточной аттестации (Приложение № 1) ..	35 с.
Содержание теоретической части итоговой аттестации (Приложение № 2)	37 с.
Календарно-тематический план-график (Приложение № 3)	38с.
Календарный учебный график (Приложение № 4)	56 с.
Воспитательный контент (Приложение № 6)	62 с.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография: от движения к танцу» реализует **физкультурно-спортивную направленность**.

Программа составлена на основе программы М.С. Боголюбовской «Хореографический кружок».

Программа составлена с учетом нормативных документов:

- Приказа Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Зарегистрировано в Минюсте России 26 сентября 2022 г. N 70226).

- "Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ" (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. № 09-3242);

- Санитарно-эпидемиологических требований к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Санитарные правила 2.4.3648-20;

- Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 18 сентября 2017 г., регистрационный № 48226);

Актуальность программы. связана с необходимостью формирования у современных школьников потребности в здоровом образе жизни, укреплении здоровья и формировании ответственного отношения к нему. Перегрузки в учебе, психоэмоциональное напряжение, гиподинамия остаются важными проблемами общества. Активная целенаправленная физическая нагрузка обучающихся на занятиях хореографией способствует решению этих проблем

Новизна программы

находит свое отражение в том, что в ходе ее реализации будет осуществляться знакомство обучающихся с различными видами хореографического искусства: классический танец, народно-сценический танец, эстрадный и современный танец.

новизна данной образовательной программы заключается в том, что она ориентирована на интерес и пожелания обучающихся, учитывает их возрастные потребности, помогает реализовать возможности, стимулирует социальную и гражданскую активность, что даёт способ отвлечения детей от негативного воздействия и позволяет мотивировать их на развитие необходимых навыков.

В программу включен раздел «ритмика-азбука музыкального движения», позволяющий развить у обучающихся координацию, чувство ритма и слух, способствующий развитию азав импровизации, танцевальности и свободы движения ребенка

новизна образовательной программы заключается в изучении личности каждого обучающегося и подборе методов, форм, приемов обучения, направленных на развитие творческих способностей обучающихся, в разнообразии изучаемых видов творчества...

новизна образовательной программы состоит в специфике ее содержания, образовательных технологиях, учитывающих возраст и индивидуальные особенности детей, их возможности и потребности...

Педагогическая целесообразность программы.

На современном этапе развития общества программа отвечает запросу обучающихся и их родителей.

Программа составлена с учетом возрастных особенностей, уровня обучающихся, отражает основные дидактические принципы.

Формы, методы и приемы, используемые в ходе реализации данной программы, подобраны в соответствии с её целью, задачами и способствуют эффективной организации образовательного процесса.

Содержание программы нацелено на активизацию познавательной творческой деятельности каждого обучающегося. Большое внимание уделяется развитию и повышению мотивации обучающихся, приобретению практических умений и навыков в области хореографического искусства.

Программа способствует формированию нравственных качеств личности.

Основные принципы обучения и воспитания:

1. Общедидактические принципы:

- наглядность,
- системность и последовательность,
- сознательность и активность,
- связь теории с практикой,
- научность,
- доступность.

2. Принципы воспитания:

Принципы воспитания отражают основные требования к организации воспитательной деятельности в процессе обучения, указывают её направление, помогают творчески подойти к построению процесса воспитания.

Реализуются принципы воспитания:

- принцип гуманистической направленности воспитания
- принцип природосообразности,
- принцип культуросообразности,
- принцип эффективности социального взаимодействия,
- принцип ориентации воспитания на развитие социальной и культурной компетенции.

Цель программы:

- обучение основам техники танца и формирование основ культуры здорового образа жизни;
- укрепление здоровья обучающихся посредством занятий хореографией
- развитие творческих способностей обучающихся средствами хореографической деятельности

Задачи:

Воспитательные:

- формирование общественно активной личности, имеющей свою позицию
- формирование культуры общения и поведения в социуме
- воспитание уважительного отношения к общечеловеческим ценностям
- формирование эстетического и музыкального вкуса обучающегося

- формирование ответственности, исполнительности, трудолюбия

Развивающие:

- развитие мотивации к занятиям хореографией
- формирование навыков здорового и безопасного образа жизни
- развитие навыков самоконтроля и самостоятельности
- развитие музыкального слуха, эмоциональности и выразительности
- развитие выносливости и силы воли, координации и пластики, дисциплины
- формирование навыка творческого общения в коллективе
- формирование правильной осанки

Образовательные:

- знакомство с образцами мировой танцевальной культуры;
- владение хореографической лексикой и терминологией;
- приобретение и закрепление знаний, умений разностилевой хореографии;
- приобретение навыка выразительного исполнения танца.

Адресат программы – 9-12 лет.

Краткая характеристика обучающихся по программе

Дети младшего школьного возраста (9-12 лет)

Этот возраст является чрезвычайно важным для психического и социального развития ребенка. Кардинально изменяется его социальный статус - он становится учеником, что приводит к перестройке всей системы жизненных отношений ребенка. Ведущей деятельностью для детей младшего школьного возраста становится учебная, игровая отходит на второй план. В силу своей динамичности мотивационная сфера ребенка данного возраста представляет большие возможности для формирования и развития у него мотивов, необходимых для эффективного обучения.

Характерной особенностью младшего школьника является эмоциональная впечатлительность, отзывчивость на все яркое, необычное, красочное. В этот возрастной период у ребенка активно развиваются социальные эмоции, такие как самолюбие, чувство ответственности, чувство доверия к людям и способность ребенка к сопереживанию, стремление к превосходству и признанию сверстниками. Самооценка младших школьников зависит от мнения взрослых, от оценки педагогов.

Занятия хореографией способствуют всестороннему развитию ребенка, расширению кругозора и лексикона, способствует развитию творческого начала и художественного вкуса. Танец прекращает быть набором движений и синхронизируется с музыкой.

Срок реализации программы - 3 года

Объем учебных часов - 648 ч.

Форма обучения – очная.

Язык обучения – русский

Место проведения занятий: на базе МБУ ДО ДЮЦ «Галактика», хореографический зал.

Особенности организации образовательного процесса.

Образовательный процесс осуществляется в соответствии с календарно-тематическим планом-графиком в группе обучающихся (разновозрастные группы), являющихся основным составом объединения.

Образовательный процесс имеет развивающий характер, направлен на развитие у детей природных задатков и интересов.

Режим занятий:

Занятия проводятся

1-й год обучения (216 часов) – три раза в неделю по два академических часа с перерывом 15 минут,

2-й год обучения (216 часов) – три раза в неделю по два академических часа с перерывом 15 мин

3-ий год обучения (216 часов) - три раза в неделю по два академических часа с перерывом 15 мин.

Санитарно-гигиенические нормы, нормы пожарной безопасности.

Занятия организуются и проводятся в соответствии с требованиями Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Санитарные правила 2.4.3648-20) и противопожарными нормами.

Планируемые результаты программы:

личностные результаты

у обучающихся

- сформирована общественно активная личность, имеющая свою позицию
- сформирована культура общения и поведения в социуме
- привито уважительное отношение к общечеловеческим ценностям
- сформирован эстетический и музыкальный вкус обучающегося
- сформированы ответственность, исполнительность, трудолюбие

метапредметные результаты

у обучающихся

- сформирована мотивация к занятиям хореографией
- сформированы навыки здорового и безопасного образа жизни
- развиты навыки самоконтроля и самостоятельности
- развиты музыкальный слух, эмоциональность и выразительность
- приобретены выносливость и сила воли, координация и пластика
- сформирован навык творческого общения в коллективе
- сформирована правильная осанка
-

предметные результаты

обучающиеся

- приобщены к образцам мировой танцевальной культуры;
- овладели хореографической лексикой и терминологией;
- закрепили знания, умения разностилевой хореографии;
- приобрели навыки выразительного исполнения танца.

Аттестация обучающихся

Уровень освоения учебного материала определяется путем мониторинга, проводимого в течение учебного года: начале – стартовые возможности, середине – промежуточный контроль, конце – итоговый контроль) и фиксируется в карте диагностики развития личности ребенка.

Текущий контроль проводится в течение всего учебного периода с целью систематического контроля уровня освоения обучающимися тем, разделов, глав дополнительной общеразвивающей программы за оцениваемый период, динамики достижения предметных и метапредметных результатов.

Промежуточная аттестация проводится в конце учебного года в целях определения готовности обучающегося к переводу на следующий год обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.

Цель промежуточной аттестации – определение уровня и качества обученности обучающихся на определенном этапе реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

При проведении промежуточной аттестации используется система оценивания теоретической и практической подготовки обучающихся.

Предполагаемые формы проведения промежуточной аттестации:

открытое занятие, итоговое занятие, конкурс, концерт,

Промежуточная аттестация практической подготовки обучающихся проводится в форме: открытого занятия, итогового занятия, конкурса и концерта

Промежуточная аттестация теоретической подготовки обучающихся проводится в форме: опроса

Содержание теоретической части промежуточной аттестации (*приложение № 1*)

Итоговая аттестация обучающихся проводится по окончании реализации дополнительной общеразвивающей программы.

Цель итоговой аттестации – выявление уровня развития способностей и личностных качеств обучающегося и их соответствия прогнозируемым результатам дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы на заключительном этапе её реализации.

При проведении итоговой аттестации используется система оценивания теоретической и практической подготовки обучающихся.

Предполагаемые формы проведения итоговой аттестации: итоговое занятие, конкурс, выступление, концерт

Результаты участия обучающихся в мероприятиях районного, областного и других уровней могут быть засчитаны как итоговая аттестация.

Итоговая аттестация практической подготовки обучающихся проводится в форме: итогового занятия, концертного выступления, конкурса

Итоговая аттестация теоретической подготовки обучающихся проводится в форме: опроса

Содержание теоретической части итоговой аттестации (*приложение № 2*)

При использовании дистанционных технологий сопровождение реализации дополнительной общеразвивающей программы может осуществляться в следующих режимах:

- тестирование on-line;

- консультации on-line;
- предоставление методических материалов; итоговых работ; различные виды
- сопровождение off-line (проверка тестов, текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации).

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:
видеозапись, грамота, диплом, журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования, портфолио, фото, статья.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:
диагностическая карта, конкурс, концерт, открытое занятие, отчет итоговый, портфолио, поступление выпускников в профессиональные образовательные организации по профилю, праздник, фестиваль, конкурс.

ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ.

Планируемые результаты I года обучения:

личностные результаты

у обучающихся

- сформирована культура общения и поведения в социуме
- привито уважительное отношение к общечеловеческим ценностям
- сформированы ответственность, исполнительность, трудолюбие

метапредметные результаты

у обучающихся

- сформирована мотивация к занятиям хореографией
- сформированы навыки здорового и безопасного образа жизни
- развиты музыкальный слух, эмоциональность и выразительность
- сформирована правильная осанка

предметные результаты

обучающиеся

- приобщены к образцам мировой танцевальной культуры;
- овладели хореографической лексикой и терминологией;
- приобрели навыки выразительного исполнения танца.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 года обучения.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля/
		Всего	Теория	Практика	
I	Введение. Техника безопасности.	1	1	--	Викторина, беседа
II	Азбука музыкального движения	4	1	3	открытое
III	Классический танец	56	2	54	открытое
IV	Гимнастика	10	1	9	открытое
V	Народно-сценический танец	48	2	46	концерт
VI	Эстрадно-спортивный танец	28	2	26	концерт
VII	Репетиции	50	-	50	-
VIII	Концерты	12	-	12	-
IX	ОБДД	7	3	4	Беседа
	ВСЕГО	216	12	204	

СОДЕРЖАНИЕ

I. Введение. Техника безопасности.

Теория: Вводный инструктаж по ОТ и ТБ. ППБ. Техника безопасности на занятиях в объединении. Действия при ЧС.

Введение в предмет. Информация о программе.

II. Азбука музыкального движения.

Теория: Динамические оттенки в музыке: форте-меццо, форте-фортиссимо, крещендо, сочетание синкопированных и несинкопированных ритмов. Импровизация. Понятие затакта,

Практика: Ритмическая диагональ усложняется, увеличивается темп комбинаций с предметами и импровизация (сочинение собственного способа передвижения).

Передача предмета по кругу в разных направлениях и спиной в круг.

-шаги в разных направлениях чередуются с хлопками по нарастанию и убыванию

-предметный круг усложняется

-упражнения на внимание

-работа с мячом со(четание шагов, прыжков хлопков ,бега)в кругу и по диагонали.

III. Классический танец

Теория: Основные понятия о поворотах en dehors et en dedans. О ракурсах тела (croisee et efface.) Ускорение темпа движений и усложнение танцевальных комбинаций (перемена направлений, чередование движений)

Практика:

Станок. Упражнения:

-поклон, некоторые движения исполняются, держась одной рукой за станок, другая исполняет препарасьон;

- releve1,6 позиция;

- demi plie 1,6,2 поз.

- grand plie (2,4,5поз.);

- battement tendu (5поз.во все направления, переход degage);

- pour le pied battement tendu;

- battement tendu jete (5поз. во все направления);
- battement developpe,
- rond de gambe parre en dehors et en dedan demi plié,
- changement de pieder(5поз.);
- battement releve lent 90 градусов;
- положение cou-de-pied;
- grand battement;
- saute (по 1 и по 6 поз.,5)
- petit battement sur le cou-de-pied

Середина:

- положение eproulement croise ,efface;
- demi plie (1,2,5 поз.);
- battement tendu и demi plie (все позиции);
- releve 1, 6 ,5 с demi plie ;
- 1 и 2 port de bras,
- demi rond gambe par terre;
- ; - battement tendu jete;
- soute (по 5поз.);
- changement de pieder(5позиция);
- pitit pas echarpe (по 2 позиции.);
- лягушка (5 позиция).

Диагональ:

- шене, вращение в подскоках, комбинации с шагом польки и подскоками;
- вращение в галопе;
- балансе вправо , влево;
- полька с разворотом на экарте.
- ра ситти

IV. Гимнастика.

Теория: Повторение техники выполнения упражнений

Практика:

Закрепление упражнений, изученных ранее, Увеличение упражнений на растяжку:

- мостик с колен и из положения стоя;
- работа в парах (растяжка с колен, сидя, лежа на полу);
- растяжка у станка и в парах,
- энергичность, напряженность мышц, выворотность, натянутость подъема и всей ноги;
- скорпион;
- колесо;
- березка;
- различные шпагаты с увеличением угла,
- стойка на руках у стены;
- упражнения на пластику
- опрокидывание на одну руку

V. Народно-сценический танец

Теория: Основные технические навыки. Дробные движения русского танца. Работа опорной ноги во время исполнения ковырялки, каблучной, *battement tendu* и маленьких бросков. Хороводы и кадрили.

Практика:

Экзерсис у станка:

- поклон;
- упражнения для рук;
- *demi plie* и *grand plie* (по прямым и открытым поз.);
- *battement tendu* с каблуком и ударом стопы и выведением ноги на носок, каблук ,носок из (1,3,5поз.во все направления);
- *battement tendu* и *demi plie*;
- *battement tendu* с выносом на каблук в сторону и наклоном корпуса;
- *battement jete* с сокращением стопы в воздухе (во все направления. с полуприседанием на опорной ноге; с двойным броском);
- *rond de gambe rare* с остановкой в сторону и назад, ребром каблука с остановкой в сторону или назад; через 6 поз.
- веревочка с переступанием и на полупальцах
- перекидные с остановкой на каблук вперед, сидя;
- к станку лицом изучение положение купе с сокращенной стопой с отрывом опорной пятки;
- подготовка к каблучной;
- вращения из 6 позиции от станка (девочки);
- комбинация *jete* с прыжками;
- переступание на полупальцах;
- ковырялка с опорной ногой;
- подготовка к дробе с двойным ударом рабочей ноги;
- мальчики присядка лицом к станку, с ногой на воздух;
- бегунок (на каблук и на воздух);
- девочки прыжки с поджатыми лицом к станку;
- соскок отъезд (на полупальцах)
- молоточки;
- простые притопы;
- большие броски;
- разножка с выносом ноги в сторону (мальчики);
- голубцы;
- подбивка;
- повороты стоп *ра tortue*;
- переборы и опускание в колено.

Середина:

- припадания;
- переменный ход;
- характерные движения рук с платком;
- шаги на ребро каблука с притопом и продвижением вперед;
- переступания;

- боковой шаг на каблук с перекатом на всю стопу;
- переступания и притопы(комбинации);
- ковырялка без подскока;
- для мальчиков, хлопушки одинарные - в ладони, по бедру, по голени,
- присядка с разворотом корпуса на каблуках через 4 поз.
- элементы белорусского танца, ход в полуприсяде, перескок в одну стопу с ударами по 6 позиции.,
- основной ход танца «бульба» с подскоками и вращениями, работа в парах;
- шаг польки, легкий бег, качающийся шаг, полька с поворотом во время подскоков, положение рук в парах;
- шаги до «хвоста» на полупальцах;
- шаг на пятках под себя;
- боковая подбивка;
- шаг с пружиной;
- топающий шаг;
- соскоки в 6 позиции.;
- шаг с притопом и продвижением;
- переменный шаг;
- шаг длинный и два коротких
- гармошка;
- падебаск в сторону;
- моталочка;
- русский ход академический;
- хлопушки впереди, сзади по голенищу, с продвижением вокруг себя.
- гармошка
- упадание.
- стелящийся шаг.
- присядка с ковырялкой.

Диагональ:

- подскоки;
- галоп;
- бег;
- вращение с козликком ,4 каблука.
- различные переборы.
- шене,
- блинчики.
- переменный ход с остановкой на каблук с приседанием, разворотом корпуса.

VI. Эстрадно-спортивный танец.

Теория:

Основные движения стиля. «Диско», «Рок-н-ролл», «Чарльстон», «Кантри» характер исполнения

Практика:

. Закрепление пройденного материала по программе «Основы хореографии».

Разогрев мышц перед занятием:

- шеи;

- рук;
 - плеч;
 - корпуса;
 - бедер;
 - разогрев позвоночника (наклоны, спирали, повороты);
 - расслабление позвоночника (сдвиг, падение тела);
 - «изоляция» переход от уровня к уровню (колени, сидя лежа);
 - кросс (перемещение в пространстве (вращение, прыжки, шаги
 - свободная пластика;
 - прыжки в различных вариантах;
 - шаг, бег, ход на полупальцах, сидя «мячик»;
 - галоп в повороте снизу вверх;
 - шаг «цапля»;
 - ходы в различных направлениях с поворотами, прыжками и хлопками;
 - выпады, броски;
 - движения на координацию ног и рук;
 - диафрагма, бедра;
 - скручивание (боди-ролл), флэт-бэк, пресс позиция, упражнения на устойчивость;
 - движение диафрагмой, дыхание (контракция);
 - упражнения на координацию;
- Небольшие этюды в различном музыкальном темпе

VII. Репетиции

Теория. Характер исполнения эстрадного танца. Характер исполнения русского танца. Характер исполнения. Техника поддержки. «Кантри».

Практика. Разучивание репертуара:

Хоровод «Зимняя сказка»

Работа над слитностью движений, основными ходами и рисунками.

Работа с мальчиками (хлопушки, проходки, присядки, ходы).

Работа в парах, актерское мастерство.

«Русский сувенир»

Стилизация 2 пары. Работа над скоростью и техникой исполнения.

Основной трюк «карусель» - поддержка отрабатывается особенно тщательно.

«Девичий хоровод с колокольчиками»

Синхронность исполнения. Работа с предметом, плавность и апломб движениях.

Четкость исполнения трилистника, работа в парах.

«Божья коровка»

Эстрадный танец. Работа солистам, в парах. Быстрота и четкость исполнения (прыжков, поворотов).

Четкость вращений и исполнения акробатических элементов. Синхронность исполнения

«Ура каникулы!»

Сюжет номера: вокзал, 4 мальчика опоздали на поезд. 4 девочки с ними знакомятся.

Другие действующие лица: уборщица (солистка), продавец газет, мама, дочка и остальные участники. Работа над сольными отрывками, соединение движений в общий рисунок. Синхронность в исполнении и актерское мастерство

VIII. Концерты.

Практика.

Выступления на праздниках, фестивалях и др. мероприятиях

XI. ОБДД.

Теория: Азбука дорожного движения. Пешеходная азбука: улица, тротуар, проезжая часть, перекресток. Опасные места на дорогах. Дорожные знаки и дополнительные средства информации. Светофор. Регулирование дороги инспектором ГИБДД. Правила поведения пешехода. Правила поведения пассажира. Техника безопасности в транспорте. Техника безопасности при езде на велосипеде. Требования к движению велосипедов, мопедов. Дорога – не место для игр.

Практика: Викторина. Игра. Тест. Просмотр фильма о правилах дорожного движения

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ.

Планируемый результат II года обучения:

личностные результаты:

у обучающихся

- сформирована общественно - активная личность
- привито чувства коллективизма и патриотизма
- сформирована культура общения и поведения в обществ

метапредметные результаты:

у обучающихся

- развита мотивация к активным занятиям хореографией
- воспитан художественный вкус и исполнительская культура
- развит музыкальный слух, эмоциональность и выразительность
- приобретены навыки здорового образа жизни,
- приобретены навыкам самоконтроля
- развита потребность в саморазвитии и самостоятельность
- привита аккуратность, дисциплинированность, целеустремленность

предметные результаты:

у обучающихся

- расширены знания хореографической лексики
- развита координация, вестибулярный аппарат
- сформированы навыки анализа, сопоставления, сравнения различных танцевальных движений и приемов
- освоены сложные комбинации движений
- обобщены полученные практические навыки и знания. Типы координации движений, по степени трудности,
- умеют чередовать концентрацию движений, внимания учеников с разрядкой напряжения,

– могут сопоставлять различные движения и приемы, находить в них различное и общее

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2 года обучения.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
I	Введение. Техника безопасности.	1	1	--	Викторина, беседа
II	ОБДД	7	3	4	Беседа
III	Азбука музыкального движения	4	1	3	открытое
IV	Классический танец	54	2	52	открытое
V	Гимнастика	8	1	7	открытое
VI	Народно-сценический танец	48	2	46	концерт
VII	Эстрадно-спортивный танец	30	2	28	концерт
VIII	Репетиции	52	-	52	-
IX	Концерты	12	-	12	-
	ВСЕГО	216	12	204	

СОДЕРЖАНИЕ II года обучения.

I. Введение. Техника безопасности.

Теория: Введение в предмет. Информация о программе.

Вводный инструктаж по ОТ и ТБ. ППБ. Техника безопасности на занятиях в объединении. Действия при ЧС.

Введение в предмет. Информация о программе.

II. ОБДД.

Теория: Азбука дорожного движения. Пешеходная азбука: улица, тротуар, проезжая часть, перекресток. Опасные места на дорогах. Дорожные знаки и дополнительные средства информации. Светофор. Регулирование дороги инспектором ГИБДД. Правила поведения пешехода. Правила поведения пассажира. Техника безопасности в транспорте. Техника безопасности при езде на велосипеде. Требования к движению велосипедов, мопедов. Дорога – не место для игр

Практика: Викторина. Игра. Тест. Просмотр фильма о правилах дорожного движения

III. Азбука музыкального движения.

Теория. Темповые обозначения «адажио», «ленто» - протяжно, применительно к практическому материалу по классическому, народному и эстрадному танцам.. Динамические оттенки в музыке. Импровизация.

Практика. Усложнение упражнений на ритмическое развитие. Начало упражнений из-за такта.

К ранее изученному материалу добавляется:

Круг, в центре ведущий подает команды, каждая команда соответствует движению:

1)

- хлопок, поворот спиной;
- 2 хлопка 2 шага;
- 1 хлопок прыжок на месте;
- да - нет, нет – да игра на выбывание;

2) на внимание:

раз -руки на пояс, 2 к плечам, 3 вверх, 4 в стороны (тоже в разнобой);

3) упражнение - идем вперед, назад, в стороны и с поворотом (сначала начинаем с хлопков, а потом с шагов):

- хлоп-шаг,
- хлоп 2 шага,
- хлоп 3 шага,
- хлоп в поворот

4) предметный круг в разных направлениях, лицом и спиной в круг, в заданном ритме.

5) Ритмическая диагональ с заданием на определенную мелодию. Импровизация самих обучающихся.

6) Мышечное внимание - сидя на полу, напрягаем заданную часть тела (переброс мышечного внимание).

7) Резкая отдача энергии (крик, жест, резкий подъем).

8) «Марионетки» - педагог дотрагивается до части тела, обучающийся тянется за ним.

9) Диалог между руками (вопрос-ответ).

I. Классический танец.

Теория. Пластическая анатомии. Позвоночник и его функции. Суставы. Большие и маленькие позиции рук. Позы классического танца (арабеск 1 и 2). Типы прыжков (с 2х на две, с одной на другую, с 2-х на одну и с одной на две). Наличие логики движений, музыкальности актерской выразительности.

Практика. Исполняются все пройденные элементы движений в различных комбинациях и более быстром темпе.

Станок. Упражнения:

- releve 1,6 позиция;
- demi plie 1,6,2 поз. с поднятием на полупальцы,
- grand plie (2,4,5поз.);
- battement tendu (5поз. во все направления, переход degage);
- pour le pied battement tendu jette,
- battement tendu jete (5поз. во все направления) с demi plié,

- battement retire;
- battement fondu в пол,
- battement frappe в пол,
- rond de gambe pare terre en dehors et en dedans;
- pas coupe;
- pas tombee (5поз.на месте и с продвижением);
- changement de pieder(5поз.);
- battement releve lent 45 и 90 градусов;
- положение cou-de-pied;
- battement developpe;
- grand battement;
- soute (по 1, 5,6 позиции у станка и на середине);
- перегибы корпуса;
- растяжка,
- перекидные лицом к станку.
- sissonne simple
- pas assemble (лицом к станку).
- полуповорот в 5 поз. на полупальцах от станка и к нему.

Середина:

Все упражнения у станка повторяются на середине зала.

- port de bras (1,2,3);
- положение epoulement croise ,effase (вперед и назад);
- арабеск (1и 2);
- demi plie (1,2,5 позиции.);
- battement tendu и demi plie (все позиции);
- releve 1, 6 ,5 с demi plie;
- demi rond gambe par terre;
- battement tendu jete;
- temps lie (вперед и назад);
- soute (по 5 позиции);
- changement de pieder(5позиции);
- первоначальное изучение pitit pas echarpe (по 2 позиции);
- лягушка (5 позиция)
- sissonne simple (с 2-х на одну).
- позы arabescues 1 и 2
- поза croisee effase маленькие.
- changemen depied,
- pas jete
- pas assemble
- =тур из 5 поз

Диагональ:

- шене, вращение в подскоках, комбинации с шагом польки и подскоками;
- вращение в галопе и в подскоках
- балансе вправо, влево;
- шаг сценический, шаг Полонеза
- полька с разворотом на экарте;
- pas suri на полупальцах, бег по диагонали.
- jete большой прыжок с продвижением
- tire-bouchon продвижение вперед

- реверанс с переводом ноги через 4-ую позицию

V. Гимнастика.

Теория. Техника растяжки. Расслабление.

Практика. Усложнение упражнений и комбинаций, растяжки в парах, от стены скамейки, и т.п. Упражнения на силу мышц.

Упражнения:

- упражнения для улучшения подвижности локтевого сустава, плечевого пояса, подвижности тазобедренных суставов, подвижности коленных суставов, голеностопа.
- упражнения для формирования танцевального шага,
- разнообразные прыжки,
 - мостик с колен и из положения стоя, на одной ноге;
 - работа в парах (растяжка с колен, сидя, лежа на полу);
- растяжка у станка;
- энергичность, напряженность мышц, выворотность, натянутость подъема и всей ноги;
- скорпион;
- колесо на 1 руку;
- рондат;
- опрокидывание назад на 1 руку (гибкость);
- паук (мостик с продвижением);
- березка;
- различные шпагаты;
- стойка на руках у стены;
- упражнения на пластику.

VI. Народно-сценический танец.

Теория. Связь характера танца с образом жизни народа и окружающей природой. Понимать характер танца. Техника исполнения движений пляски, кадрили. Национальная манера исполнения танца.

Практика.

Экзерсис у станка:

- поклон через
- упражнения для рук характерные (Украина, Белоруссия)
- demi plie и grand plie (по прямым и открытым поз.)
- battement tendu с каблуком и ударом стопы и выведением ноги на носок, каблук, носок из (1,3,5 поз. во все направления);
- battement tendu и demi plie (татарский характер);
- battement tendu с выносом на каблук в сторону и наклоном корпуса;
- battement jete с сокращением стопы в воздухе (во все направления с полуприседанием на опорной ноге; с двойным броском);
- rond de gambe par terre с остановкой в сторону и назад, ребром каблука, с остановкой в сторону или назад;
- подбивка с прямой ногой вперед на 90 град, с остановкой на каблук вперед, сидя;
- к станку лицом изучение положение купе с сокращенной стопой с отрывом опорной пятки;
- каблучное движение на 45 градусов,
- вращения из 6 позиции от станка (девочки);
- комбинация jete с прыжками;
- переступание на полупальцах;
- ковырялка с опорной ногой;
- веревочка на полупальцах, с переступанием и двойным ударом,

- подготовка к дроби с двойным ударом рабочей ноги;
- мальчики присядка лицом к станку, с ногой на воздух и продвижением в сторону,
- бегунок (на каблук и на воздух);
- девочки - прыжки с поджатыми ногами с поворотом к станку,
- соскок- отъезд (на полупальцах) 6 поз,
- штопор,
- моталочка,
- простые притопы;
- большие броски с выносом на каблук,
- адажио (Молдавия);
- дроби (простая и двойная в медленном темпе,
- разножка с выносом ноги в сторону (мальчики)и на каблук
- подбивка;
- повороты стоп (ра tortue
- переборы и опускание в колено.
- прыжки по 5 поз. с поджатыми ногами.

Середина:

- припадания, упадание;
- переменный ход;
- характерные движения рук с платком;
- шаги на ребро каблука с притопом и продвижением вперед;
- переступания;
- боковой шаг на каблук с перекатом на всю стопу трилистник;
- переступания и притопы (комбинации);
- веревочка с подскоком (Украина), переступание, с выносом на каблук,
- ковырялка с опорой и выпрямлением ноги (Украина);
- для мальчиков, хлопушки одинарные - в ладони, по бедру, по голени, присядка;
- перескок в одну стопу с ударами по 6 позиции,
- основной ход танца «бульба» с подскоками и вращениями, работа в парах;
- шаг польки, легкий бег, качающийся шаг, полька с поворотом во время подскоков, положение рук в парах
- шаги «до хвоста» на полупальцах;
- шаг на пятках под себя;
- боковая подбивка;
- шаг с пружиной⁴
- топающий шаг;
- соскоки в 6 поз.;
- шаг с притопом и продвижением;
- переменный шаг (вперед, назад Украина);
- шаг длинный и два коротких
- гармошка;
- моталочка;
- русский ход академический;
- хлопушки впереди, - щучка,
- присядка с разножкой, и с разножкой в воздухе;
- падебаск (малый и большой).
- вращения из 6 поз, на каблуке 1 ноги, на 1 полупальце

Диагональ:

- подскоки;
- галоп;
- бег;
- вращение с козлом, 4 каблука;

- вращение с двойным ударом стопы;
- стелящийся бег в plie (Украина);
- бегунок, (Украина);
- вращение на полупальцах различными продвижениями и в парах (Белоруссия);

VII. Эстрадно -спортивный танец.

Теория. Усложнение упражнений на координацию. Закрепление пройденного материала. Основные движения стиля «Диско», танцевальная импровизация. Основы «Джаз модерна». Эстрадная композиция зрелищность и массовость. Умение импровизировать и чувствовать акценты в музыке. Характер исполнения африканского материала.

Практика.

Разогрев перед уроком:

- мышцы
- шеи;
- рук;
- плеч
- корпуса;
- бедер;
- упражнение на равновесие;
- свободная диагональ (любой способ передвижения);
- разогрев позвоночника (наклоны, спирали, повороты, контракция);
- расслабление позвоночника (сдвиг, падение тела);
- «изоляция» переход от уровня к уровню (колени, сидя лежа);
- кросс (перемещение в пространстве (вращение, прыжки, шаги)
- самая импровизационная часть урока;
- свободная пластика;
- прыжки в различных вариантах;
- шаг, бег, ход на полупальцах, сидя «мячик»;
- галоп в повороте снизу вверх;
- шаг «цапля»;
- ходы в различных направлениях с поворотами, прыжками и хлопками;
- выпады, броски;
- па де буре (назад, вперед и с продвижением);
- элементы афро-джаза;
- кик (сброс ноги);
- движения на координацию ног и рук;
- диафрагма, бедра;
- скручивание (боди-ролл), флэк- бэк, пресс позиция, упражнения на устойчивость;
- движени диафрагмой, дыхание (контракция);
- упражнения на координацию;
- принцип изоляции.

Небольшие этюды в различном музыкальном темпе.

Диагональ:

- диагональ- «диско» и афроджаз,
- кросс на вращение;
- махи на середине с продвижением вперед, назад.

VIII. Репетиции.

Теория. Обновление репертуара. Работа над характером исполнения Постановочная работа.

Практика. Разучивание репертуара:

«**За околицей**» Русский народный танец. Исполняют 4 мальчика и 8 девочек. Работа в парах, отработка вращений, сольных отрывков, трюки с мальчиками. Синхронность исполнения.

«**Шутка**» Эстрадный танец. Исполняют 16 человек (мальчики и девочки). Танцующие клоуны. Работа в парах, синхрон. Отработка движений в быстром темпе, четкое исполнение прыжков и поворотов.

«**Хара – Мамбуру**» Эстрадный танец. Африка. Участвуют 16 человек мальчики и девочки. Работа над характером исполнения, пластикой, трюками и синхронностью движений

VIII. Концерты.

Практика.

Выступления на концертах праздниках, фестивалях и других мероприятиях.

ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Планируемый результат 3-го года обучения:

личностные результаты:

у обучающихся

- сформирована общественно - активная личность с гражданской позицией
- чувство патриотизма, чувство коллективизма, культуры общения и поведения в социуме.
- привита аккуратность, дисциплина, воля и целеустремленность

метапредметные результаты

у обучающихся

- развита мотивация к активным занятиям хореографией,
- воспитан художественный вкус и исполнительская культура,
- развита координация, вестибулярный аппарат и пластика
- развит музыкальный слух, эмоциональность и выразительность,
- навыки здорового образа жизни
- сформированы навыки самоконтроля, потребности в саморазвитии, самостоятельности, творческой активности,

предметные результаты

у обучающихся

- расширены знания обучающихся о хореографической лексике
- расширены знания хореографической терминологии
- закреплены умения и навыки сохранения стиля и национального характера танца
- развиты умения и навыки танцевальной импровизации
- обучены владению телом и координацией движений, свободному ощущению себя в танце.
- сформировано понимание единства формы и содержания танца

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
3 года обучения.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
I	Введение. Техника безопасности.	1	1	-	Викторина, беседа
II	ОБДД	7	3	4	Беседа
III	Азбука музыкального движения	4	1	3	открытое
IV	Классический танец	54	2	52	открытое
V	Гимнастика	6	1	5	открытое
VI	Народно-сценический танец	48	2	46	концерт
VII	Эстрадно-спортивный танец	30	2	28	концерт
VIII	Репетиции	54	-	54	-
IX	Концерты	12	-	12	-
	ВСЕГО	216	12	204	

СОДЕРЖАНИЕ 3 года обучения.

I. Введение. Техника безопасности.

Теория: Введение в предмет. Информация о программе

Вводный инструктаж по ОТ и ТБ. ППБ. Техника безопасности на занятиях в объединении Действия при ЧС.

II. ОБДД.

Теория: Азбука дорожного движения. Пешеходная азбука: улица, тротуар, проезжая часть, перекресток. Опасные места на дорогах. Дорожные знаки и дополнительные средства информации. Светофор. Регулирование дороги инспектором ГИБДД. Правила поведения пешехода. Правила поведения пассажира. Техника безопасности в транспорте. Техника безопасности при езде на велосипеде. Требования к движению велосипедов, мопедов. Дорога – не место для игр.

Практика: Викторина. Игра. Тест. Просмотр фильма о правилах дорожного движения

III. Азбука музыкального движения.

Теория. Технические навыки:

- 1) умение придавать движению нужную динамическую выразительность;
- 2) умение сразу почувствовать, что движение и музыка в каждом упражнении связаны содержанием и формой.
- 3) динамические оттенки музыки.
- 4) понятие синкопа.

Практика

Ритмическая диагональ усложняется, увеличивается темп комбинации с предметами и импровизация (сочинение собственного способа передвижения).

Передача предмета по кругу в разных направлениях и спиной в круг.

Прослушивание записей, просмотры балетов и концертных программ с лучшими образцами хореографического исполнения.

Упражнения: круг, в центре ведущий подает команды, каждая команда соответствует движению:

- 1)
 - хлопок, поворот спиной;
 - 2 хлопка 2 шага;
 - 1 хлопок прыжок на месте;
 - да - нет, нет – да игра на выбывание.
- 2) на внимание:
 - раз -руки на пояс,2 к плечам,3 вверх,4 в стороны (тоже в разнбой).
- 3) Упражнение - идем вперед, назад, в стороны и с поворотом (сначала начинаем с хлопков, а потом с шагов):
 - хлоп-шаг,
 - хлопок 2 шага,
 - хлопок 3 шага,
 - хлопок в повороте и в обратном направлении.
- 4) Упражнение «4 пятки»
- 5) Предметный круг в разных направлениях, лицом и спиной в круг, в заданном ритме.
- 6) Ритмическая диагональ с заданием на определенную мелодию. Импровизация самих обучающихся.
- 7) Мышечное внимание - сидя на полу, напрягаем заданную часть тела (переброс мышечного внимания).
- 8) Резкая отдача энергии (крик, жест, резкий подъем).
- 9) «Марионетки» - педагог дотрагивается до части тела, учащейся тянется за ним.
- 10) Диалог между руками (вопрос-ответ).
- 11) фиксация движения (фото).

IV. Классический танец.

Теория.

Культура движения рук- выразительность, техника-форс в прыжках, эстетика и закономерности переходов рук. Закономерность правильной и быстрой смены поворотов корпуса в различные ракурсы. Законы общей координации. Закон равновесия- эстетика и техника. Весь материал выполняется в более быстром темпе.

Практика Станок.

Исполняются все пройденные элементы движений в различных комбинациях и более быстром темпе.

Упражнения:

- поклон, некоторые движенияисполняются держась одной рукой за станок, другая исполняет препарасьон;
- releve1 ,2,5 позиция;
- demi plie 1,6,2 поз.
- grand plie (2,4,5поз.);
- battement tendu (5поз.во все направления, переход degage)
- battement tendu jete balansoir
- petit battement jete pique
- pour le pied battement tendu;

- battement tendu jete balansuar(5поз. во все направления);
- battement retire;
- battement tendu sur le cou-de-pied;
- battement frappe (дубль).45градусов.
- battement fondu.45 и 90 градусов.
- rond de gambe parre en dehors et en dedans;
- rond de gambe en air все направления
- pas coupe
- pas tombee (5поз.на месте и с продвижением);
- pas de bourree (лицом к станку) без ловорота
- changement de pieder(5поз.);
- battement releve lent 45 градусов;
- battement developpe на полупальцах
- grand rond de jamb developpe
- grand battement jete balensuare
- saute (по 1,2,5 и по 6 поз.,у станка и на середине);
- повороты на 180 град.из 5 поз. от станка к станку;
- перегибы корпуса
- перуэты 1,2,5 поз.
- положение attetudes;
- pas assassemble (лицом к станку).

Середина (все упражнения у станка повторяются на середине зала)

- port de bras (1,2,3);
- положение eproulement croise, effase (вперед и назад);
- арабеск (1и 2);
- demi plie (1,2,5 поз.);
- battement tendu и demi plie (все позиции) на efface et croise
- releve 1, 6 ,5 с demi plie;
- demi rond gambe par terre;
- battement tendu jete pique
- temps lie (вперед и назад);
- soute (по 5поз.);
- changement de pieder anturnan (5поз.)
- pitit pas echappe (по 2 позиции);
- лягушка (итальянский прыжок)
- sissonne simple (с 2-х на одну);
- temps lie (45 градусов);
- большие броски на 90 градусов в комбинации с soute
- balancee
- sissone ferme
- pas de bouree, без поворота

Диагональ:

- sissonne ferme;
- passe jete entourront
- вальсовые комбинации по диагонали;
- шене, вращение в подскоках, комбинации с шагом польки и подскоками;
- вращение в галопе;
- балансе вправо, влево с поворотом
- полька с разворотом на экарте;
- расиги на полупальцах бег по диагонали.
- реверанс с переводом ноги через 4-ую позицию и рондом

- большой прыжок jete
- pas de chat

V. Гимнастика.

Практика. Закрепление пройденного материала. Усложнение упражнений и комбинаций, растяжки в парах, от стены, со скамейки, и т.п. Упражнения на силу и выносливость. Акробатические навыки.

Упражнения:

- мостик с колен и из положения стоя, на одной ноге;
- работа в парах (растяжка с колен, сидя, лежа на полу);
- растяжка у станка;
- энергичность, напряженность мышц, выворотность, натянутость подъема и всей ноги;
- скорпион;
- колесо на 1 руку;
- рондат;
- опрокидывание назад на 1 руку (гибкость);
- паук (мостик с продвижением);
- березка на груди
- различные шпагаты;
- стойка на руках у стены;
- упражнения на пластику.

Растяжка: «испанский грант(выпад)», «ящерица», «сфинкс», «спящий скорпион».

VI. Народно-сценический танец.

Теория. Национальная манера исполнения народного танца. Юмор, ирония, сдержанность в исполнении Еврейского танца. Связь образа жизни и особенности исполнения Плясовой характер русского танца.

Практика. Экзерсис у станка. Добавляются дробные движения, различные виды веревочек (со скользящим ударом каблука от себя, с ковьярлочкой, с переступанием и д.р.) вращения. Трюки.

Упражнения:

- поклон
- demi plie и grand plie (по прямым и открытым поз.) с port de bras
- battement tendu с каблуком и ударом стопы и выведением ноги на носок, каблук, носок из (5позиции во все направления) в ускоренном темпе
- battement tendu с опорной ногой переносом через колено
- battement tendu с выносом на каблук в сторону и наклоном корпуса;
- battement jete с опорной ногой во все направления с двойным броском;
- rond de gambe rare с остановкой в сторону и назад, ребром каблука с остановкой в сторону или назад и проведением ребром стопы через 6 поз (preparation на sou de pied сзади. Комбинация с перегибами корпуса
- battement fondu 45 градусов с переводом ноги и восьмеркой
- веревочка синкопированная, двойная, с косичкой, с переступанием и в повороте.
- каблучная с ковьярлочкой и поворотом к станку
- вращения из 6 поз.от станка к станку (девочки);
- комбинация petit battement jete с прыжками;
- переступание на полупальцах и выстукивания полупальцами
- ковьярлка с опорной ногой;
- подготовка к дроби с двойным
- мальчишки присядка лицом к станку, с ногой на воздух;
- бегунок (на каблук и на воздух)

- прыжки с поджатыми лицом к станку;
- соскок отъезд (на полупальцах)
- штопор
- упадание в колено с прыжком, переход с колена на колено
- подготовка к качалке
- молоточки;
- ключ простой
- большие броски с остановкой на каблук
- разножка с выносом ноги в сторону (мальчики);
- голубец высокий
- бегунец (полуприсядка с выбрасыванием ноги вперед на воздух
- итальянский прыжок
- подбивка;
- повороты стоп (ра torte)
- переборы и опускание в колено.

Середина:

- припадание
- упадание
- переменный ход с различными остановками
- характерные движения рук с платком;
- шаги на ребро каблука с притопом и продвижением вперед;
- переступания
- мельница
- вращения в прыжках, на одной ноге (полупалец опорный и каблук)
- щучка
- подсечка
- боковой шаг на каблук с перекатом на всю стопу;
- переступания и притопы(комбинации)
- трилистник
- ковырялка на воздух
- для мальчиков хлопушки одинарные - в ладони, по бедру, по голени, присядка;
- шаг польки легкий бег, качающийся шаг, полька с поворотом во время подскоков, положение рук в парах;
- шаги до «хвоста» на полупальцах;
- боковая подбивка;
- шаг с пружиной;
- топающий шаг;
- шаг с притопом и продвижением;
- шаг длинный и два коротких
- гармошка;
- падебаск
- моталочка с притопом
- молоточки по 5 и 6 поз.
- веревочка (двойная, на полупальцах, с переступанием, синкопированная)
- русский ход академический
- ход кадрили

- хлопушки впереди, сзади по голенищу, с продвижением вокруг себя
 Движения на прыжковой подмене опорной ноги, подбивка (с переступанием, маятник), голубец (низкий и с шагом накрест, с ударом и переступанием, с прыжком высоким и низким).

Присядки с подскоком, на каблук, с ковырялкой, присядка разножка, присядка в повороте, и с поворотом коленей. Ползунок с опорой на руки, присядка подсечка.

Диагональ:

- вращение с козликом
- бегунок
- шене с платком
- вращение-бег (по кругу)
- вращение с броском вперед и ковырялкой на воздух
- бегунок, голубцы (Украина);
- вращение с моталкой и ковырялкой с разворотом колена в повороте;
- «блинчики»;
- вращение в plié в 5 позиции;
- различные проходки, переборы с вращением.

VII. Эстрадно-спортивный танец.

Теория.

Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз», «модерн», «афро джаз», «диско», «Чарли стон». Эстрадная композиция (зрелищность, массовость). Умение импровизировать.

Практика. Разминка на современном музыкальном материале в различном темпе. Более углубленное изучение различных стилей и направлений. «Джаз» -разминка и занятие, построенное в этом стиле. «Рок-н-ролл» - прыжковая часть урока, «диско» -отработка координации, легкость движений.

Разогрев перед занятием:

- мышцы;
- ше;
- рук;
- плеч
- корпуса;
- бедер;
- упражнение на равновесие
- свободная диагональ (любой способ передвижения)
- разогрев позвоночника (наклоны, спирали, повороты, контракция)
- расслабление позвоночника (сдвиг, падение тела)
- «изоляция» переход от уровня к уровню (колени, сидя лежа)
- кросс (перемещение в пространстве (вращение, прыжки, шаги)
- самая импровизационная часть урока
- свободная пластика;
- прыжки в различных вариантах;
- шаг, бег, ход на полупальцах, сидя «мячик»;
- галоп в повороте снизу вверх;
- шаг «цапля»;
- ходы в различных направлениях споворотами , прыжками и хлопками;
- выпады, броски;
- элементы афро -джаза;
- кик (сброс ноги);
- движения на координацию ног и рук;
- диафрагма, бедра;
- скручивание (боди-ролл), флэт- бэк, пресс позиция, упражнения на устойчивость;
- движение диафрагмой, дыхание (контракция);
- упражнения на координацию;
- принцип изоляции.
- различные волны
- различные повороты и прыжки 4 поз. (в растяжку по 6 поз.,5 поз,) на 180 и 360 градусов
- Небольшие этюды в различном музыкальном темпе.

Диагональ кроссы:

- диско-кросс
 - кросс- афро (работа диафрагмы и подвижность таза)
 - шаг-папуасы(расслабление)
 - кросс на вращение;
 - кик-сброс
 - продвижение с махами, оттяжкой
 - шаг-прыжок –арабеск в воздухе (аттитюд или прямая нога
 - с движениями рук в различных стилях
 - 4 поз. прыжки с продвижением (Египед)
 - опускание с полупальцев во 2поз.в plié, резкая отдача энергии и скручивание.
 - махи на середине с продвижением вперед, назад.
 - колесо-шпагат
 - прыжок в кольцо
 - шаги с фиксацией позы);
 - движения на координацию ног и рук;
 - диафрагма, бедра;
 - скручивание (боди-ролл), флэт- бэк, пресс позиция, упражнения на устойчивость;
 - движение диафрагмой, дыхание (контракция);
 - упражнения на координацию;
 - принцип изоляции.
 - различные волны
 - различные повороты и прыжки из 4-ей позиции (в растяжку, по 6 поз.,5 поз.) на 180 и 360 градусов
- Небольшие этюды в различном музыкальном темпе.

VIII. Репетиции.

Теория Обновление репертуара, Изучение характера исполнения. Постановочная работа.

Практика. Разучивание репертуара

Еврейский танец. Участвуют 6 мальчиков и 14 девочек.

Отработка характерных движений в парах. Сольные- отрывки группы 8 девочек, выхода парней, выхода с парными соло. Отработка финала (синхрон). Работа над трюками.

«Я-огонь, Ты-вода» Русский стилизованный танец. Участвуют 3 мальчика,9 девочек.

Плясовой характер номера. Отработка кадильных движений в парах. Отработка вращений у девочек. Трюки у мальчиков. Смена сольных отрывков. Сведение номера (синхрон).

«А у нас во дворе» Сюжетный эстрадный танец. Участвуют 6 мальчиков-хулиганов двора и 6 девочек. Работа над передачей озорного характера соревнования, контакта с партнером, выразительностью исполнения, Отработка трюков, поддержек. Синхронное исполнение движений.

IX. Концерты

Практика: Выступления на концертах, праздниках, фестивалях и других мероприятиях.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение:

Занятия проводятся в хореографическом зале хореографический зал, оборудованном хореографическими станками, зеркалами. Имеется фортепиано, музыкальный центр, телевизор, видеомэгафитофон и DVD, мячи, бубны, гимнастические коврики, Компьютер, доступ к сети Internet.

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории, педагогический стаж - 30 лет

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ:

Методы обучения:

При проведении занятий используются словесный, наглядный, практический;

Методы воспитания: убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация и др.

Формы организации образовательного процесса:

Образовательный процесс осуществляется через учебное занятие.

Учебные занятия с обучающимися проводятся в группе с учетом принципов личностно-ориентированного и дифференцированного обучения

Учебное занятие строится с учетом следующих требований:

- создание и поддержание высокого уровня познавательного интереса и активности детей;
- целесообразное расходование времени занятия;
- применение разнообразных форм, методов и средств обучения;
- высокий уровень межличностных отношений между педагогом и детьми;
- практическая значимость полученных знаний и умений.

Дистанционные образовательные технологии могут использоваться при непосредственном взаимодействии педагогического работника с обучающимся для решения задач персонализации образовательного процесса.

Обучение в дистанционной форме может использоваться как при обучении детей с ограниченными возможностями здоровья, так и при обучении с целью углубления и расширения знаний обучающихся

Формы организации учебного занятия: практическое занятие, открытое мастер-класс, праздник, концерт, беседа, конкурс, наблюдение, тренинг, фестиваль,

При использовании дистанционных технологий обучения: видеоконференция; лекция; консультация; практическое занятие; on-line мероприятие (спектакль, соревнование; концерт, мастер-класс); виртуальная экскурсия; дистанционный конкурс; самостоятельная работа; зачет; контрольное испытание

Педагогические и образовательные технологии:

1. Технология личностно-ориентированного и дифференцированного обучения (авт. И.С. Якиманская) позволяет выбрать формы, средства и методы, способствующие максимальному развитию индивидуальных познавательных способностей детей. Технология позволяет создать условия для адаптации ребенка в коллективе и обучения с учетом личностных возможностей в ситуации успеха.

2. Игровые технологии (авт. П.И. Пидкасистый, Д.Б. Эльконин) позволяют активизировать творческую и познавательную деятельность обучающихся, расширить их кругозор, воспитать самостоятельность и коммуникативность.

Дидактические и творческие игры используются для организации учебного процесса и коллективных творческих дел: мероприятий, конкурсов, концертов и т.д

3. Технология коллективной творческой деятельности (авт. И.П. Волков; И.П.Иванов) позволяет научить детей способам планирования, подготовки, осуществления и проведения коллективного творческого дела; сформировать навыки совместной творческой деятельности.

4. ИКТ (авт. Г.Р. Громов, Б. Хантер) позволяет применять на практике звуковые, текстовые, фото- и видео-редакторы, активно использовать интернет-ресурсы; сокращается время на демонстрацию наглядных пособий, оптимизируется процесс подведения итогов и контроля знаний обучающихся. Мультимедийные устройства, презентации, видеоматериалы используются для технического оформления мероприятий и подведения итогов. Применение ИКТ позволяет оптимизировать и систематизировать документооборот. Использование интернет-ресурсов дает доступ к современным оригинальным учебным материалам, усиливает индивидуализацию обучения и воспитания, развивает самостоятельность, а также обеспечивает новой информацией.

5. Дистанционные образовательные технологии (авт. А.А.Андреев, В.И. Солдаткин) - образовательные технологии, реализуемые в основном с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников.

Дистанционные образовательные технологии позволяют обучающимся осваивать программу в необходимом для них темпе и в удобное для себя время, а также в дни возможности непосещения занятий обучающимися по неблагоприятным погодным условиям по усмотрению родителей (законных представителей) и дни, пропущенные по болезни или в период карантина.

Основными элементами системы ЭО и ДОТ являются: образовательные онлайн-платформы; цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательных сайтах; видеоконференции; вебинары; skype - общение; e-mail; облачные сервисы; электронные носители мультимедийных приложений к программам; электронные учебные пособия, разработанные с учетом требований законодательства РФ об образовательной деятельности.

Дистанционные образовательные технологии могут использоваться при проведении учебных и практических занятий, текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

Алгоритм учебного занятия

Основные этапы занятия:

Вводная часть (организационная часть: приветствие; проверка присутствия обучающихся; инструктаж по ТБ; инструктаж по ТБ; объявление темы, задач и плана занятия).

Основная часть (основное содержание занятия зависит от типа занятия (комбинированное, усвоение новых знаний, закрепление изучаемого материала, повторение, систематизация и обобщение нового материала, проверка и оценка знаний и т.д.)

Основная часть занятия имеет практическую направленность. (репетиция и тренаж)

Заключительная часть (подведение итогов учебного занятия (позитивная оценка деятельности обучающихся); при необходимости рекомендации для самостоятельной подготовки детей).

Дидактические материалы:

(видео материалы, с уроками и концертами нашего коллектива и лучших исполнителей хореографического искусства)

Информационное обеспечение:

Интернет ресурсы:

www.horeograf.ru

www.контемпорари.рф

<https://youtu.be>

<https://yandex.ru>

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА.

Нормативные документы

1. Государственная программа Московской области "Образование Подмосковья" на 2017-2025 годы (утв. постановлением Правительства Московской области от 25.10.2016 г. № 784/39).
2. Конвенция ООН "О правах ребенка" (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989 г.).
3. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 г.).
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г. (утверждена Распоряжением Правительства РФ № 678-р от 31.03.2022).
5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242).
6. Национальный проект "Образование" (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 03.09.2018 №10).
7. Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден протоколом заседания проектного комитета по национальному проекту "Образование" от 07.12.2018 №3).
8. Письмо Министерства просвещения РФ от 17.06.2022 г. "О примерном календарном плане воспитательной работы".
9. Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденные приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 18 сентября 2017 г., регистрационный № 48226).
10. Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Зарегистрировано в Минюсте России 26 сентября 2022 г. N 70226).
11. Программа Российской Федерации "Развитие образования" до 2030 года.
12. Распоряжение правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р "Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей".

13. Распоряжение правительства РФ от 29.05.2015 № 995;р "Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года.
14. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Санитарные правила 2.4.3648-20), СанПиН1.2.3685-21.
15. Федеральный закон от 29.12.2010 г. № 436-ФЗ (ред.от 18.12.2018) "О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию".
16. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред.от21.07.2014) "Об образовании в Российской Федерации".
17. Федеральный проект "Патриотическое воспитание граждан РФ" национального проекта "Образование"

Психолого-педагогическая литература

1. Выготский ,Л.С. Вопросы детской психологии. – М.: Перспектива, 2018.- 224 с.
2. Выготский,Л.С. Педагогическая психология. Учебник. – М.: Педагогика-пресс, 1999. – 536 с.
3. Педагогика: учеб. пособие/ Под редакцией П.И. Пидкасистого–2-ое изд., испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2011.-502 с.
4. Педагогика: педагогические теории, системы, технологии /Под редакцией С.А.Смирнова - М: Академия, 2008 г. – 512 с.
5. Подласый, И.П. Педагогика - М: Просвещение, 2007 г. – 576 с.
6. Селевко, Г.К. Энциклопедия образовательных технологий: В 2 т.- М: НИИ школьных технологий, 2006.- 816 с.

Литература по профилю программы

1. Академическая и специальная литература. Искусство и искусствоведение. Искусство танца. Искусство народного танца.. Этюды: Для студентов хореографических факультетов, вузов культуры. Учебное пособие,Москва:Владос,2002.-205 с. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка.
- 2.Бочкарева,Н.И.Русский народный танец: теория и методика: учебное пособие для студентов вузов культуры и искусств.- Кемерово: Кемеровский государственный университет культуры и искусств,2006
3. Барышникова, Т. Азбука хореографии.—М.: Рольф,2001.—272 с.
4. Ваганова, А. Я. Основы классического танца. Издание 6. Серия «Учебники для вузов. Специальная литература-- СПб.: Издательство «Лань», 2001 г.--192с
5. Гусев, Г. П. Методика преподавания народного танца, Упражнения у станка. М. Гуманитарный издательский центр, 2005. –207 с.
6. Гусев, Г. П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учебное пособие. — М.: Гуманит. изд.центр Владос,2003.— 208 с.:

7. Звездочкин В.А. Классический танец: учебное пособие .—Ростов н/Д : «Феникс»,2005.—410 с.
8. Захаров, Р. Сочинение танца : Страницы педагогического опыта.—М.: Искусство,1983.—224 с.
9. Конвенция о правах ребенка
10. Костровицкая, В.С. 100 уроков классического танца. Учебно-методическое пособие.2-е изд., доп-Л.: Искусство 1981—262 с.
11. Котельникова, Е. К. Биомеханика хореографических упражнений. – М.: ВЦХТ («Я вхожу в мир искусства»), 2008.—128.с.
12. Климов, А.А. Основы русского народного танца: Учебник для студентов вузов искусств и культуры.— М.: Издательство Московского государственного института культуры.1994.—320 с.
13. Лисицкая ,Т.С. Хореография в гимнастике. - М.: Физкультура и спорт,
14. Русский балет: Энциклопедия/Ред.кол. Е.п.Белова..Г.Н. Добровольская, В.М. Красовская, Е.Я. Суриц, Н.Ю.Чернова. -М: Большая Российская энциклопедия; Согласие.1997.—632 с.
- 15.Устинова, Т. А. Лексика русского танца —М.: Редакция журнала «Балет», 2006.—208с.
- 16.Устинова,Т. А.Избранные русские народные танцы—М.: Издательство «Искусство»,1995.— 592 с.
- 17.Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ

1. Голейзовский, К.Я. Касьян Голейзовский .Жизнь и творчество. Статьи, воспоминания, документы.- М., ВТО, 1984 .—576 с
2. Пасютинская, В.М. Волшебный мир танца: Книга для обучающихся.— М.:Просвещение,1985—223 с.
3. Плисецкая, М. Я ,Майя Плисецкая ... М.: Изд-во «Новости»,1994.—496 с.
4. Стюарт,О. Рудольф Нуриев/Вечное движение—Смоленск: «Русич»,1998.—432 с.(«Человек-легенда) .
5. Блэйер, Ф. Айседора. Портрет женщины и актрисы Смоленск : Русич ,1997,--560 с.
6. Красовская, В. Павлова, Нижинский, Ваганова: Три балетные повести. «Аграф»,1999.—576 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение № 1

Содержание теоретической части промежуточной аттестации обучающихся по программе: «Хореография: от движения к танцу» 1-го год обучения.

Вопросы:

- Знание хореографической терминологии:
- demi (маленький)
- grand (большой)
- plie(приседание)
- releve(поднимание)
- battement(взмах.биение)
- battement tendu (отведение и приведение вытянутой, выдвигание ноги)
- battement tendu jette (бросок ноги на воздух)
- battement fondu (мягкое, плавное движение, «тающий»)
- battement frappe (движение с ударом и дубль- с двойным ударом)
- parre terre(движение по полу)
- an learre (движение в воздухе)
- develope (раскрытие ноги в нужном направлении на 90 градусов)
- soute (прыжок на месте по позициям с 2-х ног на две) \sissone simple \shene \pas assemble\ --
- chanqement de prieds (прыжок с переменной ног в воздухе)
- arabescues (поза, название которой происходит от стиля арабских фресок «рисунок, орнамент»)
- balanse (раскачивание)
- tire-bouchon (закручивать, завивать; поднятая нога находится в полусогнутом состоянии)
- Что означает музыкальное понятие затакта? (начинать движение заранее)
- Чем отличается исполнение веревочки в Украинском и Русском танце? (уровнем поднятия ноги на пасе и подскоком)
- Чем отличается исполнение Кадрили от Хоровода (характером исполнения и рисунками танца)

**Содержание теоретической части промежуточной аттестации
по программе: «Хореография: от движения к танцу»
2 год обучения**

Вопросы:

- Знание хореографической терминологии:
- battement frappe(удар)
- battement soutenu (подтягивание ноги)
- tombe(падать)
- pas chasse (партерный прыжок с продвижением)
- Чем отличаются положения тела effacee (развернутое положение корпуса и ног) и croisee (скрещенное положение, одна нога закрывает другую)
- Как выглядит положение sou-de-pied обхватное? (захват рабочей стопой ахила опорной ноги пяткой впереди или флажком в положении сзади)
- echarpe (прыжок с раскрытием ног во 2 поз. и из 2-ой в 5 –ую поз. закрывать)
- pointe -точка (носок, пальцы)
- Объясните, что означает понятие контракция? (сокращение мышц)
- Что значит «Скручивание»? (поворот частей корпуса в разных направлениях)
- Чем похоже исполнение Еврейского и Молдавского танца? (темпом музыки и движений, положениями рук, мелкими движениями ног, прыжками и трюками)
- Положение рук Украинского танца (на поясе, на груди, открытые руки поочередно вверх. скрестно с партнером за плечо и т. д.)

**Содержание теоретической части итоговой аттестации
по программе «Хореография: от движения к танцу»
3-го года обучения**

Вопросы:

-Знание хореографической терминологии:

-developpe (развернутость колена)

-shene (вращение на полупальцах с продвижением)

- Чем отличаются положения тела effacee (развернутое положение корпуса и ног и croisee (скрещенное положение, одна нога закрывает другую)

- Назовите признаки сюжетного танца (наличие истории, главных героев- солистов)

- Стилизованный танец - что это значит? (народный характерный танец, обработанный в современном стиле)

- Особенности исполнения стиля Афро? (расслабление мышц, пластика животных подвижность грудного и тазобедренного отдела., мощные прыжки, глубокое плие и т. п.)

- Назовите танец, который воспроизводит специфику национального самосознания (народный)

- От чего зависит ритмический рисунок и темп танца? (от характера музыки)

- Опишите положение – attitude-поза (поднятая вверх нога полусогнута)

-Термин, определяющий максимальную величину движений (grand)

-Термин для обозначения малых движений (petit)

- Что такое pirouette? (вертушка; быстрое вращение на полу)

- Основатель самого известного Академического ансамбля народного танца в нашей стране? (И. Моисеев)

**Календарно-тематический план-график
2023/2024 учебный год**

**Дополнительная общеразвивающая программа «Хореография :От движения к танцу»
(базовый уровень)**

ФИО педагога дополнительного образования: Солодкова И.В.

год обучения: 1

группа: 2

Расписание: пн., ср., пт. 16.00-18.00

Место проведения занятий: МБУ ДО ДЮЦ «Галактика», каб.№34

№ п/п	Дата	Тема занятий	Раздел программы	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля
1.		-Введение в предмет. Вводный инструктаж по ТБ.	I	1	Беседа	Опрос
		-ОБДД. (1)Азбука дорожного движения. Пешеходная азбука: улица, тротуар, проезжая часть, перекресток.	IX	1		
2.		-Ритмические комбинации на середине зала (темп).Ритмическая дробушка –(ведущий дает команду ,соответствующую движению.)	II	1	Объяснение,показ,практическое занятие.	наблюдение
		-Работа стопы, натянутость спины. мышц ног .Растяжка у станка. Поза «скорпион».	IV	1		
3.		-Тренировка выворотности стопы и паха. Поза «испанский гранд» Растяжка в парах.	IV	1	Практическое занятие	наблюдение
		-Поклон через 4 поз .Тренинг у станка. добавляются упражнения с отрывом каблука опорной ноги.	V	1		

4.		-Темповое обозначение «адажио». Упражнения на внимание .Упражнение «Идем вперед. -Растяжка на полу и у станка. Мостик с колен и из положения стоя. «скорпион».	II IV	1 1	Практическое занятие	наблюдение
5.		-Комбинации прыжков . Реверанс. Релеве . Повторение пройденного материала у станка. Батман девюопе. - Ронд де жамб пар терр с остановкой в сторону и назад ребром каблука. Повороты стопы. Повторение пройденного материала у станка. Боковая подбивка на полупальцах	III V	1 1	Практическое занятие	наблюдение
6.		-Разогрев медленный, статический. «Волны» и скручивания .Партер. - Разминка: подвижность диафрагмы, «волна» грудной клеткой .Различные броски ,махи. повороты.	IV VI	1 1	Практическое занятие	наблюдение
7.		-Изучение пти батман сюр ле ку де пье без акцента. У станка перегибы корпуса.	II III	1 1	Практическое занятие	наблюдение
8.		-Переступания на полупальцах с прыжком. Комбинация маленьких бросков с прыжками. Батман фондю с восьмеркой .Русский ход академический. -Rond de jamb en'laир у станк , батман фраппе (дубль).Гранд ронд де жамб жетте и балансуар.	IV III	1 1	Практическое занятие	наблюдение
9.		- На середине- все изученные у станка движения .Диагональ : сиссон ферме, балансе с поворотами ,вращение па шоссе. - Упражнения для рук I и II port de bras, на середине.	IV	1	Практическое занятие	наблюдение

		-Баттман тендю , жетте , релеве лент у станка и на середине. Вращения по диагонали- шене.	III	1		
10.		-II Port de bras на середине .Батман фондю у станка и на середине .Комбинации прыжков.	II	1	Практическое занятие	наблюдение
11.		-Присядки у станка и на середине ,качалка .падебаск простой и с поворотом. -Пластика (перегибы корпуса + контракция),стелящиеся шаги с разворотом корпуса .Кросс фронтальный -Контроль стартовых возможностей.	V	1	Практическое занятие	наблюдение
			VI	1		
12.		-ОБДД (2) Опасные места на дороге. -Plie, battm. tendu у станка, новые комбинации. Присядки .Ковырялка у станка.	IX	1	Беседа	Опрос
			V	1	Практическое занятие	наблюдение
13.		-«Коллекция» -работа с солисткой (вращения ,прыжки, сольный выход). -Упражнения на середине в положениях эффасе и круазе	IV	1	Практическое занятие	наблюдение
			III	1		
14.		- ОБДД.(3)Дорожные знаки и доп. средства информации.Светофор. - Releve lan на середине 450..Шажман де пье.	IX	1	Беседа	Опрос
			III	1	Практическое занятие	наблюдение
15.		-Упражнения на середине epaulement croisee и efface. Прыжки. Диагональ-комбинация с полькой и вращениями.	III	1	Практическое занятие	наблюдение

		-Движения ног вращательного характера rond-de-jambe, Подготовка к каблучной.	V	1		
16.		-Работа над номером «Зимняя сказка» ,хороводного, переменного шага народного материала .Работа с мальчиками. Основные ходы ,присядки.	VII	2	Практическое занятие	наблюдение
17.		-Позы классического танца. Attitudes и developpe (вперёд). Трамплинные прыжки. -Продолжение постановки и работы над «Косил Ясь» и «Коллекция».	III IV	1 1	Практическое занятие	наблюдение
18.		-Разогрев статический перед занятием. Упражнения на координацию, «кросс» по диагонали. Шаг, бег, ход на полупальцах. «Цапля» - «Зимняя сказка» .Работа в парах(повороты, вращения, продвижения по кругу)	VI VII	1 1	Практическое занятие	наблюдение
19.		-Отработка движений в в номере «Зимняя сказка» .Отработка синхрона. Работа в парах (корзиночка) с различными поворотами . -Дробные выстукивания, топающий шаг. Основной переменный ход ,шаг с притопом и продвижением.	VII V	1 1	Практическое занятие	наблюдение
20.		-Attitudes – изучение. Ронд де жамб на опоре и в плие. -Вращение под рукой у партнера в движении .Проходки, присядки, ходы.	III VII	1 1	Практическое занятие	наблюдение
21.		-« Зимняя сказка» -синхронные движения в парах. Шуточный			Практическое	наблюдение

		,соревновательный характер номера. Выход мальчиков. - Pas tortille у станка (работа стопы).Каблучная . Веревоочка.с ковырялкой.	VII	1	занятие	
			V	1		
22.		-Продолжение постановки номера «Косил Ясь». Движение пар пол кругу с вращением в паре .Поддержки ,прыжки. «Коллекция «-отработка четкости движений. -Изучение положений arabesque . Релеве лент 45град .Прыжок эшаппе.	IV	1	Практическое занятие	наблюдение
			III	1		
23.		-Работа над материалом к номеру «Русский сувенир». Русский бег, переступания ,вращения подбивки. -Припадание. Вращения(бегунок, блинчик).	VII	1	Практическое занятие	наблюдение
			V	1		
24.		-Упражнения на равновесие, кросс фронтальный. Подбивка «Кантри» с поворотами и бросками. -ОБДД (4) Регулирование дороги инспектором ГИБДД. Правила поведения пешехода.	VI	1	Практическое занятие Беседа	Наблюдение Опрос
			IX	1		
25.		-Концерт.	VIII	2	Практика	наблюдение
26.		- На середине- прыжок в положение echarpe. ,сотте по всем позициям со сменой ракурсов. -Работа над русским народным материалом «Зимняя сказка» и «Русский сувенир». Характер, позиции рук. Основной трюк(карусель)	III	1	Практическое занятие	наблюдение
			VII	1		
27.		- Работа над номером «Коллекция» Синхронные вращения и прыжки --Скручивание(боди	IV	1	Практическое занятие	наблюдение

		ролл).Импровизационный круг(сочинить комбинацию на заданный размер).	VI	1		
28.		-Прыжок -лягушка. Шажман де пье. Вращения по диагонали.	III	1	Практическое занятие	Наблюдение
		-Мужская присядка с остановкой на 2 каблука. .Веровочка с поворотом и косичкой.	V	1	Беседа	Опрос
29.		-«Кик»,- сброс ноги. Пластика-релакс. Кросс-вращения, шаги броски, прыжки	VI	1	Практическое занятие	наблюдение
		- работа над номером «Русский сувенир»-трюки., -движение в парах. Выход мальчиков «Зимняя сказка»-хлопушки, присядки.	VII	1		
30.		-Устойчивость на середине зала. Весь экзерсис. Диагональ-шене .	III	1	Практическое занятие	наблюдение
		-Комбинации с верёвочками и «моталочками».Па де баск в сторону.	V	1		
31.		-Комбинации дробей и переступаний с продвижением. Стелящийся шаг, ход в полуприсяде.	V	1	Практическое занятие	наблюдение
		-Работа над номером «Зимняя сказка» Работа над синхронным исполнением. «Русский сувенир» -карусель (отработка опускания партнерш с трюка)	VII	1		
32.		-Батман релеве лент 90 град. у станка. Вращения.	III	1	Практическое занятие	наблюдение
		-Акробатические элементы («колесо», вращение девочек).Флет-бек и контракция в различных упражнениях.	VI	1		
33.		-Продолжение работы над репертуаром.	VII	2	Практическое занятие	наблюдение
		-«Девичий хоровод с колокольчиками». Основные ходы. Навыки работы с				

		предметом(колокольчики)				
34.		-Гранд баттман жетте .Положение круазе, эфассе на середине. -Работа над новыми постановками. «Колокольчики»-Работа в парах, рисунки танца.Трилистник.	III VII	1 1	Практическое занятие	наблюдение
35.		-«Гармошка», припадание , упадание, различные ходы. -.паде буре –изучение на середине. Различные продвижения с затяжкой и опрокидыванием корпуса. Упражнения на координацию	V VI	1 1	Практическое занятие	наблюдение
36.		-Сиссон ферме с продвижением вперед. Вращение пас жетте -Работа над концертными номерами.» Колокольчики», «Зимняя сказка», «Русский сувенир»	III VII	1 1	Практическое занятие	наблюдение
37.		-«Зимняя сказка» работа в парах ,присядка с поворотом. Ковырялка на воздух ,мячик, бег, вынимание ноги через колено с прыжком -Веровочка у станка с переступанием .Молоточки и моталочка в комбинациях у станка и на середине. (4-2-1-на убывание)	VII V	1 1	Практическое занятие	наблюдение
38.		-Battment soutenu. Сотте ан турр нант .Диагональ-балансе. -«Русский сувенир» повторение . «Зимняя сказка»-рисунки. «Колокольчики»-синхронное исполнение.	III VII	1 1	Практическое занятие	наблюдение
39.		-ОБДД.(5) Правила поведения пассажира. Техника безопасности в транспорте. -Афроджаз .Броски с ударом под коленом. .Прыжки по4поз. накрест. Рраскачка корпуса и продвижением по диагонали .Упражнения на подвижность бедер.	IX VI	1 1	Беседа Практическое занятие	Опрос наблюдение
40.		-В. tendu jete pike. -Репетиционная работа над номером «Божья коровка»-прыжки, броски, повороты.	III VII	1 1	Практическое занятие	наблюдение
41.		-Боковая подбивка. Ковырялочка с веревкой. Прыжки на середине по 1,6,5 поз. с вытянутыми и сокращенными ногами.	V	1	Практическое занятие	наблюдение

		-«Божья коровка»: работа в парах., рисунки ,повороты.	VII	1		
42.		-Работа над репертуаром .Сольные отрывки с мальчиками. Постановочная работа «Ура ,каникулы!». Работа с предметом(чемоданы, сумки) -Соупре', russe (связующие движения).Порт де бра на середине	VII III	1 1	Практическое занятие	наблюдение
43.		-Перевод стопы работающей ноги в сокращённое и вытянутое положение (Cr. battm. jete)и в деми плие (провалиться). -Танец: «Ура ,каникулы!» -работа над новыми движениями..	V VII	1 1	Практическое занятие	наблюдение
44.		-Pas balance с поворотом. Шажман де пье. -Упражнения на координацию, прыжки. Кросс фронтальный.	III VI	1 1	Практическое занятие	наблюдение
45.		-Экзерсис у палки. Полька с разворотом на экарте. -Середина: дробь простая, вращения .Переход с колена на колено .Веровочка с выносом на каблук.	III V	1 1	Практическое занятие	наблюдение
46.		-Разминка в стиле джаз .расслабление позвоночника. .«Импровизационный круг». -«Ура! каникулы» работа над выходом. Актерские этюды.	VI VII	1 1	Практическое занятие	наблюдение
47.		-Диагональные вращения. Характерные движения рук с платком. Тройные перескоки .Разножка. -Движения в стиле «рок-н-ролл»-смена положения в парах. Прыжки, броски повороты.	III VI	1 1	Практическое занятие	наблюдение
48.		-Итальянский прыжок ,элементы белорусского танца(ход в полуприсяде ,перескок на одну стопу)	V	1	Практическое занятие	наблюдение

		-Движения в парах «Русский сувенир». Работа в быстром темпе. Сольные отрывки («Ура,каникулы»)	VII	1		
49.		-Продолжение работы над репертуаром. -Подготовка к туру en dehors, из 6 и 5 поз. у станка .	VII	1	Практическое занятие	наблюдение
50.		-Ковырялка с притопом и дробью на середине. Вращения «блинчик» и «козлик» .Шаг с пружиной -Комбинации с прыжками. -Промежуточный контроль.	V	1	Практическое занятие	наблюдение
51.		-Работа над репертуаром. «Ура, каникулы»-сольные отрывки.	VI	1		
52.		-Работа над репертуаром. «Ура, каникулы»-сольные отрывки.	VII	2	Практическое занятие	наблюдение
52.		-Комбинации с переступанием и продвижением по линиям. Упадание. Вращение на середине на 180 и 360 град. -ОБДД (6) Техника безопасности при езде на велосипеде. Требования к движению велосипедов и мопедов.	V	1	Практическое занятие	Наблюдение
			IX	1	Беседа	Опрос
53.		-Положение эпальман эфассе и круазе у станка. -Верёвочка на полупальцах .Веревочка .Молоточки. Перекидные с соскоком на каблук у станка.	III	1	Практическое занятие	наблюдение
			V	1		
54.		-Rond de jamb на середине. Прыжки. -Работа над номерами.	III	1	Практическое занятие	наблюдение
			VII	1		
55.		-Дроби , гармошка ,па де баск по точкам с поворотом ,шаги «до хвоста» Работа в парах: руки на крест ,меняться местами в движении(Белорусия) -Русский народный материал «Зимняя сказка»-легкость и плавность	V	1	Практическое занятие	наблюдение

		движений.	VII	1		
56.		-Ptit. battm. jete на середине. Вращение в галопе. -Вращение «4 каблука», с переборами, бегунком.	III V	1 1	Практическое занятие	наблюдение
57.		-«Попуасы»- расслабление мышц .броски, махи, повороты. -«Ура,каникулы!». Работа над номером.	VI VII	1 1	Практическое занятие	наблюдение
58.		- «Зимняя сказка», «Русский сувенир» работа над характером исполнения. -Присядка с поворотом ,разножка. Различный бег.	VII V	1 1	Практическое занятие	наблюдение
59.		-Упражнения в африканском стиле (свобода движений).Движения в стиле «Диско». Движение диафрагмой(контракция) -Изучение движений номера «Ура, каникулы!». Продолжение работы над репертуаром	VI VII	1 1	Практическое занятие	наблюдение
60.		- Комбинация вращений и прыжков из номера «Русский сувенир» и «Сказка» -Упражнения на координацию. Диагональ-диско. Понятие «изоляции» Упражнения .	VII VI	1 1	Практическое занятие	наблюдение
61.		-Battm. fondu комбинации на середине. Перегибы корпуса. -работа над характером и актерским исполнением «Ура,каникулы!»	III VII	1 1	Практическое занятие Беседа	наблюдение Опрос
62.		-Комбинации «с моталочкой». Комбинации с вращениями. -Упражнения на равновесие. Упражнения в партере.	V VI	1 1	Практическое занятие	наблюдение

63.		-Голубцы большие ,присядки с подскоком, ковырялкой, разножкой.	V	1	Практическое занятие	наблюдение
		-Устойчивость на середине (releve lant).Большие броски.	III	1		
64.		-Дроби. Вращение по полукругу.	V	1	Практическое занятие	наблюдение
		-Работа над репертуаром.	VII	1		
65.		-Диагональ: па курю, комбинации с подскоками и галопом	III	1	Практическое занятие	наблюдение
		-«Ковырялка» на воздух в комбинациях.	V	1		
66.		-Прыжковая комбинация с продвижением. Упражнения на пластику.	VI	1	Практическое занятие	наблюдение
		-Работа над репертуаром .Работа над номером «Колокольчики»-трилистник ,вращения в парах.	VII	1		
67.		-Sisone ferme.	V	1	Практическое занятие	наблюдение
		-Кросс фронтальный, диагональный.	VI	1		
68.		-Все изученные вращения. Подготовка к пас жетте ан турнан.	III	1	Практическое занятие	наблюдение
		-Работа над репертуаром.	VII	1		
69.		-Изучение пас эшаппе на середине .Прыжки.	III	1	Практическое занятие	наблюдение
		-Вращение: «4 бега», «козлик» .Ползунок с опорой на руки. Шаг Польки, легкий бег. Качающийся шаг.	V	1		
70.		-I и II и 3 port de bras. Экзерсис на середине.	III	1	Практическое занятие	Наблюдение
		стиля «Кантри».	VI	1		
		-Элементы			концерт	

						наблюдение
71.	Хореографический зал	-Повторение поз классического танца .Весь изученный экзерсис. -Работа над репертуаром. «Ура ,каникулы!»- перестроения и рисунки.	III VII	1 1	Практическое занятие	наблюдение
72.		-Концерт, посвящённый Дню Защитника Отечества.	VIII	2	Практика	наблюдение
73.		-Па де бурре. -Работа над репертуаром. «Божья коровка»-прыжковые движения.	III VII	1 1	Практическое занятие	наблюдение
74.		-Подбивка в сторону с продвижением. Присядка ,бегунок на руках с продвижением. -Диагональ «колесо», шпагат с прыжка. Различные продвижения в галопе(сидя ,выскакивая, с поворотом и бегом)	V VI	1 1	Практическое занятие	наблюдение
75.		-Прыжки Crhangement de pied по V позиции. Пас эшаппе. Диагональ-вращения. -Работа над репертуаром.	III VII	1 1	Практическое занятие концерт	Наблюдение наблюдение
76.		-Вынос ноги на каблук и перекидные с остановкой на каблук. Шаги с притопом и переступанием. -Контракция (вдох-выдох)движение диафрагмы.	V VI	1 1	Практическое занятие	наблюдение
77.		-Экзерсис у станка. Балансе. -Середина: дробь, вращения. Упражнения для рук.	III V	1 1	Практическое занятие	наблюдение
78.		-Упражнения на равновесие. Диска-кросс. -«Зимняя сказка»-репетиция. «Ура ,каникулы !»-работа с солистами.	VI VII	1 1	Практическое занятие	наблюдение
79.		-Soute, прыжки. Петит батман сюр ле ку де пье. -Вращения .Крутки и прыжки на середине .Одинарная дробь с притопом.	III V	1 1	Практическое занятие	наблюдение

80.	-Упражнения для рук: пресс-позиция, «свечка» , «арч» -Работа над репертуаром.	VI VII	1 1	Практическое занятие	наблюдение
81.	-Экзерсис у станка. Повторение пройденного материала. -Вращение «4 каблука» +поворот .Хлопушки по бедру ,голенщику, сапогу С продвижением и вокруг себя .Движения на прыжковой подмене опорной ноги ,с прыжком высоким и низким.	III V	1 1	Практическое занятие	наблюдение
82.	-Диафрагма (отгалкивание от себя ладоней) с шагами. «Фиксация» на хлопок . -Соскок-отъезд, Изучение техники отрыва опорной пятки. Маленькие броски от щиколотки с акцентом от себя. -	VI V	1 1	Практическое занятие Беседа	Наблюдение Опрос
83.	-В. Фгарре носком в пол и на воздух. Различные вращения. -Броски по диагонали Ковырялка .Комбинации с моталочкой ,Различные проходки.	III V	1 1	Практическое занятие	наблюдение
84.	-Удлинение вперёд.(флет бек) .Кроссы диагональный и фронтальный. Ходы в различных направлениях с поворотами, прыжками, хлопками .Скручивания. -Работа над репертуаром. «Ура,каникулы!»-синхрон.	VI VII	1 1	Практическое занятие	наблюдение
85.	-Рас девлюпе в сторону. У станка. -Комбинации с верёвкой.(на ,полупальцах ,с переступанием и выносом на каблук)Маленькие броски на всей стопе согнутой опорной ноги.	III V	1 1	Практическое занятие	наблюдение
86.	-Концерт.	VIII	2	Практика	наблюдение
87.	-Экзерсис у станка. Комбинации с большими бросками. -Хлопушки Хороводный мелкий шаг, переменные шаги. Русский ход	III	1	Практическое занятие	наблюдение

		Академический.	V	1		
88.		-«Кик- сброс» в продвижении. Прыжки и продвижения с зависанием. -Работа над репертуаром. Повторение номеров.	VI	1	Практическое занятие	наблюдение
			VII	1		
89.		-Вращения на середине и по диагонали. -Дробь . Прыжки, подбивки, переборы. Упражнения в парах.	III	1	Практическое занятие	наблюдение
			V	1		
90.		-Трилистник ,гармошка ,па де баск ,дробь .Комбинации с веревочкой.	V	2	Практическое занятие	наблюдение
91.		-Battm. soutenu у станка. Адажио. -Присядки. Припадание. Лирические отрывки. Ронд де жамб пар тер у станка через 6 поз. с перегибами корпуса.	III	1	Практическое занятие	наблюдение
			V	1		
92.		-Упражнения в стиле «хип-хоп». Прыжки с опоры руками в пол ,зависая «столбиком» по линиям и в повороте. -ОБДД. (7) Дорога нее место для игры	VI	1	Практическое занятие	Наблюдение
			IX	1	Беседа	Опрос
93.		-Экзерсис у станка и на середине. Отработка техники. движений -Бег в различном темпе и манере .У станка комбинации каблучной и веревочки. Вращения.	III	1	Практическое занятие	наблюдение
			V	1		
94.		-Отчетный концерт.	VIII	2	Практика	Наблюдение
95.	Хореографический зал	-Экзерсис на середине. Диагональ :комбинации вращений(шене, подскоки, па галопа)	III	1	Практическое занятие	наблюдение

		-Кадрильный шаг и движения в парах. Па де баски .Веревочки.	V	1		
96.		-Повторение пройденного материала. Работа над техникой исполнения. -Работа над репертуаром. Отработка синхрона и актерская работа.	V VII	1 1	Практическое занятие	наблюдение
97.		-Экзерсис у станка. Батман тандю рур ле пье. -Вращение и крутки на середине. Промежуточная аттестация.	III V	1 1	Практическое занятие	наблюдение
98.		-Экзерсис на середине. Исполнение упражнений по ракурсам эффасе и круазе. -Работа над репертуаром. Техника исполнения.	III VII	1 1	Практическое занятие	наблюдение
99.		-Balanse Вальсовая комбинация ,шене ,Большие прыжки трамплинные. Повторение пройденного материала.	III	2	Практическое занятие	наблюдение
100.		-Soute, все позиции. Итальянский прыжок. -Работа над репертуаром.	III VII	1 1	Практическое занятие	наблюдение
101.		-Экзерсис у станка и на середине. Вращения по диагонали в быстром темпе. -Работа над репертуаром.	III VII	1 1	Практическое занятие	наблюдение
102.		-Экзерсис на середине .Вращения. Закрепление пройденного материала. -Работа над репертуаром.	III VII	1 1	Практическое занятие	наблюдение
103.		-Концерт.	VIII	2	Практика	наблюдение
104.		-Тренаж у станка .Вращения. Повторение движений и комбинаций в русском народном и белорусском характере.	V	1	Практическое занятие	наблюдение

		-Батман фраппе на полу и на воздух.	III	1		
105.		-Диагональ. Вращения. Отработка техники исполнения упражнений и комбинаций.	III	1	Практическое занятие	наблюдение
		-Работа над репертуаром .Прогон всех номеров.	VII	1		
106.		-Концерт.	VIII	2	Практика	наблюдение
107.		-Закрепление пройденного материала. Исполнение различных этюдов в быстром темпе и лирических.	V	1	Практическое занятие	Наблюдение
		-Работа над репертуаром.	VII	1		Контрольное задание
108.		Итоговое занятие. Повторение и закрепление пройденного материала.	III	1	Практическое занятие	Наблюдение
			VII	1		Контрольное задание
		Всего:		216	часов	

Объединение «Хореография»

Дополнительная общеразвивающая программа «Хореография: от движения к танцу»

педагог дополнительного образования Солодкова И.В.

Группа 1. Расписание: пон., ср, пятн. – 16.00-18.00

Календарный учебный график на 2022-2023 уч. год

Календарный учебный график на 2023-2024 уч. год

Календарный учебный график реализации программы регламентируется Календарным учебным графиком МБУ ДО «ДЮЦ «Галактика» на 2023-2024 учебный год

Набор детей на обучение по программе осуществляется в два этапа:

- основной набор 15 апреля - 15 августа 2023 года;
- дополнительный набор 15 августа - 30 сентября 2023 года.

Продолжительность 2023–2024 учебного года:

- начало учебного года – 01.09.2023 г.;
- продолжительность учебного года – 36 недель;
- окончание учебного года – 31.05.2024 года

Учебный год делится на два полугодия:

- 1-ое полугодие – с 01.09.2023 по 31.12.2023
- 2-ое полугодие – с 09.01.2024 по 31.05.2024
- Зимние каникулы – с 01.01.2024 по 08.01.2024

Полугодие	Период начала и окончания	Количество недель	Промежуточная аттестация учащихся	Итоговая аттестация учащихся
1 полугодие	01.09.2023-31.12.2023	16		
2 полугодие	09.01.2024-31.05.2024	20	Май (1-й г.об.; 2-й г.об.)	Май (3-й г.об.)

Объединение «Хореография» педагог дополнительного образования Солодкова И.В.
 Дополнительная общеразвивающая программа «Хореография: от движения к танцу»
 Тема воспитательной работы: "Развитие социальной компетентности детей и подростков"
 Календарно-тематический план - график воспитательной работы на 2023/2024 учебный год

Дата	Название мероприятия	Направление *	Модуль **	Примечание
сентябрь	Родительское собрание. День г.о. Мытищи. Беседа "Моя малая Родина"	Духовно-нравственное	Работа с родителями»	
октябрь	День Учителя. Концерт Государственный флаг РФ	Культурологическое Духовно-нравственное	«Выставки, концерты, спектакли» «Детские объединения»	
ноябрь	День народного единства. Викторина "Россия -Родина моя"	Гражданско-патриотическое	«Ключевые дела»	
декабрь	Новогодний праздник.	Культурологическое	«Выставки, концерты, спектакли».	
январь	Родительское собрание. Спортивная эстафета	Физическое	«Работа с родителями»	
февраль	День защитника Отечества. Урок мужества	Духовно-нравственное	«Ключевые дела»	
март	Международный женский день. Праздник "День Мамы"	Культурологическое	«Выставки, концерты, спектакли».	
апрель	День экологии. Субботник "Приведи в порядок сою планету"	Экологическое воспитание	«Ключевые дела»	
май	День Победы. Беседа "Чтобы помнили..."	Гражданско-патриотическое	«Ключевые дела»	

***Направления воспитательной работы:**

- Духовно-нравственное
- Культурологическое
- Экологическое воспитание
- Физическое
- Гражданско-патриотическое

****Модуль**

1. Модуль «Ключевые дела» (главные традиционные дела, коллективные творческие дела, мероприятия духовно-нравственной и патриотической направленности)
2. Модуль «Детские объединения».
3. Модуль «Самоуправление».
4. Модуль «Выставки, концерты, спектакли, соревнования».
5. Модуль «Работа с родителями».