

ПРИНЯТО

на педагогическом совете

Протокол № 1  
от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»

Э.Ю. Салтыков

Приказ № 147-О  
от «29» августа 2024 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Детский танец»

Направленность: художественная

Уровень сложности освоения: базовый

Возраст учащихся: 6 - 12 лет

Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:

Мицкевич Анна Евгеньевна,

педагог дополнительного образования

г. Мытищи

2024 г.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....</b>	<b>4 стр.</b>
Название, направленность, уровень программы	
Авторская основа программы	
Нормативно-правовая основа	
Актуальность программы	
Отличительная особенность программы	
Педагогическая целесообразность программы	
Адресат программы. Краткая характеристика учащихся по программе	
Режим занятий	
Общий объем часов	
Срок освоения программы	
<b>Цель программы</b>	
<b>Задачи</b>	
Особенности организации образовательного процесса	
Форма обучения	
Язык обучения	
Виды занятий	
<b>Аттестация учащихся</b>	
Текущий контроль	
Итоговая аттестация	
Предполагаемые формы проведения аттестации ( <i>приложение № 1</i> )	
<b>Ожидаемые результаты программы</b>	
Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов	
Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов	
Критерии оценки планируемых результатов	
<b>Воспитательный потенциал программы</b>	
<b>УЧЕБНЫЙ ПЛАН .....</b>	<b>9 стр.</b>
<b>СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ УЧЕБНОГО ПЛАНА .....</b>	<b>12 стр.</b>
<b>УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ .....</b>	<b>23 стр.</b>
Календарный учебный график ( <i>приложение № 2</i> )	
Календарно-тематический план ( <i>приложение № 3</i> )	
Календарный план воспитательной работы ( <i>приложение № 4</i> )	
<b>Ресурсное обеспечение программы:</b>	
Кадровое обеспечение	
Информационно-методическое обеспечение	
Образовательные технологии и средства обучения и воспитания	
Материально-техническое обеспечение	
Оценочные материалы ( <i>приложение № 5</i> )	
<b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСОВ .....</b>	<b>26 стр.</b>
<b>Список литературы для педагога</b>	
Психолого-педагогическая литература	
Литература по профилю	
Интернет-ресурсы	
<b>Список литературы для учащихся и родителей</b>	
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ .....</b>	<b>28 стр.</b>
Вопросы к теоретической части итоговой аттестации ( <i>Приложение № 1</i> )	
Календарный учебный график ( <i>Приложение № 2</i> )	

Календарно-тематический план (*Приложение № 3*)  
Календарный план воспитательной работы (*Приложение № 4*)  
Оценочные – материалы (*Приложение № 5*)

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «**Детский танец**» (базовый **уровень**) реализует художественную **направленность**.

**Авторская основа программы.** Программа составлена на основе программы «Ритмика и танец» Бриске И. Э. и программы М.С. Боголюбской «Хореографический кружок».

### **Программа составлена с учётом нормативно-правовых документов:**

1. Конвенция ООН "О правах ребенка" (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989 г.);
2. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020);
3. Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
4. 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»;
5. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (последняя редакция);
6. Указ Президента РФ от 29 мая 2017 г. № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства на 2018 – 2027 годы»;
7. Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
8. Федеральный проект "Патриотическое воспитание граждан РФ" национального проекта "Образование»;
9. Национальный проект "Образование" (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 03.09.2018 №10);
10. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);
11. План мероприятий по реализации в 2021-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р);
12. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 23 января 2021 г. № 122-р «Об утверждении плана основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года»;
13. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;
14. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования». Стратегические приоритеты в сфере реализации государственной программы Российской Федерации "Развитие образования" до 2030 года (в ред. Постановления Правительства РФ от 07.10.2021 № 1701);
15. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
16. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
17. 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);

18. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» («Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
19. Письмо Министерства просвещения РФ от 17.06.2022 г. "О примерном календарном плане воспитательной работы";
20. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 г. № АБ-3935/06 «О методических рекомендациях» («Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования для реализации приоритетных направлений научного и культурного развития страны»);
21. Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден протоколом заседания проектного комитета по национальному проекту "Образование" от 07.12.2018 № 3;
22. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
23. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» // Статья VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи.
24. Государственная программа Московской области "Образование Подмосковья" на 2017-2025 годы (утв. постановлением Правительства Московской области от 25.10.2016 г. № 784/39);
25. Распоряжение Министерства образования Московской области от 31.08.2023 № Р-900 «Об организации работы в рамках реализации персонифицированного учета и системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Московской области»;
26. Постановление Администрации городского округа Мытищи Московской области от 11.03.2024 № 1170 «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания муниципальной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в г.о. Мытищи в соответствии с социальным сертификатом».

**Актуальность программы** определяется запросом со стороны детей и их родителей на программы художественной направленности для детей младшего школьного возраста. Занятия хореографией оказывают благотворное влияние на развитие физических данных, творческого мышления, внимания, памяти. В настоящее время все большее количество детей и их родителей (законных представителей) желают заниматься хореографическим искусством на базе общеобразовательных школ, так как это достаточно удобно – совмещать основное образование и развиваться творчески, посещая танцевальные занятия. Таким образом, возникла необходимость в данной программе.

Занятия в кружке способствуют социальной активности ребенка, здесь он знакомится с основами танцевального искусства, приобщается к одному из его видов.

**Отличительная особенность программы** находит свое отражение основана на представлении хореографии во всем ее многообразии, что дает более широкие возможности для творческого самовыражения учащихся.

Основная идея программы заключается в том, что предусматривается прохождение базовых элементов. Занятия начинаются на середине зала с постановки корпуса, изучения позиций рук и ног, освоения простейших элементов и форм танца с той степенью технической сложности и

нагрузкой на мышечный аппарат, которые доступны учащимся. И могут изучаться без применения экзерсиса у станка, принятого на уроках танца.

Систематическое и планомерное изучение расширяет диапазон творческих возможностей детей, а также заставляет учащихся и педагогов искать новые краски актерской выразительности. В процессе обучения, учащиеся развивают свой суставно-связочный аппарат, эластичность и силу мышц, координацию и выразительность движений.

Новизна программы включает – подбор современных образовательных технологий, методов, форм, направленных на развитие творческих способностей учащихся, применение видеоматериалов профессиональных коллективов, методические разработки ведущих педагогов в работе над методикой исполнения, характером исполнения и создания сценического образа.

Новизна данной образовательной программы заключается в комплексном решении задач оздоровления: физическое развитие детей организуется при одновременном развитии их интеллектуальных и креативных способностей, эмоциональной сферы, психических процессов.

#### **Педагогическая целесообразность программы.**

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

Программа составлена с учетом возрастных особенностей, уровня учащихся, 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 учащихся, приобретению практических умений и навыков в области хореографического искусства.

Программа способствует формированию нравственных качеств личности: дисциплинированности, ответственности, коллективизму.

#### **Адресат программы**

**Возраст учащихся - 6-12 лет**

Программа «Детский танец» адресована учащимся младшего школьного возраста.

#### **Краткая характеристика учащихся по программе:**

##### ***Дети младшего школьного возраста***

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 в этом возрасте способствуют физическому развитию детей и обогащают их духовно. Благодаря чему появляется потребность выразить свои эмоции, средствами пластики, гармонично связывая движение и музыку, оказывая положительное воздействие на здоровье.

#### **Режим занятий:**

Занятия проводятся три раза в неделю по два академических часа с перерывом 15 минут.

**Общий объем часов программы - 432 ч.**

1 год обучения – 216 ч.;

2 год обучения – 216 ч.

**Срок освоения программы - 2 года.**

**Цель программы:** развитие творческих способностей учащихся через обучение основам хореографии.

**Задачи:**

**воспитательные /личностные**

- содействовать воспитанию дисциплинированности, ответственности;
- воспитывать умение к самоорганизации;
- обеспечить высокую творческую активность при выполнении заданий педагога;
- создать условия, обеспечивающие воспитание нравственных и духовных качеств личности ребенка;
- воспитывать уважение к прошлому и настоящему своего народа, его культурным ценностям;
- формировать ценностные ориентиры на чувство патриотизма и коллективизма;

**развивающие /метапредметные:**

- начать работу по развитию мотивации к занятиям хореографией;
- развивать музыкальный слух, чувство ритма и четкость исполнения;
- развивать танцевальную выразительность, координацию движений;
- развивать способность к импровизации, художественно-образное мышление;
- развивать умение высказывать свою точку зрения;
- укреплять здоровья учащихся посредством занятий хореографией;

**образовательные /предметные:**

- сформировать первоначальную хореографическую подготовку;
- познакомить детей с хореографическими терминами и понятиями;
- научить взаимосвязи музыки и движения;
- сформировать танцевальные способности;
- дать возможность применить на практике полученные знания о танце;
- содействовать овладению выразительного исполнения танца;

**Ожидаемые результаты программы:**

**воспитательные /личностные:**

учащиеся:

- повысили дисциплинированность, ответственность;
- воспитывать умение к самоорганизации;
- обеспечить высокую творческую активность при выполнении заданий педагога;
- создать условия, обеспечивающие воспитание нравственных и духовных качеств личности ребенка;
- воспитывать уважение к прошлому и настоящему своего народа, его культурным ценностям;
- формировать ценностные ориентиры на чувство патриотизма и коллективизма;

**развивающие /метапредметные:**

у учащихся

- повысилась мотивация к занятиям хореографией;
- развили музыкальный слух, чувство ритма и четкость исполнения;
- развили танцевальную выразительность, координацию движений;
- развили способность к импровизации, художественно-образное мышление;
- развили умение высказывать свою точку зрения;
- укрепили здоровье посредством занятий хореографией;

**образовательные /предметные:**

учащиеся

- сформировали первоначальную хореографическую подготовку;
- познакомились с хореографическими терминами и понятиями;
- понимают взаимосвязь музыки и движения;
- сформировали танцевальные способности;
- применяют на практике полученные знания о танце;
- проявляет выразительность исполнения танца.

## **Особенности организации учебного процесса**

Программа реализуется в традиционной форме.

**Формы обучения:** очная.

**Язык обучения:** русский

**Виды занятий:** практическое занятие, тренинг, открытое занятие, мастер-класс, представление, концерт, конкурс, фестиваль.

При использовании дистанционных технологий обучения: видеоконференция; консультация; практическое занятие; on-line мероприятие концерт, мастер-класс; самостоятельная работа).

### **Аттестация учащихся**

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 общеобразовательной 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 учащихся на определенном этапе реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

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

### **Предполагаемые формы проведения промежуточной аттестации**

Промежуточная аттестация практической подготовки учащихся проводится в форме: *творческий зачет, итогового занятия, выступления на конкурсе, концерте.*

Промежуточная аттестация теоретической подготовки учащихся проводится в форме *опроса.*

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

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

**Итоговая аттестация** учащихся проводится по окончании реализации дополнительной общеобразовательной 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 учащихся.

### **Предполагаемые формы проведения итоговой аттестации**

Итоговая аттестация практической подготовки учащихся проводится в форме: *итогового занятия, выступления на конкурсе, концерте.*

Итоговая аттестация теоретической подготовки учащихся проводится в форме *опроса.*

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

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

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:** видеозапись, грамота, сертификат, журнал посещаемости, фото, отзыв детей и родителей.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов** конкурс, концерт, открытое занятие, отчет итоговый, праздник, фестиваль.

### **Критерии оценки достижения планируемых результатов**

Оценка достижения планируемых результатов освоения программы осуществляется по трем уровням:

- высокий (от 80 до 100% освоения программного материала),
- средний (от 51 до 79% освоения программного материала),
- низкий (менее 50% освоения программного материала).

Уровни освоения	Результат
Высокий уровень освоения программы	Учащиеся демонстрируют высокую заинтересованность в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговой аттестации показывают отличное знание теоретического материала, практическое применение знаний воплощается в качественный продукт
Средний уровень освоения программы	Учащиеся демонстрируют достаточную заинтересованность в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание Программы. На итоговой аттестации показывают хорошее знание теоретического материала, практическое применение знаний воплощается в продукт, требующий незначительной доработки.
Низкий уровень освоения программы	Учащиеся демонстрируют низкий уровень заинтересованности в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговом тестировании показывают недостаточное знание теоретического материала, практическая работа не соответствует требованиям.

### **Воспитательный потенциал программы**

**Цель:** формирование социальной компетентности учащихся в процессе освоения программы

#### **Задачи:**

- формирование уверенности у учащихся в своих силах,
- развитие коммуникативных навыков учащихся,
- обучение навыкам организационной деятельности, самоорганизации,
- формирование активной гражданской позиции,
- формирование представления о базовых ценностях российского общества,
- формирование ответственности за себя и других,
- формирование общей культуры учащихся,
- формирование умения объективно оценивать себя и окружающих,
- развитие мотивации учащихся к саморазвитию, познанию и творчеству,
- воспитание трудолюбия и коллективизма,
- создание «ситуации успеха» для развития личности учащихся

#### **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.

#### **Направления воспитательной работы:**

- гражданско-патриотическое,

- духовно-нравственное,
- культурологическое,
- экологическое воспитание,
- физическое

**Модули воспитательной работы:**

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

**Формы проведения воспитательных мероприятий:** беседа, викторина, праздник, тематический вечер, концерт, конкурс, соревнование, поход, экскурсия.

**Методы воспитательного воздействия:** убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация и др.

**Ожидаемые результаты воспитательной работы:**

Учащиеся:

- сформируют уверенность в своих силах,
- разовьют коммуникативные навыки,
- обучатся организационной деятельности, самоорганизации,
- сформируют активную гражданскую позицию,
- сформируют представление о базовых ценностях российского общества,
- сформируют ответственность за себя и других,
- разовьют общую культуру,
- сформируют умение объективно оценивать себя и окружающих,
- разовьют мотивацию к саморазвитию, познанию и творчеству
- приобретут навыки трудолюбия и коллективизма

Календарный план воспитательной работы на 2024/2025 учебный год (Приложение 4)

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 год обучения					
№ п/п	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
I	Введение. Техника безопасности	1	0,5	0,5	Беседа, опрос
II	ОБДД	7	1,75	5,25	
1)	Азбука дорожного движения.	1	0,25	0,75	опрос
2)	Дорожные знаки.	1	0,25	0,75	опрос
3)	Светофор.	1	0,25	0,75	опрос, викторина
4)	Правила поведения пешехода	1	0,25	0,75	опрос, викторина
5)	Правила поведения пассажира	1	0,25	0,75	опрос, викторина
6)	Техника безопасности при езде на велосипеде	1	0,25	0,75	опрос, викторина

7)	Дорога - не место для игр.	1	0,25	0,75	опрос, викторина
<b>III</b>	<b>Ритмика</b>	<b>40</b>	<b>3</b>	<b>37</b>	
1)	Музыкальная выразительность	16	1	15	Творческий зачет/наблюдение
2)	Танцевально-двигательные навыки	16	1	15	Творческий зачет/наблюдение
3)	Музыкально-ритмические игры	8	1	7	Творческий зачет/наблюдение
<b>IV</b>	<b>Азбука танцевального движения</b>	<b>60</b>	<b>4</b>	<b>56</b>	Наблюдение
1)	Танцевальные движения на середине	30	1	29	наблюдение
2)	Рисунок танца	6	1	5	наблюдение
3)	Изучение прыжков	12	1	11	наблюдение
4)	Вращения	12	1	11	наблюдение
<b>V</b>	<b>Общая физическая подготовка</b>	<b>40</b>	<b>3,25</b>	<b>36,75</b>	Наблюдение
1)	Упражнения для всех групп мышц	8	0,5	7,5	наблюдение
2)	Упражнения для развития силы и	8	0,5	7,5	наблюдение
3)	Упражнения для развития гибкости	8	0,5	7,5	наблюдение
4)	Упражнения на растяжку	8	0,5	7,5	наблюдение
5)	Партерная гимнастика	8	0,5	7,5	наблюдение
<b>VI</b>	<b>Танцевальные этюды и танец</b>	<b>40</b>	<b>2</b>	<b>38</b>	Наблюдение
1)	Составление танцевальных комбинаций	20	1	19	Творческий зачет/наблюдение
2)	Разучивание основных элементов и танцевальных комбинаций к хореографической постановке	20	1	19	Творческий зачет/наблюдение
<b>VII</b>	<b>Репетиционная работа</b>	<b>26</b>	<b>1</b>	<b>25</b>	
1)	Постановка концертных номеров:	10	0,5	9,5	наблюдение
2)	Репетиция концертных номеров:	16	0,5	15,5	наблюдение
<b>VIII</b>	<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Опрос, выступление
	<b>ВСЕГО</b>	<b>216 ч.</b>	<b>16,5</b>	<b>199,5</b>	

## 2 год обучения

<b>I</b>	<b>Введение. Техника безопасности</b>	<b>1</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	Беседа
<b>II</b>	<b>ОБДД</b>	<b>7</b>	<b>1,75</b>	<b>5,25</b>	
1)	Транспорт – источник повышенной опасности	1	0,25	0,75	опрос, викторина
2)	Безопасность пешехода	1	0,25	0,75	опрос, викторина
3)	Безопасность пассажира	1	0,25	0,75	опрос, викторина
4)	Безопасность на железной дороге	1	0,25	0,75	опрос, викторина
5)	Езда на велосипеде	1	0,25	0,75	опрос, викторина
6)	Ответственность за нарушения на дорогах и транспорте	1	0,25	0,75	опрос, викторина

7)	ОБДД в летний период	1	0,25	0,75	опрос, викторина
<b>III</b>	<b>Основы классического танца</b>	<b>50</b>	<b>5</b>	<b>45</b>	
1)	Движения классического танца у	14	1	13	наблюдение
2)	Движения классического танца на	14	1	13	наблюдение
3)	Балетная гимнастика	12	1	11	наблюдение
4)	Вращения	5	1	4	наблюдение
5)	Изучение прыжков	5	1	4	наблюдение
<b>IV</b>	<b>Основы современного танца</b>	<b>50</b>	<b>5</b>	<b>45</b>	Наблюдение
1)	Разогрев на середине зала	14	1	13	наблюдение
2)	Экзерсис на середине зала	14	1	13	наблюдение
3)	Кросс. Передвижение в пространстве	11	1	10	наблюдение
4)	Танцевальная комбинация и импровизация	11	1	10	наблюдение
<b>V</b>	<b>Общая физическая подготовка</b>	<b>40</b>	<b>3</b>	<b>37</b>	<b>Наблюдение</b>
1)	Упражнения для всех групп мышц	10	0,5	9,5	наблюдение
2)	Упражнения для развития силы и	10	0,5	9,5	наблюдение
3)	Упражнения для развития прыжка	4	0,5	3,5	наблюдение
4)	Упражнения для развития гибкости	4	0,5	3,5	наблюдение
5)	Упражнения на растяжку	6	0,5	5,5	наблюдение
6)	Партерная гимнастика	6	0,5	5,5	наблюдение
<b>VI</b>	<b>Сценическая выразительность</b>	<b>26</b>	<b>3</b>	<b>23</b>	<b>Наблюдение</b>
1)	Тренировка мимических мышц	4	0,5	3,5	наблюдение
2)	Мышечная свобода	6	0,5	5,5	наблюдение
3)	Сценическое внимание	4	0,5	3,5	наблюдение
4)	Воображение и фантазия	6	0,5	5,5	наблюдение
5)	Темпо-ритм	6	0,5	5,5	наблюдение
<b>VII</b>	<b>Репетиционная работа</b>	<b>40</b>	<b>3</b>	<b>37</b>	<b>Наблюдение</b>
1)	Поиск идей и сюжетов будущих постановок с обучающимися	10	1	9	наблюдение
2)	Составление танцевальных композиций	12	1	11	Наблюдение
3)	Разучивание и отработка основных элементов и танцевальных комбинаций к хореографическим постановкам.	18	1	17	наблюдение

<b>VIII</b>	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>Опрос, выступление</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>216 ч.</b>	<b>21,25</b>	<b>194,75</b>	
	<b>ИТОГО по программе</b>	<b>432 ч.</b>	<b>37,75</b>	<b>394,25</b>	

## **СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ УЧЕБНОГО ПЛАНА**

### **1 ГОД ОБУЧЕНИЯ**

#### **РАЗДЕЛ I. Введение. Техника безопасности**

##### **Тема 1. Вводный инструктаж по ТБ. Введение в программу**

**Теория:** Техника безопасности на занятиях в объединении. Правила противопожарной безопасности. Действия при ЧС.

Введение в предмет. Информация о программе. Требования к занятиям.

**Практика:** Просмотр и обсуждение фильма. Викторина

#### **РАЗДЕЛ II. ОБДД**

##### **Тема 1. Азбука дорожного движения**

**Теория:**

Беседа: Пешеходная азбука: улица, тротуар, проезжая часть, перекресток. Опасные места на дорогах. Показ и обсуждение тематических слайдов.

**Практика:**

Тематическая викторина по ПДД

##### **Тема 2. Дорожные знаки**

**Теория:**

Беседа: Дорожные знаки и дополнительные средства информации.

**Практика:**

Игра «Путешествие на транспорте»

##### **Тема 3. Светофор**

**Теория:**

Сигналы светофора. Регулирование дорог инспектором ГИБДД. Показ и обсуждение тематических слайдов.

**Практика:** Викторина «Сигналы светофора».

##### **Тема 4. Правила поведения пешехода**

**Теория:**

Беседа: Дорожные знаки и дополнительные средства информации.

**Практика:**

Игра «Путешествие на транспорте»

##### **Тема 5. Правила поведения пассажира**

**Теория:**

Беседа: Техника безопасности в транспорте. Техника безопасности при езде на велосипеде. Требования к движению велосипедов. Дорога – не место для игр.

**Практика:**

Викторина «Дорожные знаки». Чтение и разучивание коротких стихов по правилам дорожного движения.

##### **Тема 6. Техника безопасности при езде на велосипеде**

**Теория:**

Техника безопасности при езде на велосипеде. Требования к движению велосипедов, мопедов.

**Практика:** отработка навыков езды на велосипеде

## **Тема 7. Дорога – не место для игр**

**Практика:**

Почему нельзя играть на дороге. Опасности на дороге. Животные на дороге.

Игра-викторина «Дорожное движение»

## **РАЗДЕЛ III. Ритмика**

### **Тема 1. Музыкальная выразительность**

**Теория:** Понятия: вступление, музыкальная фраза, ритмический рисунок. Характер музыки (веселый, спокойный, энергичный, торжественный и т.д.). Темп (скорость музыкального движения). Музыкальный размер: 2/4, 3/4, 4/4; сильные и слабые доли.

**Практика:** Отражение в движении разнообразных оттенков характера музыкальных произведений. Тактирование в указанных музыкальных размерах.

### **Тема 2. Танцевально-двигательные навыки**

**Теория:** Позиции рук и ног. Положение корпуса. Точки в зале.

**Практика:**

- танцевальный шаг в продвижении вперед и назад;
- шаг на полупальцах в продвижении вперед и назад;
- шаг с высоким подъёмом колена на всей стопе и на полупальцах;
- лёгкий бег; бег, сгибая ноги сзади; бег, вынося прямые ноги вперед;
- подскоки;
- галоп;
- позиции ног, смена позиций ног на новый музыкальный такт;
- позиции и положения рук, переводы рук из позиции в позицию;
- положения рук в паре;
- положения корпуса;
- шаг польки;
- русский переменный шаг;
- припадание;
- «ковырялочка»;
- «гармошка»;
- притопы;
- прыжки (на двух ногах на месте, в продвижении вперед, в повороте вокруг себя) на разные музыкальные длительности и ритмические рисунки;
- упражнения на ориентировку в пространстве (повороты вправо-влево, движение по линии и против линии танца, движение по диагонали); согласовывать изменение направления движения с построением музыкального произведения;
- построения и перестроения (рисунки в танце); смена рисунка в танце в соответствии с музыкальным периодом, предложением, фразой.

### **Тема 3. Музыкально-ритмические игры**

**Теория:** Объяснение игр.

**Практика:**

- этюды с предметами (мяч, скакалка, обруч, лента и т. д.);
- этюды с использованием детских музыкальных инструментов (бубнов, колокольчиков, маракас, ложек, барабана и т. д.);
- музыкально-ритмические этюды и танцы, сочиненные самими учащимися;
- музыкально-ритмические игры (сюжетные и ролевые).

## РАЗДЕЛ IV. Азбука танцевального движения

### Тема 1. Танцевальные движения на середине зала.

**Теория:** Позиции рук и ног. Руки как «речевое» средство поз танца. Port de bras – комплекс движений, направленный на воспитание исполнительского мастерства. Виды port de bras. Определение понятия «опорная и рабочая нога».

#### Практика:

1. Позиции рук и ног.
2. Основные малые позы (обе ноги на полу):
  - croisée вперед и назад;
  - effacée вперед и назад.
3. Формы port de bras:
  - 1-я форма port de bras;
  - 2-я форма port de bras;
  - 3-я форма port de bras.
4. Plié
5. Battements tendus.
6. Battements tendus jeté.
7. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.

### Тема 2. Рисунок танца

**Теория:** Рисунок танца как одно из выразительных средств хореографической композиции. Отражение национальных особенностей в рисунке танца.

#### Практика:

1. Развитие танцевального рисунка, распределение его по танцевальной площадке.
2. Простой рисунок.

### Тема 3. Изучение прыжков

**Теория:** Группы прыжков: с двух ног на две; с двух ног на одну; с одной ноги на две; с одной ноги на другую; на одной ноге. Технология прыжка: толчок, взлет, завершение. Последовательность изучения. Методика исполнения прыжка. Роль и значение demiplié в технике исполнения прыжка.

#### Практика:

1. Temps sautes по I, II, V позициям.
2. Changement de pied.
3. Pas echappé по II позиции.
4. Petit pas chassé во всех направлениях en face.

### Тема 4. Вращения

**Теория:** Полуповороты и повороты как начальный и основной элемент умения точно ориентироваться в пространстве. Понятие направлений «en dehors et en dedans». Методика изучения полуповоротов и поворотов на двух ногах. Устойчивость как основной элемент техники исполнения вращений.

#### Практика:

1. Полуповороты и повороты в V позиции:
  - с вытянутых ног en dehors et en dedans;
  - с demi-plié en dehors et en dedans; soutenu en tournant на 1/2 поворота и полный поворот;
2. Tours chaines.

## РАЗДЕЛ V. Общая физическая подготовка

### Тема 1. Упражнения для всех групп мышц

**Теория:** Физическая культура и спорт. Воспитание нравственных и волевых качеств учащихся.

**Практика:**

- упражнения для рук и плечевого пояса: сгибание и разгибание рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки руками (в основной стойке, на коленях, сидя, лежа), в то же время ходьбы и бега;
- упражнения для ног: поднимание на носки, сгибание ног в тазобедренных суставах, приседания, отведение, приведение и махи, выпады, подскоки, прыжки;
- упражнения для шеи и туловища: наклоны, вращения, повороты головы и туловища в положении стоя, сидя, лежа.

### Тема 2. Упражнения для развития силы и общей выносливости

**Теория:** Здоровый образ жизни. Правильное питание.

**Практика:**

- подтягивания из виса;
- отжимания в упоре;
- приседания, выпады;
- упражнения с предельной интенсивностью;
- планка;
- упражнения на мышцы брюшного пресса.

### Тема 3. Упражнения для развития гибкости

**Теория:** Профилактика травматизма на занятиях хореографией.

**Практика:**

- упражнения для спины (рыбка, корзинка, домик, змейка, кораблик и т.д.);
- наклоны;
- перегибы;
- мостики.

### Тема 4. Упражнения на растяжку

**Практика:**

- упражнения у станка (приседания, броски ногами, перегибы корпуса, «флажок» и т.д.);
- гимнастика с использованием инвентаря (блоки для йоги, мячи, резинки для растяжки).

### Тема 5. Партерная гимнастика

**Теория:** Методика Бориса Князева для развития хореографических данных учащихся.

«Станок на земле».

**Практика:**

- упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения подколенных мышц и связок;
- упражнения для развития выворотности ног;
- упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра;
- упражнения для развития танцевального шага;
- упражнения для укрепления мышц брюшного пресса.

## РАЗДЕЛ VI. Танцевальные этюды и танец

### Тема 1. Составление танцевальных композиций

**Теория:** Композиция танца состоит из ряда компонентов: драматургия (содержание), музыка, текст (движения, позы, жестикуляция, мимика), рисунок (перемещение танцующих по сценической площадке), всевозможные ракурсы. Закон драматургии: – экспозиция (введение в действие); – завязка (начало действия); – развитие действия (ряд ступеней перед кульминацией); – кульминация (вершина действия); – развязка (заключение).

**Практика:** Работа над сочинениями этюдов фрагментов танцевального номера, с применением законов драматургии. Танцевальные этюды (отдельные комбинации, фрагменты танцевального номера) соответствующие стилю и характеру музыкального материала.

## **Тема 2. Разучивание основных элементов и танцевальных комбинаций к хореографической постановке.**

**Теория:** Рисунок танца – составная часть танцевального номера. Своеобразие и отличительные черты танцевальной лексики. Взаимосвязь танцевального текста с музыкальным материалом, хореографическим текстом.

**Практика:** Разучивание основных элементов и танцевальных комбинаций к хореографической постановке.

## **РАЗДЕЛ VII. Репетиционная работа**

### **Тема 1. Постановка концертных номеров: «Ниточка», «В мире животных»**

**Теория:** Импровизация как технический приём исследования для отбора движений и дальнейшей фиксации.

**Практика:** Поиск идей и сюжетов будущих постановок.

### **Тема 2. Репетиция концертных номеров: «Ниточка», «В мире животных»**

**Практика:** Отработка концертных номеров.

## **РАЗДЕЛ VIII. Промежуточная аттестация**

### **Тема 1. Промежуточная аттестация учащихся**

**Теория:** Опрос.

**Практика:** Творческое задание

## **2 ГОД ОБУЧЕНИЯ**

### **РАЗДЕЛ I. Введение. Техника безопасности**

#### **Тема 1. Вводный инструктаж по ТБ. Введение в программу**

**Теория:**

Беседа: Техника безопасности на занятиях в объединении. Правила противопожарной безопасности. Действия при ЧС.

Введение в предмет. Информация о программе.

**Практика:** Просмотр и обсуждение фильма.

### **РАЗДЕЛ II. ОБДД**

#### **Тема 1. Транспорт – источник повышенной опасности**

**Теория:**

Зона повышенной опасности на дороге. Умение предвидеть и предугадать возникновение опасности.

Опасность на нерегулируемом пешеходном переходе. Остановочный и тормозной путь автомобиля в разных погодных условиях. Составные части остановочного пути. Невозможность мгновенной остановки автомобиля. Неправильная оценка скорости и расстояния приближающегося транспортного средства, грубейшие нарушения ПДД водителями при проезде нерегулируемых пешеходных переходов.

ДТП и их последствия. Тяжесть травм, полученных в ДТП, и их последствия (повреждение внутренних органов, переломы, черепно-мозговые травмы, инвалидность).

**Практика:**

Тематическая викторина

**Тема 2. Безопасность пешехода****Теория:**

Правила поведения пешехода: на улицах, переходах, остановках общественного транспорта. Опасность на переходе, оборудованном светофором (меняющийся сигнал светофора, переход на только что загоревшийся зеленый сигнал, грубые нарушения. ПДД со стороны водителей при проезде на красный сигнал светофора).

Аварийная ситуация для пешеходов, находящихся на остановках общественного транспорта. Выход на проезжую часть при ожидании общественного транспорта в зоне остановки (особенно в дождливую, снежную погоду, при гололеде).

**Практика:**

Тематическая викторина

**Тема 3. Безопасность пассажира****Теория:**

Общественный транспорт. Особенности перевозки пассажиров Правила поведения в общественном транспорте.

Техника безопасности в транспорте

**Практика:**

Тематическая викторина

**Тема 4. Безопасность на железной дороге**

**Теория:** Железная дорога – зона повышенной опасности. Правила ожидания поезда. Правила перехода через железную дорогу.

**Практика:**

Тематическая викторина

**Тема 5. Езда на велосипеде****Теория:**

Техника безопасности при езде на велосипеде. Требования к движению велосипедов, мопедов. Велодорожка в городе. Движение велосипедистов по дороге за городом. Движение в группе велосипедистов.

**Практика:**

Тематическая викторина

**Тема 6. Ответственность за нарушения на дорогах и транспорте**

**Теория:** Вандализм на дорогах и транспорте. Сколько стоит светофор? Повреждения дорожных знаков и указателей. Последствия их повреждений для участников дорожного движения. Повреждения автотранспорта. Административная и уголовная ответственность.

**Практика:**

Тематическая викторина

**Тема 7. ОБДД в летний период****Теория:**

Беседа: Особенности движения в летний период в городе и за городом Опасность игр возле дороги. Животные на дороге.

**Практика:**

Тематическая викторина

**РАЗДЕЛ III. Основы классического танца****Тема 1. Движения классического танца у станка**

**Теория:** Положение корпуса лицом к станку. Положение корпуса боком к станку. Определение понятий «рабочая» и «опорная» нога. Препарасьон у хореографического станка. Основные приемы развития движений классического танца у палки (понятие «крест»).

**Практика:**

- 1) Plié по I позиции.
- 2) Battements tendus: с demi-pliés по I, III позиции во всех направлениях.
- 3) Battements tendus jeté: I и III позициям;
- 4) Rond de jambe par terre en dehors et en dedans (на четверть и полный круг).
- 5) Battements fondus: на 45° во всех направлениях.
- 6) Battements frappés: на 30° во всех направлениях.
- 7) Grand battements jeté pointés.
- 8) Relevés на полупальцы: по I, II, III и V позициям с demi-plié.

**Тема 2. Движения классического танца на середине**

**Теория:** Позиции рук и ног. Виды поз классического танца: croisé, effacé et ecarté. Руки как «речевое» средство поз танца. Port de bras – комплекс движений, направленный на воспитание исполнительского мастерства. Виды port de bras. Определение понятия «опорная и рабочая нога». Работа над развитием выразительности танца.

**Практика:** Тренинг:

- 1) позиции рук и ног.
- 2) основные малые позы (обе ноги на полу):
  - croisée вперед и назад;
  - effacée вперед и назад.
- 3) формы port de bras:
  - 1-я форма port de bras;
  - 2-я форма port de bras;
  - 3-я форма port de bras.
- 4) plié
- 5) battements tendus.
- 6) battements tendus jeté.
- 7) rond de jambe par terre en dehors et en dedans.

**Тема 3. Балетная гимнастика**

**Теория:** Значение методики Б. Князева для развития хореографических данных учащихся на уроке классического танца.

**Практика:**

- 1) Бытовой шаг, танцевальный шаг (с носка стопы), шаги на пятках, шаги на полупальцах с вытянутыми коленями, шаги с подъемом ноги, согнутой в колене, на месте и в продвижении.
- 2) Легкий бег с пальцев вытянутой стопы, бег с отбрасыванием назад ног, согнутых в коленях, на месте и в продвижении, бег с подниманием вперед ног, согнутых в коленях, на месте и в продвижении.
- 3) Сидя на полу: поочередное, затем одновременное сокращение стоп в выворотном положении.
- 4) Сидя на полу: поочередные, затем одновременные круговые движения стоп в выворотном положении.
- 5) Лежа на спине: медленный поочередный, затем одновременный подъем ног в выворотном положении на 45°, затем на 90° с опусканием в исходное положение.
- 6) Лежа на спине: резкие броски ног в выворотном положении вперед на 45°, затем на 90°.
- 7) Лежа на спине: поочередное сокращение стоп в выворотном положении ноги, поднятой на 45°, затем на 90°.
- 8) Сидя на полу: наклоны корпуса в сторону.
- 9) Лежа на спине: отведение ноги в выворотном положении в сторону на 45°, затем на 90°.
- 10) Лежа на спине: медленный подъем ноги на 90° и отведение ноги в сторону. Возвращение ноги по полу до исходного положения.

- 11) Подтягивание к груди согнутой в колене ноги, затем разворот ноги в тазобедренном суставе до пола.
- 12) Лежа на животе: медленный поочередный, затем одновременный подъем ног назад в выворотном положении.
- 13) Лежа на животе: резкие броски ног назад в выворотном положении.
- 14) Лежа на животе: подъем корпуса с помощником, удерживающим ноги в выворотном положении и с отведением рук в стороны, затем переводом их в 3 позицию.
- 15) Лежа на животе: «кольцо».
- 16) Лежа на животе: «качалка» с положением рук на затылке.
- 17) Сидя на полу: прямой шпагат с правой и левой ноги; поперечный шпагат с помощником.
- 18) «Мостик»
- 19) Спокойная передача, броски и ловля мяча.
- 20) Комбинации прыжков на скакалке

#### **Тема 4. Вращения**

**Теория:** Полуповороты и повороты как начальный и основной элемент умения точно ориентироваться в пространстве. Понятие направлений «en dehors et en dedans». Методика изучения полуповоротов и поворотов на двух ногах. Устойчивость как основной элемент техники исполнения вращений.

**Практика:** Тренинг:

- 1) полуповороты и повороты в V позиции:
  - с вытянутых ног en dehors et en dedans;
  - с demi-plié en dehors et en dedans; soutenu en tournant на 1/2 поворота и полный поворот;
- 2) - tours chaines.

#### **Тема 5. Изучение прыжков**

**Теория:** Группы прыжков: с двух ног на две; с двух ног на одну; с одной ноги на две; с одной ноги на другую; на одной ноге. Технология прыжка: толчок, взлет, завершение. Последовательность изучения. Методика исполнения прыжка. Роль и значение demiplié в технике исполнения прыжка.

**Практика:** тренинг

- 1) temps sautes no I, II, V позициям.
- 2) changement de pied.
- 3) pas echappé no II позиции.
- 4) petit pas chassé во всех направлениях en face.

### **РАЗДЕЛ IV. Основы современного танца**

#### **Тема 1. Разогрев (Warm-Up) на середине зала**

**Теория:** Знакомство с новыми терминами. Техника выполнения упражнений.

**Практика:**

- 1) Позиции ног.
- 2) Позиции рук
- 3) Flat back на середине зала, вперед, в сторону, спираль.
- 4) Bodi roll – (волна).
- 5) Deep bodi bend вперед на 90 градусов, по параллельной позиции ног.
- 6) Side stretch – в сторону; лицом к станку, позже на середине зала.
- 7) Curve – до точки начала солнечного сплетения; ниже уровня поясницы (Low back).
- 8) Arch – вверх и назад.
- 9) Twist торса – с закручивания плеч.
- 10) Roll down и roll up – вниз и обратно.

11) Партер

## **Тема 2. Экзерсис на середине зала**

**Теория:** Понятие «канон» в хореографии. Методика исполнения движений.

### **Практика:**

- 1) комбинация plié.
- 2) комбинация с работой корпуса.
- 3) комбинация battement tendu с работой рук.
- 4) комбинация на вращения.
- 5) комбинация с работой корпуса.
- 6) прыжки.
- 7) движения на месте:
  - kick step;
  - kick step в сочетании с другими движениями;
  - па де буре.

## **Тема 3. Кросс. Передвижение в пространстве**

**Теория:** Методика исполнения шагов и прыжков. Роль и значение demiplié в технике исполнения прыжка. Устойчивость как основной элемент техники исполнения вращений.

### **Практика:**

- 1) Шаги: джазовые, с мультипликацией, комплексы связующих и вспомогательных шагов;
- 2) Прыжки: с двух ног на две (джамп), с одной ноги на другую с продвижением, с одной ноги на ту же ногу, с двух ног на одну. Прыжки в сочетании с шагами и вращениями.
- 3) Вращения: на двух ногах, на одной ноге, повороты по кругу, вокруг оси, повороты на различных уровнях, лабильные вращения (когда позвоночник не является осью, а отклонен в каком-либо направлении или расслаблен; заканчиваются такие повороты падением, либо переходом в стабильное вращение или положение).

## **Тема 4. Танцевальная комбинация и импровизация**

**Теория:** Значение импровизации в поиске хореографической лексики. Импровизация как технический приём исследования для отбора движений.

### **Практика:**

- 1) Работа над танцевальным этюдом (отдельные комбинации, фрагменты).
- 2) Импровизационные задания:
  - работа каждой частью тела.
  - запустить «волну» сверху вниз.
  - запустить «волну» снизу вверх.
  - резкие и плавные, медленные и быстрые движения.
  - работа «с точкой»
  - работа с импульсом
  - работа с уровнями
  - исполнение движений, танцевальных комбинаций в разном характере.
  - исполнение движений, танцевальных комбинаций со сменой характера.
  - освоение пространства вокруг себя движением рук.
  - станцевать букву алфавита (освоение пространства).
  - станцевать, рисуя любой предмет (освоение пространства)

## **РАЗДЕЛ V. Общая физическая подготовка**

### **Тема 1. Упражнения для всех групп мышц**

**Теория:** Группы мышц у человека: мышцы рук и плечевого пояса, мышцы ног, мышцы шеи и туловища. Тонус мышц. Техника выполнения упражнений на укрепление разных групп мышц.

### **Практика:** тренинг

- упражнения для рук и плечевого пояса: сгибание и разгибание рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки руками (в основной стойке, на коленях, сидя, лежа), в то же время ходьбы и бега;

- упражнения для ног: поднятие на носки, сгибание ног в тазобедренных суставах, приседания, отведение, приведение и махи, выпады, подскоки, прыжки;
- упражнения для шеи и туловища: наклоны, вращения, повороты головы и туловища в положении стоя, сидя, лежа.

## **Тема 2. Упражнения для развития силы и общей выносливости**

**Теория:** Здоровый образ жизни. Правильное питание. Движение. Режим сна.

**Практика:** тренинг

- подтягивания из виса;
- отжимания в упоре;
- приседания, выпады;
- упражнения с предельной интенсивностью;
- планка;
- упражнения на мышцы брюшного пресса.

## **Тема 3. Упражнения для развития прыжка**

**Теория:** Гигиенические требования к занимающимся спортом. Понятие о гигиене и санитарии.

**Практика:**

- многократные прыжки;
- прыжки на одной ноге;
- прыжки с отягощением;
- прыжки в глубину;
- упражнения на скакалке.

## **Тема 4. Упражнения для развития гибкости**

**Теория:** Профилактика травматизма на занятиях хореографией.

**Практика:**

- упражнения для спины (рыбка, корзинка, домик, змейка, кораблик и т.д.);
- наклоны;
- перегибы;
- мостики.

## **Тема 5. Упражнения на растяжку**

**Практика:**

- упражнения у станка (приседания, броски ногами, перегибы корпуса, «флажок» и т.д.);
- гимнастика с использованием инвентаря (блоки для йоги, мячи, резинки для растяжки).

## **Тема 6. Партерная гимнастика**

**Теория:** беседа о методике известного педагога-хореографа Бориса Князева для развития хореографических данных учащихся. «Станок на земле».

**Практика:**

- упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения подколенных мышц и связок;
- упражнения для развития выворотности ног;
- упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра;
- упражнения для развития танцевального шага;
- упражнения для укрепления мышц брюшного пресса.

## **РАЗДЕЛ VI. Сценическая выразительность**

### **Тема 1. Тренировка мимических мышц**

**Теория:** Особенности создания сценического образа в танце

**Практика:**

- тренировка лобных мышц
- тренировка глазных мышц
- тренировка мышц верхней губы
- тренировка круговой мышцы рта

## **Тема 2. Мышечная свобода**

**Теория:** Основной закон органического поведения человека в жизни. Освобождение мышц, физических зажимов и мускульная свобода.

### **Практика:**

- работа с дыханием
- снятие телесных зажимов
- напряжение-расслабление
- игра «мастерская кукольника»
- игра «Море волнуется раз...»

## **Тема 3. Сценическое внимание**

**Теория:** Компоненты и этапы работы над хореографическим образом. Актерская техника как условие и способ реализации хореографических задач.

### **Практика:**

- упражнения на развитие и тренировку внимания
- переключение внимания
- зрительная и слуховая память («Что изменилось»)

## **Тема 4. Воображение и фантазия**

**Теория:** Артистическая индивидуальность и ансамблевость в исполнении танца.

### **Практика:**

- имитация и сочинение различных необычных движений
- «продолжи сказку»
- передать друг другу книгу...
- взять со стола карандаши так, как будто...

## **Тема 5. Темпо-ритм**

**Теория:** Темп - это скорость исполняемого действия. Ритм – это размеренность и интенсивность действия, его организация во времени и пространстве. Актерская перспектива в хореографической роли. «Зерно» роли.

### **Практика:**

- градация темпо-ритмов и переключение скоростей
- предлагаемые обстоятельства, определяющие темпо-ритм.

## **РАЗДЕЛ VII. Репетиционная работа**

### **Тема 1. Поиск идей и сюжетов будущих постановок с учащимися**

**Теория:** Импровизация как технический приём исследования для отбора движений и дальнейшей фиксации.

**Практика:** Поиск идей и сюжетов будущих постановок.

### **Тема 2. Составление танцевальных композиций**

**Теория:** Композиция танца состоит из ряда компонентов: драматургия (содержание), музыка, текст (движения, позы, жестикуляция, мимика), рисунок (перемещение танцующих по сценической площадке), всевозможные ракурсы. Закон драматургии: экспозиция (введение в действие); завязка (начало действия); развитие действия (ряд ступеней перед кульминацией); кульминация (вершина действия); развязка (заключение).

**Практика:** Работа над сочинениями этюдов фрагментов танцевального номера, с применением законов драматургии. Танцевальные этюды (отдельные комбинации, фрагменты танцевального номера) соответствующие стилю и характеру музыкального материала.

### **Тема 3. Разучивание основных элементов и танцевальных комбинаций к хореографической постановке**

**Теория:** Рисунок танца – составная часть танцевального номера. Своеобразие и отличительные черты танцевальной лексики. Взаимосвязь танцевального текста с музыкальным материалом, хореографическим текстом.

**Практика:** Разучивание основных элементов и танцевальных комбинаций к хореографической постановке.

## РАЗДЕЛ VIII. Итоговая аттестация

### Тема 1. Итоговая аттестация учащихся

**Практика:** Итоговая аттестация. Опрос. Творческое задание.

## УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

**Календарный-учебный график** (Приложение № 2)

**Календарно-тематический план** (Приложение № 3)

**Календарный план воспитательной работы** (Приложение № 4)

**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 и базируются на общедидактических принципах обучения:

- наглядности,
- системности и последовательности,
- сознательности и активности,
- связи теории с практикой,
- научности,
- доступности.

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.

**Алгоритм учебного занятия**

Основные этапы занятия:

- I. Вводная часть (организационная часть: приветствие; проверка присутствия учащихся; инструктаж по ТБ; инструктаж по ТБ; объявление темы, задач и плана занятия).
- II. 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, чаще всего это: репетиция, спектакль, игра, практическая работа и т.д.)
- III. Заключительная часть (подведение итогов учебного занятия (позитивная оценка деятельности учащихся); при необходимости рекомендации для самостоятельной подготовки дома).

**Ресурсное обеспечение программы:**

**1. Информационно-методическое обеспечение:**

**Дидактические материалы:**

В оформлении занятия используется:

- классическая музыка русских и зарубежных композиторов;
- музыка в современных ритмах.

Музыкальный материал доступный по форме, жанру, стилю и характеру для восприятия детьми; имеет выразительную мелодию и четкую фразировку; близок по содержанию детским интересам.

- Журнал «Балет» - <http://www.russianballet.ru>

- Маленькая балетная энциклопедия - <http://www.ballet.classical.ru>

- Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>

- Федеральное хранилище «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов» <http://school-collection.edu.ru>

- Электронно-библиотечная система <https://e.lanbook.com/>

#### **Информационное обеспечение**

- Журнал «Балет» - <http://www.russianballet.ru>

- Маленькая балетная энциклопедия - <http://www.ballet.classical.ru>

- Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>

- Федеральное хранилище «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов»

<http://school-collection.edu.ru>

- Электронно-библиотечная система <https://e.lanbook.com/>

- Энциклопедия балета - <http://www.ballet-enc.ru> - <http://www.ballet-enc.ru>

#### **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.

**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.

#### **Материально-техническое обеспечение**

Занятия проводятся в хореографическом зале.

**Перечень оборудования, инструментов и материалов, необходимых для реализации программы:** балетный станок, зеркала, шведская стенка, гимнастические скамьи.

**Мультимедийное оборудование:** компьютер, доступ к сети Internet.

**Кадровое обеспечение:** педагог дополнительного образования имеет высшее профессиональное педагогическое образование; знание предмета.

**Оценочные материалы** (*Приложение № 5*).

# СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСОВ

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА

### Психолого-педагогическая литература

1. Абраухова В.В. Педагогика в системе дополнительного образования детей и взрослых. – М.: Директмедиа Пабблишинг, 2020. – 52 с.
2. Байбородова Л.В. Педагогика дополнительного образования. Психолого-педагогическое сопровождение детей: учебник для вузов. – М.: Юрайт, 2024. – 363 с.
3. Берштейн А.А. Педагогика на кончиках пальцев. – М.: Образовательные проекты, 2023. – 592 с.
4. Будякова Т.П. Основы педагогической психологии. - М.: Флинта, 2023 - 108 с.
5. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. – М.: Перспектива, 2018.- 224 с.
6. Выготский Л.С. Педагогическая психология. Учебник. – М.: Педагогика-пресс, 1999. – 536 с.
7. Дейч Б.А. Дополнительное образование детей: история и современность: учебное пособие для среднего профессионального образования. – М.: Юрайт, 2024. – 239 с.
8. Кашлев С.С. Педагогика. Теория и практика педагогического процесса. – М.: Инфра-М, 2023. – 462 с.
9. Педагогика: учеб. пособие /Под редакцией П.И. Пидкасистого – 2-ое изд., испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2011.-502 с.
10. Педагогика: педагогические теории, системы, технологии /Под редакцией С.А. Смирнова - М: Академия, 2008 г. – 512 с.
11. Подласый И.П. Педагогика. - М: Просвещение, 2007 г. – 576 с.
12. Руденко А.М., Самыгин С.И. Основы педагогики и психологии. – М.: Феникс, 2024. – 335 с.
13. Селевко Г.К. Энциклопедия образовательных технологий: В 2 т.- М: НИИ школьных технологий, 2006.- 816 с.
14. Соловейчик С.Л. Педагогика для всех. – М.: АСТ, 2022. – 416 с.
15. Столяренко Л.Д., Смыгин С.И., Бембеева Н.А. Психология развития и возрастная психология. – М.: Феникс, 2024 г. – 317 с.

### Литература по профилю программы

1. Александрова Н.А. Балет. Танец. Хореография. Краткий словарь танцевальных терминов и понятий. - М.: Планета музыки, 2020.- 624 с.
2. Асафьев, Б.В. О музыкально-творческих навыках у детей: Избранные статьи о музыкальном просвещении и образовании / Б.В. Асафьев. – М., 1975. – 116 с.
3. Бекина С.И. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет / С.И. Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н. Соковнина. – М., 2004. – 74 с.
4. Блок Л.Д. Возникновение и развитие техники классического танца. – М.: Юрайт, 2023. – 260 с.
5. Богданов Г.Ф. Русский народно-сценический танец. Методика и практика создания. – М.: Планета музыки, 2018.- 480 с.
6. Богданов Г.Ф. Семь шагов к народно-сценической импровизационной пляске. -М.: Директ-медиа, 2023.- 240 с.
7. Боголюбская М.С. «Хореографический кружок». – //М.: «Просвещение», 1986г. Сборник программ.
8. Боттомер П.И. Танец современный и классический, Большая иллюстративная энциклопедия. - М.: Эксмо, 2006. –256 с.
9. Бриске И.Э. Основы детской хореографии.-М.: Планета музыки, 2024.- 236 с.
10. Буренина, А.И. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей / А.И. Буренина. – Изд.2-е, испр. и доп. – СПб.: ЛОИРО, 2000. – 220 с.
11. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - СПб: Лань, 2007- 192 с.:

12. Вихрева Н.А. Классический танец для начинающих. – М.: Театралис, 2004. - 111 с.
13. Калинина О.Н. Планета танца. - Харьков: Факт, 2016. – 71 с.:
14. Климов А. Основы русского народного танца. - М.: Искусство, 2004.- 320 с.
15. Лисицкая Т.С. Хореография в гимнастике. - М.: ЮРАЙТ, 2020.- 260 с.
16. Лосева И., Коблякова Л. Мир танца. Методическое пособие в помощь хореографу и концертмейстеру. - СПб.: Композитор, 2017.- 92 с.
17. Руднева С.Д., Фиш Э.М. Ритмика. Музыкальное движение / С. Руднева, Э. Фиш. – М., 1972.– 334 с/
18. Силкин П. А. Педагогические приемы развития профессиональных (функциональных) данных учащихся искусству танца. - СПб.: Акад. русского балета им. А. Я. Вагановой, 2015. - 29 с.
19. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-Фи-Дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2020. - 352 с.

#### Электронные ресурсы:

1. [http://pedsovet.org/m/;](http://pedsovet.org/m/)
2. [http://dop-obrazovanie.com/ ;](http://dop-obrazovanie.com/)
3. [http://nsportal.ru/ ;](http://nsportal.ru/)
4. [http://www.bibliotekar.ru/index.htm ;](http://www.bibliotekar.ru/index.htm)
5. [http://www.horeograf.com /;](http://www.horeograf.com/)
6. <https://www.youtube.com/c/ТаняТанцы>
7. <https://www.youtube.com/user/evgeniyaobraztsova>

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ И РОДИТЕЛЕЙ

1. Балет. Танец. Хореография. Краткий словарь танцевальных терминов и понятий. - М.: Лань, Планета музыки, 2011. - 624 с.
2. Бахто С.Е. Примерная программа для хореографических школ и хореографических отделений школ искусств «Ритмика и танец» - М.: МК РФ, 1984.
3. Браиловская Л.В. Самоучитель по танцам. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
4. Бучков Р. Балерина. – М.: Альпина. Дети., 2024.- 32 с.
5. Воланс А. Балетные сказки и истории. – М.: АСТ, 2024. – 96 с.
6. Гринькова К.А. Детство великих балерин. - М.: 2022.- 40 с.
7. Дешкова И. Иллюстрационная энциклопедия балет в рассказах и исторических анекдотах для детей и их родителей. Москва 2015
8. Ли Л., Хамилтон М. Балет. Детская энциклопедия. - М.: Аванта (АСТ), 2024.- 96 с.
9. Литтл Сьюзи. Блокадный танец Ленинграда. - М.: ИД ПРОФ-ПРЕСС, 2024.-128 с.
10. Ожич Е. История танцев. – М.: Качели, 2017.- 24 с.
11. Савчук. О. Школа танцев для детей от 3-х до 14 лет. - СПб.: Ленинградское издание, 2010.
12. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-фи-дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей. - СПб.: Детство-пресс, 2020.- 352 с.

#### Электронные ресурсы:

1. <https://dancedb.ru/tancy-dlya-detej/>
2. <https://secret-terpsihor.com.ua/category/stati/video-kursy-po-horeografii/dlya-doshkolnikov/>
3. <https://www.youtube.com/watch?v=VsSdxIBOeVM&t=3s>
4. <https://www.youtube.com/c/ТаняТанцы>

#### ПРИЛОЖЕНИЯ

### Содержание теоретической части промежуточной аттестации

#### Вопросы:

1. Сколько позиций рук и ног в классическом танце? (Одно положение-исходное и 3 позиции рук. 6 позиций ног)
2. Что такое port de bras? (Работа рук корпуса и головы)
3. Сколько точек направления в танцевальном зале? (Восемь)
4. Что такое партерная гимнастика? (Упражнения на полу в разных позах: сидя, лежа на животе и спине, направленные на растяжку всех мышц тела их укрепление их, на развитие гибкости в суставах)
5. Что такое координация? (Координация – умение согласовывать движения различных частей тела)
6. Что такое станок? (Станок - это перекладины, установленные в хореографическом классе. Он необходим для опоры танцовщика во время выполнения упражнений.)
7. Что значит en face? (Лицом к смотрящему. Расположение исполнителя по отношению к зрительному залу, строго вертикально и без épaulement)
8. Как называется подготовительное движение перед исполнением упражнения? (Preparation)
9. Как называются тренировочные упражнения, составляющие основу урока танца одним словом? (Exercice)
10. Что исполняется в начале и конце урока? (Поклон)

### Содержание теоретической части итоговой аттестации

#### Вопросы:

1. Где не применяются прямые и закрытые позиции ног?(В народно-сценическом танце)
2. Что такое импровизация? (Особый вид хореографического творчества, при котором сочинение происходит непосредственно в процессе исполнения.)
3. Что означает demi grand? (Demi (деми) – средний, небольшой. Grand (букв. «большой») — приставка, означающая максимальную амплитуду движения при его исполнении.)
4. Что означает en de hors et en dedans? (En dedans (рус. – ан дедан) – направление движения или поворота к себе, вовнутрь. En de hors (рус. – ан деор) – направление движения или поворота от себя или наружу.)
5. В каком виде танца исполняется «веревочка» и «моталочка»? (В народно-сценическом танце)
6. Что такое flatback? (Флэтбэк (от англ. flatback – плоская спина) — наклон торса вперед, в сторону (на 90) или назад с прямой спиной, без изгиба торса)

7. Что означает flex и releve? (Flex [флекс] - сокращенная стопа, кисть или колени. Releve [релеве] - положение ног на полупальцах)
8. Какая часть урока называется allegro? (Заключительная часть урока классического танца - упражнения, исполняемые в быстром темпе)
9. Что такое Epaulement? (Epaulement – эпольман - полуповорот, положение корпуса, при котором фигура развернута вполборота к зрителю)
10. Назовите любой балет, народный танец.
11. Что такое хореография? (Искусство сочинения и сценической постановки танца, все, что связано с танцем)
12. Как зовут музу танца? (Терпсихора)
13. Назовите самый древний массовый танец, свойственный всем народам. (Хоровод)
14. Назовите известный на весь мир Российский ансамбль народного танца. (Ансамбль танца Игоря Моисеева, «Березка»)
15. Как называется движение русского народного танца, при котором выполняются ритмические, отрывистые, короткие и легкие удары каблуком, носком, всей стопой о пол? (Дроби)
16. Как называются круговые движения ногой по полу? (Ронд де жамб партер)
17. Как называется медленная часть урока классического танца? (Адажио)
18. Как называется танец одного исполнителя? (Соло)
19. Как называется танец, где танцует два исполнителя? (Дуэт)
20. Как называют артистов балета, исполняющих массовые танцевальные номера? (Кордебалет)

## Календарный учебный график на 2024-2025 уч. год

Календарный учебный график реализации программы «Детский танец» регламентируется Календарным учебным графиком МБУ ДО ДЮЦ «Галактика» на 2024-2025 учебный год

Набор детей на обучение по программе осуществляется в два этапа:

- основной набор 15 апреля - 15 августа 2024 года;
- дополнительный набор 15 августа - 30 сентября 2024 года.

Продолжительность 2024–2025 учебного года:

- начало учебного года – 01.09.2024 г.;
- продолжительность учебного года – 36 недель;
- окончание учебного года – 31.05.2025 года

Учебный год делится на два полугодия:

- 1-ое полугодие – с 01.09.2024 по 31.12.2024
- 2-ое полугодие – с 09.01.2025 по 31.05.2025
- Зимние каникулы – с 01.01.2025 по 08.01.2025

Полугодие	Период начала и окончания	Количество недель	Промежуточная аттестация учащихся	Итоговая аттестация учащихся
1 полугодие	01.09.2024-31.12.2024	16		
2 полугодие	09.01.2025-31.05.2025	20	-	Май

**Календарно-тематический план на 2024/2025 учебный год**  
 Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Детский танец» (базовый уровень)

год обучения: 1-й

группа: 1-я; 2-я; 3-я

Расписание: 1-я группа: вт., чт. - 14.00-15.45

2-я группа: вт., чт. - 16.00-17.45

3-я группа: вт., чт. - 18.00-19.45

№ занятия	Дата занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Раздел программы	Форма занятия	Форма контроля
1	2.09.24	Вводный инструктаж по ТБ. Введение в программу. Транспорт – источник повышенной опасности	1	I	беседа	опрос, викторина
			1	II		
2	4.09.24	Движения классического танца у станка Балетная гимнастика	2	III	Практическое занятие	наблюдение
	5.09.24	Упражнения для всех групп мышц Упражнения для развития силы и общей выносливости	2	V	Практическое занятие	наблюдение
4	9.09.24	Разогрев (Warm-Up) на середине зала Экзерсис на середине зала	2	IV	Практическое занятие	Наблюдение
5	11.09.24	Движения классического танца у станка Балетная гимнастика	2	III	Практическое занятие	Наблюдение

	13.09.24	Тренировка мимических мышц Мышечная свобода	2	VI	Практическое занятие	наблюдение
7	16.09.24	Упражнения для всех групп мышц Безопасность пешехода	1 1	V II	Практическое занятие	Наблюдение, опрос
8	18.09.24	Разогрев (Warm-Up) на середине зала Экзерсис на середине зала	2	IV	Практическое занятие	Наблюдение
9	20.09.24	Движения классического танца у станка Движения классического танца на середине	2	III	Практическое занятие	наблюдение
10	23.09.24	Поиск идей и сюжетов будущих постановок с обучающимися Составление танцевальных композиций	2	VII	Практическое занятие	Наблюдение
11	25.09.24	Движения классического танца у станка Балетная гимнастика	2	III	Практическое занятие	Наблюдение
12	27.09.24	Тренировка мимических мышц Мышечная свобода	2	VI	Практическое занятие	наблюдение
13	30.09.24	Разогрев (Warm-Up) на середине зала Экзерсис на середине зала	2	IV	Практическое занятие	Наблюдение
14	2.10.24	Движения классического танца у станка Движения классического танца на середине	2	III	Практическое занятие	наблюдение
15	4.10.24	Мышечная свобода Сценическое внимание	2	VI	Практическое занятие	наблюдение
16	7.10.24	Упражнения для всех групп мышц Упражнения для развития силы и общей выносливости	2	V	Практическое занятие	Наблюдение
17	9.10.24	Разогрев (Warm-Up) на середине зала Экзерсис на середине зала	2	IV	Практическое занятие	Наблюдение
18	11.10.24	Движения классического танца у станка Изучение прыжков	2	III	Практическое занятие	наблюдение
19	14.10.24	Поиск идей и сюжетов будущих постановок с обучающимися Безопасность пассажира	1 1	VII II	Практическое занятие	Наблюдение, опрос
20	16.10.24	Движения классического танца у станка Движения классического танца на середине	2	III	Практическое занятие	наблюдение

21	18.10.24	Упражнения для всех групп мышц Упражнения для развития силы и общей выносливости	2	V	Практическое занятие	наблюдение
22	21.10.24	Экзерсис на середине зала Кросс. Передвижение в пространстве	2	IV	Практическое занятие	Наблюдение
23	23.10.24	Движения классического танца у станка Балетная гимнастика	2	III	Практическое занятие	Наблюдение
24	25.10.24	Мышечная свобода Сценическое внимание	2	VI	Практическое занятие	наблюдение
25	28.10.24	Упражнения для всех групп мышц Упражнения для развития силы и общей выносливости	2	V	Практическое занятие	Наблюдение
26	30.10.24	Экзерсис на середине зала Кросс. Передвижение в пространстве	2	IV	Практическое занятие	Наблюдение
27	1.11.24	Поиск идей и сюжетов будущих постановок с обучающимися	2	VII	Практическое занятие	наблюдение
28	6.11.24	Поиск идей и сюжетов будущих постановок с обучающимися Составление танцевальных композиций	2	VII	Практическое занятие	Наблюдение
29	8.11.24	Движения классического танца у станка Движения классического танца на середине	2	III	Практическое занятие	наблюдение
30	11.11.24	Экзерсис на середине зала Кросс. Передвижение в пространстве	2	IV	Практическое занятие	Наблюдение
31	13.11.24	Движения классического танца у станка Движения классического танца на середине	2	III	Практическое занятие	Наблюдение
32	15.11.24	Тренировка мимических мышц Сценическое внимание	2	VI	Практическое занятие	наблюдение
33	18.11.24	Упражнения для всех групп мышц Безопасность на железной дороге	1 1	V II	Практическое занятие	Наблюдение, опрос
34	20.11.24	Экзерсис на середине зала Танцевальная комбинация и импровизация	2	IV	Практическое занятие	наблюдение
35	22.11.24	Упражнения для всех групп мышц Упражнения для развития силы и общей выносливости	2	V	Практическое занятие	наблюдение

36	25.11.24	Поиск идей и сюжетов будущих постановок с обучающимися Составление танцевальных композиций	2	VII	Практическое занятие	Наблюдение
37	27.11.24	Балетная гимнастика Движения классического танца на середине	2	III	Практическое занятие	Наблюдение
38	29.11.24	Партерная гимнастика Упражнения для развития гибкости	2	V	Практическое занятие	наблюдение
39	2.12.24	Разогрев (Warm-Up) на середине зала Танцевальная комбинация и импровизация	2	IV	Практическое занятие	Наблюдение
40	4.12.24	Балетная гимнастика Движения классического танца на середине	2	III	Практическое занятие	Наблюдение
41	6.12.24	Поиск идей и сюжетов будущих постановок с обучающимися Составление танцевальных композиций	2	VII	Практическое занятие	наблюдение
42	9.12.24	Упражнения для развития прыжка Упражнения для развития гибкости	2	V	Практическое занятие	Наблюдение
43	11.12.24	Разогрев (Warm-Up) на середине зала Танцевальная комбинация и импровизация	2	IV	Практическое занятие	Наблюдение
44	13.12.24	Партерная гимнастика Упражнения для развития прыжка	2	V	Практическое занятие	наблюдение
45	16.12.24	Составление танцевальных композиций Езда на велосипеде	1 1	VII II	Практическое занятие	Наблюдение, опрос
46	18.12.24	Движения классического танца у станка Балетная гимнастика	2	III	Практическое занятие	Наблюдение
47	20.12.24	Тренировка мимических мышц Сценическое внимание	2	VI	Практическое занятие	наблюдение
48	23.12.24	Разогрев (Warm-Up) на середине зала Танцевальная комбинация и импровизация	2	IV	Практическое занятие	Наблюдение
49	25.12.24	Движения классического танца у станка Балетная гимнастика	2	III	Практическое занятие	Наблюдение
50	27.12.24	Поиск идей и сюжетов будущих постановок с обучающимися Составление танцевальных композиций	2	VII	Практическое занятие	наблюдение
51	10.01.25	Кросс. Передвижение в пространстве	2	IV	Практическое занятие	Наблюдение

		Танцевальная комбинация и импровизация				
52	13.01.25	Движения классического танца у станка Движения классического танца на середине	2	III	Практическое занятие	Наблюдение
53	15.01.25	Упражнения для развития прыжка Упражнения для развития гибкости	2	V	Практическое занятие	Наблюдение
54	17.01.25	Мышечная свобода Воображение и фантазия	2	VI	Практическое занятие	наблюдение
55	20.01.25	Кросс. Передвижение в пространстве Танцевальная комбинация и импровизация	2	IV	Практическое занятие	Наблюдение
56	22.01.25	Составление танцевальных композиций Разучивание основных элементов и танцевальных комбинаций к хореографической постановке	2	VII	Практическое занятие	Наблюдение
57	24.01.25	Разогрев (Warm-Up) на середине зала Экзерсис на середине зала	2	IV	Практическое занятие	наблюдение
58	27.01.25	Движения классического танца у станка Движения классического танца на середине	2	III	Практическое занятие	Наблюдение
59	29.01.25	Кросс. Передвижение в пространстве Танцевальная комбинация и импровизация	2	IV	Практическое занятие	Наблюдение
60	31.01.25	Разучивание основных элементов и танцевальных комбинаций к хореографической постановке	2	VII	Практическое занятие	наблюдение
61	3.02.25	Балетная гимнастика Изучение прыжков	2	III	Практическое занятие	Наблюдение
62	5.02.25	Упражнения для развития прыжка Упражнения для развития гибкости	2	V	Практическое занятие	Наблюдение
63	7.02.25	Мышечная свобода Воображение и фантазия	2	VI	Практическое занятие	наблюдение
64	10.02.25	Разогрев (Warm-Up) на середине зала Кросс. Передвижение в пространстве	2	IV	Практическое занятие	Наблюдение
65	12.02.25	Партерная гимнастика Ответственность за нарушения на дорогах и транспорте	1 1	V II	Практическое занятие	Наблюдение, опрос
66	14.02.25	Составление танцевальных композиций Разучивание основных элементов и танцевальных	2	VII	Практическое занятие	наблюдение

		комбинаций к хореографической постановке				
67	17.02.25	Движения классического танца на середине Вращения как выразительное средство танца	2	III	Практическое занятие	Наблюдение
68	19.02.25	Разогрев (Warm-Up) на середине зала Кросс. Передвижение в пространстве	2	IV	Практическое занятие	Наблюдение
69	21.02.25	Воображение и фантазия Темпо-ритм	2	VI	Практическое занятие	наблюдение
70	26.02.25	Балетная гимнастика Изучение прыжков	2	III	Практическое занятие	Наблюдение
71	28.02.25	Упражнения для всех групп мышц Упражнения на растяжку	2	V	Практическое занятие	Наблюдение
72	3.03.25	Разогрев (Warm-Up) на середине зала Кросс. Передвижение в пространстве	2	IV	Практическое занятие	наблюдение
73	5.03.25	Составление танцевальных композиций Разучивание основных элементов и танцевальных комбинаций к хореографической постановке	2	VII	Практическое занятие	Наблюдение
74	7.03.25	Упражнения для развития силы и общей выносливости Упражнения на растяжку	2	V	Практическое занятие	наблюдение
75	12.03.25	Движения классического танца на середине Вращения как выразительное средство танца	2	III	Практическое занятие	Наблюдение
76	14.03.25	Балетная гимнастика Изучение прыжков	2	III	Практическое занятие	Наблюдение
77	17.03.25	Разогрев (Warm-Up) на середине зала Экзерсис на середине зала	2	IV	Практическое занятие	Наблюдение
78	19.03.25	Упражнения для всех групп мышц Упражнения на растяжку	2	V	Практическое занятие	Наблюдение
79	21.03.25	Воображение и фантазия Темпо-ритм	2	VI	Практическое занятие	наблюдение
80	24.03.25	Составление танцевальных композиций	2	VII	Практическое занятие	Наблюдение

		Разучивание основных элементов и танцевальных комбинаций к хореографической постановке				
81	26.03.25	Движения классического танца на середине Вращения как выразительное средство танца	2	III	Практическое занятие	Наблюдение
82	28.03.25	Упражнения для развития силы и общей выносливости Упражнения на растяжку	2	V	Практическое занятие	наблюдение
83	31.03.25	Кросс. Передвижение в пространстве Танцевальная комбинация и импровизация	2	IV	Практическое занятие	Наблюдение
84	2.04.25	Балетная гимнастика Изучение прыжков	2	III	Практическое занятие	Наблюдение
85	4.04.25	Поиск идей и сюжетов будущих постановок с обучающимися Разучивание основных элементов и танцевальных комбинаций к хореографической постановке	2	VII	Практическое занятие	наблюдение
86	7.04.25	Упражнения для развития силы и общей выносливости Партерная гимнастика	2	V	Практическое занятие	Наблюдение
87	9.04.25	Кросс. Передвижение в пространств Танцевальная комбинация и импровизация	2	IV	Практическое занятие	Наблюдение
88	11.04.25	Разогрев (Warm-Up) на середине зала Экзерсис на середине зала	2	IV	Практическое занятие	наблюдение
89	14.04.25	Составление танцевальных композиций Разучивание основных элементов и танцевальных комбинаций к хореографической постановке	2	VII	Практическое занятие	Наблюдение
90	16.04.25	Движения классического танца на середине Вращения как выразительное средство танца	2	III	Практическое занятие	наблюдение
91	18.04.25	Разучивание основных элементов и танцевальных комбинаций к хореографической постановке Темпо-ритм	1 1	VII VI	Практическое занятие	наблюдение
92	21.04.25	Упражнения для развития силы и общей	2	V	Практическое занятие	Наблюдение

		выносливости Партерная гимнастика				
93	23.04.25	Экзерсис на середине зала Танцевальная комбинация и импровизация	2	IV	Практическое занятие	Наблюдение
94	25.04.25	Воображение и фантазия Темпо-ритм	2	VI	Практическое занятие	наблюдение
95	28.04.25	Разучивание основных элементов и танцевальных комбинаций к хореографической постановке ОБДД в летний период	1 1	VII II	Практическое занятие	Наблюдение, опрос
96	30.04.25	Упражнения на растяжку Партерная гимнастика	2	V	Практическое занятие	Наблюдение
97	5.05.25	Воображение и фантазия Темпо-ритм	2	VI	Практическое занятие	наблюдение
98	7.05.25	Составление танцевальных композиций Разучивание основных элементов и танцевальных комбинаций к хореографической постановке	2	VII	Практическое занятие	Наблюдение
99	12.05.25	Экзерсис на середине зала Танцевальная комбинация и импровизация	2	IV	Практическое занятие	Наблюдение
100	14.05.25	Упражнения на растяжку Разучивание основных элементов и танцевальных комбинаций к хореографической постановке	1 1	V VI	Практическое занятие	Наблюдение
101	16.05.25	Воображение и фантазия Темпо-ритм	2	VI	Практическое занятие	наблюдение
102	19.05.25	Разучивание основных элементов и танцевальных комбинаций к хореографической постановке	2	VII	Практическое занятие	Наблюдение
103	21.05.25	Разогрев (Warm-Up) на середине зала Экзерсис на середине зала	2	IV	Практическое занятие	Наблюдение
104	23.05.25	Разучивание основных элементов и танцевальных комбинаций к хореографической постановке Темпо-ритм	1 1	VII VI	Практическое занятие	наблюдение
105	26.05.25	Упражнения для всех групп мышц Упражнения для развития силы и общей выносливости	2	V	Практическое занятие	наблюдение

106	28.05.25	Движения классического танца на середине Вращения как выразительное средство танца	2	III	Практическое занятие	наблюдение
107	30.05.25	Разучивание и отработка основных элементов и танцевальных комбинаций к хореографическим постановкам.	2	VII	Практическое занятие	наблюдение
108	2.06.25	Промежуточная аттестация	2	VIII	Итоговое занятие	Опрос, выступление
			216 ч.			

### Календарный план воспитательной работы на 2024/2025 учебный год

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Детский танец» (базовый уровень)

Тема воспитательной работы: "Развитие социальной компетентности детей и подростков"

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 Беседа "Государственные символы России"	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 свою планету" День космонавтики Праздник-соревнование	Экологическое воспитание Гражданско-патриотическое	«Ключевые дела»	
май	День Победы. Беседа "Чтобы помнили..."	Гражданско-патриотическое	«Ключевые дела»	



**Таблица по результатам (промежуточной) итоговой аттестации учащихся**

№ п/п	Показатели	Количество учащихся		
		высокий уровень	средний уровень	низкий уровень
1.	Теоретическая подготовка			
2.	Практическая подготовка			

**Аналитическая записка:**

*(коротко о проведении аттестации;  
подробнее описать практическую часть аттестации, чему научились учащиеся;  
как занятия по данной программе повлияли на общий уровень развития личности учащихся).*

Учащиеся освоили дополнительную общеразвивающую программу «Название». Показали высокий уровень освоения - ? %, средний уровень освоения программы - ? %, низкий уровень освоения программы - ? %.

Практическая часть аттестации проходила в форме ?

Учащиеся продемонстрировали умение ?

В процессе занятий по программе учащиеся сформировали навыки ?

Занятия развили ?

У учащихся воспитаны такие качества личности, как ...

## ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Диагностическая таблица определения уровня навыков и умений обучающихся в процессе обучения по программе

№	Фамилия, имя	Физическое развитие	Постановка ног в позиции	Гибкость тела	Экзерсис классического танца	Координация движений	Творческое развитие	Музыкальный слух	Эмоциональность	Исполнение импровизационных движений	Уровень освоения программы	Уровень выполнения	Всего баллов
1.													
2.													

Критерии оценки:

Цель: проверить уровень усвоения знаний, умений учащихся, динамику физического и творческого развития.

Высокий уровень (3 балла):

- максимально использует свои физические возможности (выворотность ног, подъем стопы, балетный шаг, прыжок);
- ярко выраженное развитие гибкости тела;
- безошибочно выполняет упражнения на координацию движений;
- соблюдает позиции рук, ног; постановка корпуса правильная;
- движения выполняет музыкально верно, начинает движение после прослушивания вступления;
- эмоционален и артистичен при выполнении танцевальных комбинаций;
- легко перевоплощается в образ; импровизационные и имитационные движения выполняет оригинально;
- ранее выученные комбинации выполняет без ошибок;
- легко ориентируется в пространстве;
- дыхание во время движения правильное.

Средний уровень (2 балла):

- использует свои физические данные (подъем стопы, легкость и высота прыжка, координация движений, музыкальный слух), не в полной мере;
- наблюдается развитие гибкости тела;
- допускает, но тут же исправляет 1-2 ошибки в упражнениях на координацию;

- верное положение корпуса, но не всегда соблюдает позиции рук, ног;
- движения выполняет музыкально верно, но иногда торопится, не слушая вступление;
- мало эмоционален, напряжен, сосредоточен на правильности выполнения движений;
- перевоплощается в образ; импровизационные и имитационные движения выполняет музыкально верно, но нет оригинальности;
- в ранее выученных комбинациях допускает 1-2 ошибки;
- ориентируется в пространстве, допуская паузы;
- дыхание во время движения правильное, но иногда требуется напоминание педагога.

Низкий уровень (1 балл):

- развитие физических данных отсутствует;
- мало эмоционален; стеснителен;
- с трудом перевоплощается в образ, не импровизирует, имитационные движения повторяет за другими детьми;
- начинает движение с вступления;
- часто допускает ошибки в постановке корпуса, не соблюдает позиции рук, ног;
- в коллективном исполнении путается, допускает ошибки;
- плохо ориентируется в зале;
- дыхание «через рот», правильное дыхание только при напоминаниях педагога.

Оценка уровня знаний, умений учащихся.

Оптимальный уровень: более 20 баллов

Хороший уровень: 15 -20 баллов

Допустимый уровень: до 15 баллов