

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА МЫТИЩИ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «ГАЛАКТИКА»

ПРИНЯТО

на педагогическом совете

Протокол № 1

от «29» августа 2024 г.

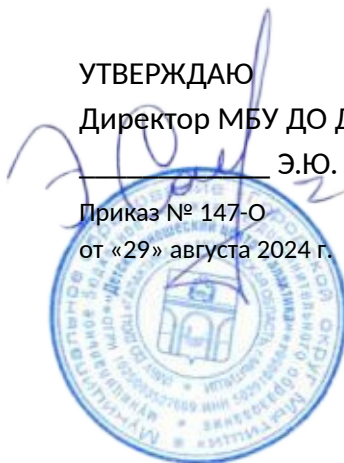
УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»

Э.Ю. Салтыков

Приказ № 147-О

от «29» августа 2024 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Мир танца»

Направленность: художественная

Уровень сложности освоения: стартовый

Возраст обучающихся: 7 -10 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Солодкова Инна Вячеславовна,

педагог дополнительного образования

г. Мытищи
2024 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **стартового** уровня «Мир танца» реализует **художественную направленность**.

Программа составлена на основе авторской программы Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу».

Программа составлена с учётом нормативных документов:

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 г.);
5. Национальный проект "Образование" (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 03.09.2018 №10);
6. Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден протоколом заседания проектного комитета по национальному проекту "Образование" от 07.12.2018 №3;
7. 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 научно-технологического и культурного развития страны»);
8. 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)»);
9. Письмо Министерства просвещения РФ от 17.06.2022 г. "О примерном календарном плане воспитательной работы";
10. 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);
11. 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»;
12. 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»;
13. 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);
14. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
 15. Программа Российской Федерации "Развитие образования" до 2030 года;
 16. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);
 17. Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
 18. 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";
 19. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 21.07.2014) "Об образовании в Российской Федерации";
 20. Федеральный проект "Патриотическое воспитание граждан РФ" национального проекта "Образование".

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 учащихся на занятиях хореографией способствует решению этих проблем. Хореографическое искусство развивает у обучающихся чувство красоты и выразительности движений, формирует их фигуру, вырабатывает осанку, укрепляет физически.

Новизна программы

Основная идея программы заключается в том, что занятия хореографией являются многогранным инструментом комплексного воздействия на личность ребёнка. Это развитие физических данных и укрепление здоровья обучающихся, развитие их эмоциональной сферы; формирование личностных качеств, таких как выносливость, целеустремлённость, трудолюбие. В процессе занятий происходит арт-терапевтическое воздействие: коррекция эмоционально-психического состояния, развитие коммуникативных навыков

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 и развитию нравственных качеств личности: смелости, упорства, трудолюбия, коллективизма, активности.

Основные принципы обучения:

Общедидактические принципы:

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

- научность,
- доступность

Цель программы: освоение обучающимися элементарных основ хореографии и развитие интереса к систематическим занятиям танцами.

Задачи:

а) образовательные / предметные:

формирование:

- представления о взаимосвязи музыки и движения;
- знаний основных хореографических терминов и понятий;
- правильной постановки корпуса;
- освоение элементарных основ хореографии;
- представления об основных видах и стилях хореографического искусства;
- основ культуры здорового образа жизни;
- навыков самоконтроля

б) развивающие / метапредметные:

развитие:

- мотивации к занятиям хореографией;
- чувства ритма;
- эмоциональности и выразительности,
- координации движений;
- внимания, памяти и логического мышления;
- пространственного воображения;
- физических данных

в) воспитательные / личностные:

воспитание:

- чувства патриотизма и уважения к общечеловеческим ценностям;
- коллективизма и товарищества;
- ответственности и исполнительности;
- трудолюбия;
- основ культуры здорового образа жизни.

Адресат программы

Возраст обучающихся по программе – 7-10 лет.

Краткая характеристика обучающихся по программе

Программа «Мир танца» адресована обучающимся 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 способствуют гармоничному развитию личности, формированию художественного вкуса, развивают физические данные, грацию и пластику, способствуют формированию культуры здорового образа жизни.

Режим занятий:

Занятия проводятся один раз в неделю два академических часа с перерывом 15 минут.

Общий объем часов программы- 72 ч.

Срок освоения программы - 1 год.

Особенности организации образовательного процесса.

Образовательный процесс осуществляется в соответствии с календарно-тематическим планом в группе обучающихся одного возраста, являющихся основным составом объединения.

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

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

Форма обучения - очная

Язык обучения - русский

Виды занятий: практическое занятие, открытое занятие, концерт, выступление на конкурсе.

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 общеобразовательной общеразвивающей программы за оцениваемый период, динамики достижения предметных и метапредметных результатов.

Итоговая аттестация обучающихся 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 обучающихся.

Предполагаемые формы проведения итоговой аттестации: итоговое занятие, творческий зачет.

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

Итоговая аттестация практической подготовки обучающихся проводится в форме: творческого зачёта (выступления).

Итоговая аттестация теоретической подготовки обучающихся проводится в форме опроса.

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

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: карта результативности обучения по программе, видеозапись, грамота, диплом, журнал посещаемости, фото, свидетельство, сертификат, статья и др.

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

Ожидаемые результаты программы:

а) **образовательные / предметные:**

у обучающихся будут сформированы

- представления о взаимосвязи музыки и движения;

- знания основных хореографических терминов и понятий;
- правильная постановка корпуса;
- элементарные основы хореографических знаний;
- представления об основных видах и стилях хореографического искусства;
- основы культуры здорового образа жизни;
- навыки самоконтроля;

б) развивающие / метапредметные:

обучающиеся разовьют

- мотивацию к занятиям хореографией;
- чувство ритма;
- эмоциональности и выразительности,
- координации движений;
- внимание, память и логическое мышление;
- пространственное воображение;
- физические данные;

в) воспитательные / личностные:

у обучающихся будут воспитаны, развиты:

- чувство патриотизма и уважения к общечеловеческим ценностям;
- коллективизм, чувство товарищества;
- ответственность и исполнительность;
- трудолюбие;
- основы культуры здорового образа жизни.

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 обучающихся в процессе освоения программы

Задачи:

- формирование уверенности у обучающихся в своих силах,
- развитие коммуникативных навыков обучающихся,
- 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 обучающихся,
- формирование умения объективно оценивать себя и окружающих,
- развитие мотивации обучающихся к саморазвитию, познанию и творчеству.
- воспитание трудолюбия и коллективизма
- создание «ситуации успеха» для развития личности обучающихся

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:

Обучающиеся:

- 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

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п / п	Название раздела	Количество часов			Формы аттестаци и/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
I	Введение. Техника безопасности.	1	0,5	0,5	опрос, викторина
II	ОБДД.	4	1	3	опрос, викторина
III	Азбука музыкального движения	10	2,5	7,5	наблюдение
IV	Гимнастика	15	4	11	наблюдение
V	Основы классического танца	15	3	12	наблюдение
VI	Основы народного танца	12	3	9	наблюдение
VI I	Основы эстрадно- спортивного танца	14	3,5	10 ,5	наблюдение
VII I	Итоговая аттестация	1	-	1	опрос, наблюден ие
	ИТОГО	72 час.	17,5 ч.	54,5 ч.	

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

РАЗДЕЛ I. Введение. Техника безопасности

№	Раздел/тема занятия	Количество часов			Форм а контро ля
		Всего	Теор ия	Практи ка	
I	Введение. Техника безопасности	1	0,5	0,5	
1)	Вводный инструктаж по ТБ. Введение в программу	1	0,5	0,5	беседа, опрос, викторина
II	ОБДД	4	1	3	
1)	Азбука дорожного движения	1	0,25	0,75	опрос
2)	Дорожные знаки. Правила поведения на дороге	1	0,25	0,75	опрос
3)	Техника безопасности в транспорте.	1	0,25	0,75	опрос, виктори на

4)	Дорога – не место для игр	1	0,25	0,75	опрос, викторина
III	Азбука музыкального движения	10	2,5	7,5	
1)	Вступительный и заключительный аккорды	1	0,25	0,75	наблюдение
2)	Сильная доля. Ритмическая азбука	1	0,25	0,75	наблюдение
3)	Динамическая диагональ	1	0,25	0,75	наблюдение
4)	Координация с шагами и хлопками	1	0,25	0,75	наблюдение

5)	Ритмические упражнения с мячом под счет	1	0,25	0,75	наблюдение
6)	Упражнения с мячом в паре и группе под счет	1	0,25	0,75	наблюдение
7)	Марш в различном ритме и характере	1	0,25	0,75	наблюдение
8)	Темп и характер музыки. музыкальная фраза	1	0,25	0,75	наблюдение
9)	Актерское мастерство и музыкальные навыки	1	0,25	0,75	наблюдение
10)	Различные шаги и упражнения для рук на координацию	1	0,25	0,75	наблюдение
IV	Гимнастика	15	4	11	
1)	Значение партерной гимнастики.	1	0,25	0,75	наблюдение
2)	Апломб	1	0,25	0,75	наблюдение
3)	Гибкость тела	1	0,25	0,75	наблюдение
4)	Тренировка мышц живота	1	0,25	0,75	наблюдение
5)	Тренировка мышц рук	1	0,25	0,75	наблюдение
6)	Растяжка	1	0,25	0,75	наблюдение
7)	Тренировка мышц спины	1	0,25	0,75	наблюдение
8)	Закрепление изученного материала	1	0,25	0,75	наблюдение
9)	Перекаты	1	0,25	0,75	наблюдение
10)	Устойчивость	1	0,25	0,75	наблюдение
11)	Упражнения на выносливость	1	0,25	0,75	наблюдение
12)	Тренировка мышц живота	1	0,25	0,75	наблюдение
13)	Растяжка	1	0,25	0,75	наблюдение
14)	Прыжки	1	0,25	0,75	наблюдение
15)	Кувырки	1	-	1	наблюдение
V	Основы классического танца	15	3	12	
1)	Постановка корпуса Поклон.	1	0.25	0.75	наблюдение
2)	Позиции рук	1	0.25	0.75	наблюдение
3)	Упражнения у станка	1	0.25	0.75	наблюдение
4)	Устойчивость	1	025	0.75	наблюдение
5)	Упражнения у станка	1	0.25	0.75	наблюдение
6)	Упражнения у станка	1	0.25	0.75	наблюдение
7)	Упражнения у станка	1	0.25	0.75	наблюдение
8)	Прыжки	1	0.25	0.75	наблюдение
9)	Повторение пройденного материала	1	-	1	наблюдение
10)	Упражнения у станка	1	0.25	0.75	наблюдение
11	Направления движения	1	0.25	0.75	наблюдение

)					
12)	Прыжки	1	0.25	0.75	наблюдение
13)	Бег	1	0.25	0.75	наблюдение
14)	Вращение	1	0.25	0.75	наблюдение
15)	Танцевальные движения и	1	-	1	наблюдение

	комбинации				
VI	Основы народного танца	12	3	9	
1)	Позиции ног	1	0.25	0.75	наблюдение
2)	Положения рук	1	0.25	0.75	наблюдение
3)	Танцевальные ходы	1	0.25	0.75	наблюдение
4)	Бег вращения	1	0.25	0.75	наблюдение
5)	Боковые ходы	1	0.25	0.75	наблюдение
6)	Дробные движения	1	0.25	0.75	наблюдение
7)	Переступания и притопы Присядки, мячики.	1	0.25	0.75	наблюдение
8)	Переборы и перескоки	1	0.25	0.75	наблюдение
9)	Вращения	1	0.25	0.75	наблюдение
10)	Вращения	1	0.25	0.75	наблюдение
11)	Заключения движений и комбинаций	1	0.25	0.75	наблюдение
12)	Упражнения для рук	1	0,25	0,75	наблюдение
VI I	Основы эстрадно-спортивного танца	14	3.5	10,5	
1)	«Вход» в эстрадную хореографию	1	0.25	0.75	наблюдение
2)	Изучение базовых элементов	1	0.25	0.75	наблюдение
3)	Противоход	1	0.25	0.75	наблюдение
4)	Скручивание	1	0.25	0.75	наблюдение
5)	Координация	1	0.25	0.75	наблюдение
6)	Пластика	1	0.25	0.75	наблюдение
7)	Прыжковые комбинации	1	0.25	0.75	наблюдение
8)	Наклоны	1	0.25	0.75	наблюдение
9)	Различные ходы	1	0.25	0.75	наблюдение
10)	Контракция	1	0.25	0.75	наблюдение
11)	Диско. Базовые движения	1	0.25	0.75	наблюдение
12)	Хип-хоп. Базовые движения	1	0.25	0.75	наблюдение

13)	Рок-н-ролл	1	0.25	0.75	наблюдение
14)	Прыжки	1	-	1	наблюдение
VII I	Итоговая аттестация	1	-	1	
1)	Итоговая аттестация обучающихся	1	-	1	опрос, творческое задание
		72 ч.	17,5 ч.	54,5 ч.	

СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ УЧЕБНОГО ПЛАНА

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 презентации «История искусства танца». Викторина «В мире грации»

РАЗДЕЛ II. ОБДД

Тема 1. Азбука дорожного движения

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

Практика: Игра «Я по улице иду»

Тема 2. Дорожные знаки. Правила поведения на дороге.

Теория: Беседа: Дорожные знаки и дополнительные средства информации. Светофор. Регулирование дорог инспектором ГИБДД. Показ тематических слайдов. Правила поведения пешехода. Правила поведения пассажира.

Практика: Игра «Путешествие на транспорте»

Тема 3. Техника безопасности в транспорте.

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 4. Дорога – не место для игр

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

Практика: Игра-викторина «Дорожное движение»

РАЗДЕЛ III. Азбука музыкального движения

Тема 1. Вступительный и заключительный аккорды

Теория: Прослушивание различных музыкальных произведений. Умение вовремя вступать и заканчивать движение

Практика: Вступление поочередно в движение с командой «Хоп» (марш на месте). Движение по диагонали с поочередным вступлением на заданный счет

Тема 2. Сильная доля. Ритмическая азбука

Теория: Выделение в движении сильной музыкальной доли

Практика: Шаги, подскоки. Бег, прыжки под счет. Упражнения с хлопками, выделяя первый счет.

Тема 3. Динамическая диагональ

Теория: Развитие ритма, координации, внимания.

Практика: Движение по диагонали, вступая на заданный счет (галоп, подскоки, жете, бег лошадка, бег до хвоста). Марш, стелящийся шаг, подскоки с затяжкой

Тема 4. Координация с шагами и хлопками

Теория: Комбинирование различных координаций

Практика: Упражнения:

- марш на месте, считая при этом;
- шаги в сторону под счет;
- шаги в сторону с хлопками, шаг хлопок и обратно;
- комбинации с хлопками в паре.

Тема 5. Ритмические упражнения с мячом под счет

Теория: Ритмический рисунок

Практика: Закрепление:

- повторение за ведущим ритма в хлопках и притопах;
- подбрасывание мяча из руки в руку;
- марш с ударом мяча на заданный счет;
- прыжок и удар мяча в пол;
- марш с мячом на месте, в продвижении.

Тема 6. Упражнения с мячом в паре и группе под счет

Теория: Работа с партнером, внимание, координация

Практика: Передача мяча партнеру через пол и по воздуху под заданную музыку
Передача мяча по кругу в группе в разных направлениях под заданную музыку и счет

Тема 7. Марш в различном ритме и характере

Теория: Ритм. Темп.

Практика: отработка:

- изменение темпа шагов во время движения;
- притопы в конце музыкальной фразы.

Тема 8 Темп и характер музыки. музыкальная фраза.

Теория: Темп медленный, умеренный, быстрый. Характер музыки (веселая, спокойная, грустная). Выделить начало и конец музыкальной фразы

Практика: отработка:

- движение в заданном ритме и характере (громко, тихо);

- задание «настроение»: под заданную мелодию изобразить движением – праздник, грусть, удовольствие и т.п.;

Тема 9. Актерское мастерство и музыкальные навыки

Теория: Элементарные формы танцевальной импровизации.

Практика: Самостоятельное сочинение отрывка (Шторм, Сыщик, Клоуны. Лошадки).

Творческие упражнения:

- упражнение с ладонью - лист падает, летит, кружится и т.п.;
- задание «мороженное»: изображение процесса таяния и замерзания под музыку;
- задание «Настроение» (участвует только мимика лица и поза (фото));
- упражнение «кисточка художника» нарисовать кисточкой (носом) заданный предмет;
- упражнение с ладонью - лист падает, летит, кружится и т.п

Тема 10. Различные шаги и упражнения для рук на координацию

Теория: Комбинирование различных координаций

Практика: отработка:

- широкий шаг сидя, с работой рук(спешу)
- танцевальный шаг со сменой рук по точкам (раз - хлопок по швам; два – плечи; три - вверх, четыре - в сторону).

-

РАЗДЕЛ IV. Гимнастика

Тема 1. Значение партерной гимнастики

Теория: Представление о своем физическом теле, из чего оно состоит и как работает. Подготовка тела к упражнениям у станка.

Практика: упражнения на постановку корпуса, сидя на полу

Тема 2. Апломб

Теория: Партер. Постановка корпуса. Правильная осанка. Апломб.

Практика: отработка:

- постановка корпуса сидя на полу;
- упражнения для стоп (сокращения, вращения);
- позиции ног, выворотность стопы

Тема 3. Гибкость тела.

Теория: Понятие «гибкость тела». Техника выполнения наклонов.

Практика: отработка:

- наклоны, упражнения сидя и лежа спине;
- упражнения «корзиночка», «самолет», «кобра»;
- упражнение «дощечка»;
- упражнение «складочка».

Тема 4. Тренировка мышц живота

Теория: Сила мышц живота

Практика: отработка:

Наклоны, упражнения сидя и лежа спине;

- упражнение «ножницы»;
- сесть из положения лежа без помощи рук;
- большие махи на середине

Тема 5. Тренировка мышц рук

Теория: Мышцы рук. Тренировка сила мышц рук.

Практика: упражнения:

- «мостик» с колен;
- «планка» на локтях;
- «тележка» по парам;
- подготовка к «колесу»;
- подъём на руках с прогибом.

Тема 6. Тренировка мышц спины

Теория: Мышцы спины. Техника тренировки силы мышц спины.

Практика: закрепление:

- упражнения лежа на животе: «коробочка», «русалка», махи, «затяжка»;
- упражнение «берёзка»

Тема 7. Растяжка

Теория: Важность растяжки для исполнения танцевальных движений.

Практика: закрепление:

- упражнения сидя: «лягушка», «складочка», «бабочка»;
- выпады и подготовка к шпагату.

Тема 8. Закрепление изученного материала

Практика: Закрепление пройденного материала:

- упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;
- упражнения на эластичность мышц;
- упражнения для развития гибкости.

Тема 9. Перекаты

Теория: Понятие «перекат». Техника выполнения перекатов.

Практика: отработка:

- комбинация переката через поперечный шпагат;
- перекат на колено и на спине.

Тема 10. Устойчивость

Теория: Равновесие, устойчивость. Апломб

Практика: закрепление:

- упражнение «цапля» с разворотом колена в сторону;
- поза «Сфинкс».
- различные выпады (руки в стороны и вверх)

Тема 11. Упражнения на выносливость

Теория: Выносливость. Техника правильного дыхания.

Практика: закрепление:

- прыжки с зависанием из положения;
- упор сидя;
- упражнение «велосипед».

Тема 12. Тренировка мышц живота

Теория: Мышцы брюшного пресса. Техника упражнений на укрепление мышц брюшного пресса.

Практика: упражнения на закрепление:

- «уголок», «березка», круги ногами над полом;
- усложненная партерная гимнастика.

Тема 13. Растяжка

Теория: Понятие «танцевальный шаг».

Практика: Упражнения на развитие танцевального шага: различные махи, затяжки, выпады, складки, шпагаты.

Тема 14. Прыжки

Теория: Техника прыжков

Практика: закрепление:

- прыжки с вытянутыми и поджатыми ногами с зависанием.
- трамплинный прыжок.

Тема 15. Кувырки

Теория: Техника выполнения кувырка. Кувырок через плечо. вперед, назад.

Практика: закрепление:

- группировка тела, перекаты на спине (поплавок);
- остановка в 6 позицию после переката.

РАЗДЕЛ V. Основы классического танца

Тема 1. Поклон

Теория: Правила приветствия. Понятие «классический экзерсис». Позиции ног. Поклон.

Практика: упражнения на закрепление:

- 1,2, позиции;
- поклон из 1 позиции.

Тема 2. Позиции рук

Теория: Позиции рук

Практика: упражнения на закрепление:

- подготовительная позиция;
- 1,2,3 позиции

Тема 3. Упражнения у станка

Теория: Плие. Гранд плие. Деми плие

Практика: упражнения на закрепление:

- деми плие;
- гранд плие

Тема 4 Устойчивость

Теория: Апломб - устойчивость. Стержень-позвоночник.

Практика: закрепление: упражнения на постановку корпуса у станка и на середине зала.

Тема 5. Упражнения у станка

Теория: Упражнения для развития танцевального шага. Батман тандю (по полу)

Практика: Упражнения на закрепление темы.

Тема 6. Упражнения у станка

Теория: Упражнения для развития танцевального шага. Батман тандю жете (взмах, бросок ноги).

Практика: Упражнения на закрепление темы

Тема 7. Упражнения у станка

Теория: Ронд де жамб (круг ногой)

Практика: закрепление: ронд де жамб - вперед, обратно у станка

Тема 8. Прыжки

Теория: Соте (прыжок). Понятие «прыгучесть». Техника выполнения прыжка. Прыжки с обеих ног на обе.

Практика: закрепление: соте - по 1,6 и 2 позиции

Тема 9. Повторение пройденного материала

Практика: закрепление изученного материала у станка:

- релеве 1, 6 позиция;
- деми плие 1, 6, 2 позиции
- гранд плие
- батман тандю
- батман тандю жете
- ронд де жамб

Тема 10. Упражнения у станка

Теория: Слитное исполнение релеве лян 45 градусов

Практика: упражнения на закрепление: у станка крестом

Тема 11. Направления движения

Теория: Ан дедан – внутрь, в круг, ан деор - наружу, из круга.

Практика: упражнения на закрепление в разных направлениях

Тема 12. Прыжки

Теория: Итальянский прыжок.

Практика: упражнения на закрепление: 5 позиция, лицом к станку

Тема 13. Бег

Теория: Шаг и бег на полупальцах.

Практика: закрепление: упражнения по диагонали

Тема 14. Вращение

Теория: Техника вращения

Практика: отработка - держать точку на середине зала и по диагонали.

Тема 15. Танцевальные движения и комбинации

Практика: отработка движений: подскоки, шаг польки и галопа - по диагонали, по кругу (индивидуально и в парах).

РАЗДЕЛ VI. Основы народного танца

Тема 1. Позиции ног

Теория: Возникновение народного танца. Характер народного танца. Хоровод. Пляска. Перепляс. Популярные виды русского народного танца: Хоровод Барыня, Калинка, Камаринская. Кадриль. Позиции ног в народном танце.

Практика: упражнения - позиции ног в народном танце.

Тема 2. Положения рук

Теория: Разновидности положений рук русского танца, связь с бытовыми движениями.

Практика: упражнения для закрепления позиций рук в русском народном танце

Тема 3. Танцевальные ходы

Теория: Различное сочетание шагов в стиле, характере и манере национального танца

Практика: упражнения на закрепление:

- простой шаг,
- шаг с каблука.

Тема 4. Бег

Теория: Техника бега. Легкость движения и техника приземления при беге.

Практика: Закрепление: бег - основной вид, с подъёмом коленей.

Тема 5. Боковые ходы

Теория: Понятие «выворотность» колен. Подъём и опускание с полупальцев. Равновесие.

Практика: Упражнения на закрепление:

- припадание;
- «гармошка».

Тема 6. Дробные движения

Теория: Техника танцевального удара. Удары всей стопой. Одинарные удары и двойные. Дробные движения. Перепляс.

Практика: Упражнения на закрепление.

Тема 7. Переступания и притопы. Присядки, мячики.

Теория: Удары всей стопой в соответствии заданному счету и темпу музыки. Пружинные движения для мальчиков. Притопы как концовка комбинаций движений

Практика: Упражнения на закрепление темы. Переступания по 5 позиции в подготовке к веревке.

Тема 8. Переборы и перескоки

Теория: Легкость прыжка с высоким коленом.

Практика: Упражнения:

- перескоки с остановкой на каблук и на воздух,
- «козлик» в продвижении по диагонали

Тема 9. Вращения

Теория: «Держать точку»- правило вращения. Различные повороты и вращения. Броски.

Практика: Отработка движений:

- вращение на месте на середине на 180 и 360 градусов на полупальцах,
- повороты и вращения,
- броски.

Тема 10. Вращения

Теория: Техника вращения. Правильная постановка корпуса во время исполнения вращения.

Практика: Вращение на беге на середине, по диагонали.

Тема 11. Заключение движений и комбинаций

Теория: Музыкальная законченность комбинаций и движений.

Практика: Отработка движений:

- простой притоп,
- соскок.

Тема 12. Повторение пройденного материала

Теория: Развитие координации в характере танцев разных народов

Практика: Поклоны с корпусом и движением головы. Упражнения для рук.

РАЗДЕЛ VII. Основы эстрадно-спортивного танца

Тема 1. «Вход» в эстрадную хореографию

Теория: Беседа: Особенности эстрадного танца. Взаимосвязь с классическим и народным танцем. Манера исполнения

Практика: Упражнения: ход на полупальцах, галоп, бег.

Тема 2. Изучение базовых элементов.

Теория: Натянутость стопы, легкость исполнения, координация.

Практика: Польша, выбрасывание ног в сторону, прыжок в растяжку

Тема 3. Противоход

Теория: Двигательный аппарат человека. Работа мышц и суставов. Центр тяжести тела. Произвольные (целенаправленные) движения. Противоход (шаг с правой ноги, и при этом выход вперед левой руки).

Практика: Марш. подскоки. бег с движением рук. Упражнения на ориентировку в пространстве

Тема 4. Скручивание

Теория: Понятие «скручивание» (поворот корпуса и нижней части тела в разных направлениях).

Практика: Упражнения на:

- повороты
- выпады;
- броски;
- различные прыжки и движения на координацию;
- различные повороты.

Тема 5. Координация

Теория: Четкое музыкальное и ритмичное выполнение движений.

Практика: Упражнения:

- шаги с остановкой и прыжком,
- шаги с раскрытием рук по точкам,
- кросс с простыми комбинациями.

Тема 6. Пластика

Теория: Сила и эластичность суставно-связочного аппарата. Мышцы человека. Тонус мышц. Эластичность мышц и связок. Подготовка суставно-связочного аппарата: разминка и разогрев мышц. Гибкость и пластика.

Практика: Упражнения на развитие эластичности мышц: «волны», наклоны.

Тема 7. Прыжковые комбинации

Теория: Техника прыжка. Отправная точка - из положения деми плие. Собранность и сила толчка при исполнении прыжка. Понятие «комбинация» прыжков.

Практика: упражнения на закрепление:

- прыжки с поджатыми ногами, «лягушкой», в разножку, с затяжкой.
- прыжки с вытягиванием из положения сидя
- прыжки со сменой направлений
- большой трамплинный прыжок

Тема 8. Наклоны

Теория: Техника упражнений на вытягивание позвоночника. Флэт бэк (плоская спина). Техника наклонов торса: вперёд, в сторону (на 90) или назад с прямой спиной, без изгиба торса.

Практика: Упражнения на закрепление Флэт-бек.

Тема 9. Различные ходы

Теория: Движение сидя в плие, вытягивая подъём. Корпус откинут назад.

Практика: Упражнения на закрепление:

- основной стелющийся ход,
- группа различных шагов, «кик»
- простая импровизация под заданную музыку
- прыжковая группа,
- кросс с простейшими движениями.

Тема 10. Контракция

Теория: Дыхание танцора и накопление им энергии. Подвижность диафрагмы и таза. Понятие «контракция» (сжатие, сокращение). Исполнение на выдохе, аккумуляция энергии в себе.

Практика: Упражнение «Дорожка с африканской пластикой»

Тема 11. Диско. Базовые движения

Теория: Стиль «диско». Техника базовых движений.

Практика: Комбинации движений диско и рок-н-ролла

Тема 12. Хип-хоп. Базовые движения

Теория: Стиль «хип-хоп». Понятие «качать корпусом».

Практика: упражнения на простые движения хип-хопа.

Тема 13. Рок-н-ролл. Базовые движения

Теория: Стиль «рок-н-ролл». Базовые движения. Легкие прыжковые движения и выбрасывания от колена.

Практика: Упражнения на закрепление: прыжки на 2-х ногах, с одной на другую, «кик»

Тема 14. Повторение пройденного материала

Практика: Галоп с поворотом. Подскоки с затяжкой. Комбинации движений.

РАЗДЕЛ VIII. Итоговая аттестация

Тема 1. Итоговая аттестация

Теория: опрос – вопросы теоретической части итоговой аттестации.

Практика: творческий зачёт – импровизированный номер

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

адровое обеспечение: педагог дополнительного образования имеет среднее профессиональное педагогическое образование; знание предмета.

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.

Информационно-методическое обеспечение

Методы обучения:

При проведении занятий используются словесный, наглядный, практический; объяснительно-иллюстративный, игровой, репродуктивный, частично-поисковый, и др. методы обучения.

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.

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: праздников, конкурсов, концертов и других мероприятий.

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.

Алгоритм учебного занятия

Основные этапы занятия:

- I. Вводная часть (организационная часть: приветствие; проверка присутствия обучающихся; 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, практическая работа в хореографическом зале.
- III. Заключительная часть (подведение итогов учебного занятия (позитивная оценка деятельности обучающихся); при необходимости рекомендации для самостоятельной подготовки дома).

В оформлении занятия используется:

- классическая музыка русских и зарубежных композиторов;
- народная музыка;
- 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.

Интернет-ресурсы:

- 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>

Оценочные материалы

Диагностическая таблица определения уровня навыков и умений (*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 Паблишинг, 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. Боттомер П.И. Танец современный и классический, Большая иллюстративная энциклопедия. - М.: Эксмо, 2006. –256 с.
8. Бриске И.Э. Основы детской хореографии.-М.: Планета музыки, 2024.- 236 с.
9. 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.
10. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - СПб: Лань, 2007- 192 с.:

11. Вихрева Н.А. Классический танец для начинающих. – М.: Театралис, 2004. - 111 с.
12. Калинина О.Н. Планета танца. - Харьков: Факт, 2016. – 71 с.:
13. Климов А. Основы русского народного танца. - М.: Искусство, 2004.- 320 с.
14. Лисицкая Т.С. Хореография в гимнастике. - М.: ЮРАЙТ, 2020.- 260 с.
15. Лосева И., Коблякова Л. Мир танца. Методическое пособие в помощь хореографу и концертмейстеру. - СПб.: Композитор, 2017.- 92 с.
16. Руднева С.Д., Фиш Э.М. Ритмика. Музыкальное движение / С. Руднева, Э. Фиш. – М., 1972.– 334 с
17. Силкин П. А. Педагогические приемы развития профессиональных (функциональных) данных обучающихся искусству танца. - СПб.: Акад. русского балета им. А. Я. Вагановой, 2015. - 29 с.
18. 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>
8. https://st.educom.ru/eduoffices/gateways/get_file.php?id=%7BD7799B5F-DE7F-96B9-C559-BD4BBD1A982C%7D&name=0700-Azbuka-tanca.pdf

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 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.- 160 с.
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. Гусева С.И. Путешествие в музыкальную страну: музыкальная азбука. – М.: Феникс, 2024. – 22 с.
7. Дешкова И. Иллюстрационная энциклопедия балет в рассказах и исторических анекдотах для детей и их родителей. Москва 2015
8. Левин Р. Музыка История и волшебство классического оркестра. – М.: АСТ, 2015. – 96 с.
9. Ли Л., Хамилтон М. Балет. Детская энциклопедия. - М.: Аванта (АСТ), 2024.- 96 с.
10. Литтл Сьюзи. Блокадный танец Ленинграда. - М.: ИД ПРОФ-ПРЕСС, 2024.-128 с.
11. Ожич Е. История танцев. – М.: Качели, 2017.- 24 с.
12. Савчук. О. Школа танцев для детей от 3-х до 14 лет. - СПб.: Ленинградское издательство, 2010 – 209 с.
13. Хочу всё знать о музыке. Детская энциклопедия. – М.: Аванта, 2018. – 96 с.
14. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-фи-дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей. - СПб.: Детство-пресс, 2020.- 352 с.

Электронные ресурсы:

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

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение № 1

Вопросы к теоретической части итоговой аттестации

1. Как появился первый танец? (возник из бытовых движений под ритм. в котором работал человек или передавал свои чувства жестами и движением)
2. Что такое «апломб»? (правильная и грамотная постановка корпуса)
3. Имя музы танца в греческой мифологии? (Терпсихора)
4. Как в народном танце называется соревнование в силе, ловкости, изобретательности движений, показ индивидуальности исполнителя, его характера, демонстрация виртуозности исполнения движений-колен. (перепляс)
5. Искусство, которое выражает чувства и мысли с помощью мимики, жестов и движений? (балет)
6. Самый древний вид русского народного танца? (хоровод)
7. 1-ая позиция ног - это когда...? (пятки сдвинуты, носки развёрнуты в противоположные от друг друга стороны, образуя на полу прямую линию)
8. Сколько позиций рук в классическом танце? (подготовительная ,1,2,3)
9. Упражнение «Березка» - это...? (наклон вперед, стойка на плечах, при которой ноги вертикально вытягиваются вверх).
10. Скорость движения музыкального произведения? (темп)
11. Музыка, которая звучит вначале произведения и настраивает вас? (вступление)
12. Главное правило вращения? (держат точку)
13. Какие хореографические коллективы самодеятельные и профессиональные вы знаете? («Берёзка», «Гжель», «Калинка», Ансамбль народного танца имени Игоря Моисеева, «Тодес»)

Календарно-тематический план воспитательной работы на 2024/2025 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 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 , спектакл и».	
апрель	День экологии. Субботник "Приведи в порядок сою планету" День космонавтики Праздник- соревнование	Экологическое воспитание Гражданско-патриотическое	«Ключевые дела»	
май	День Победы. Беседа "Чтобы помнили..."	Гражданско-патриотическое	«Ключевые дела»	

Календарный учебный график на 2024-2025 уч. год

Календарный учебный график реализации программы «Мир танца» 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	Декабрь	
2 полугодие	09.01.2025-31.05.2025	20		Май

Календарно-тематический план на 2024/2025 учебный год

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир танца» (стартовый уровень)

год обучения: 1-й

группа: 1-ая

Расписание: пятница 14.00-16.00

Место проведения занятий: хореографический зал

№ занятия	Дата проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Раздел учебного плана	Форма занятия	Форма контроля
1	06.09.24	Вводный инструктаж по ТБ. Введение в программу. Азбука дорожного движения.	1 1	I I I	беседа	опрос, викторина
2	13.09.24	Вступительный и заключительный аккорды. Значение партерной гимнастики	1 1	I I I I V	практическое занятие беседа	наблюдение
3	20.09.24	Сильная доля. Ритмическая азбука. Поклон	1 1	I I I V	практическое занятие	наблюдение
4	27.09.24	Упражнения с мячом в паре и группе под счет. Гибкость тела.	1 1	I I I	практическое занятие	наблюдение

				I V		
5	04.10.24	Устойчивос ть. Позиции рук	1 1	I V V	практическое занятие	наблюдение
6	11.10.24	Дорожные знаки. Правила поведения на дороге. Динамическая диагональ	1 1	I I I I I	беседа практическое занятие	опрос, викторина наблюдение
7	18.10.24	Координация с шагами и хлопками. Тренировка мышц живота	1 1	I I I I V	практическое занятие	наблюдение
8	25.10.24	Тренировка мышц спины. Упражнения у станка	1 1	I V V	практическое занятие	наблюдение
9	01.11.24	Перекаты. Устойчивос ть	1 1	I V V	практическое занятие	наблюдение

10	08.11.24	Упражнения у станка. «Вход» в эстрадную хореографию	1 1	V V I I	практическое занятие	наблюдение
11	15.11.24	Актерское мастерство и музыкальные навыки. Растяжка	1 1	I I I I V	практическое занятие	наблюдение
12	22.11.24	Упражнения на выносливость. Упражнения у станка	1 1	I V V	практическое занятие	наблюдение
13	29.11.24	Тренировка мышц живота. Упражнения для рук	1 1	I V V I	практическое занятие	наблюдение
14	06.12.24	Техника безопасности в транспорте. Ритмические упражнения с мячом под счет	1 1	I I I I I	беседа практическое занятие	опрос наблюдение
15	13.12.24	Темп и характер музыки. музыкальная фраза. Тренировка мышц рук	1 1	I I I I V	практическое занятие	наблюдение
16	20.12.24	Прыжки. Направления движения	2	V	практическое занятие	наблюдение
	27.12.24	Повторение пройденного	1	V	практическое занятие	наблюдение

17		материала. Скручивание	1	V I I		
18	10.01.25	Дорога – не место для игр. Упражнения у станка	1 1	I I V	Беседа	опрос, викторина
19	17.01.25	Марш в различном ритме и характере. Упражнения у станка	1 1	I I I V	практическое занятие	наблюдение
20	24.01.25	Различные шаги и упражнения для рук на координацию. Наклоны	1 1	III VI I	практическое занятие	наблюдение
21	31.01.25	Закрепление изученного материала раздела гимнастики. Противоход	1 1	I V V I I	практическое занятие	наблюдение
22	07.02.25	Кувырк и. Вращение	1 1	I V V	практическое занятие	наблюдение
23	14.02.25	Прыжки. Изучение базовых элементов	1 1	I V V I I	практическое занятие	наблюдение
24	21.02.25	Бег. Координац	1 1	V	практическое занятие	наблюдение

		ия		V I I		
25	28.02.25	Враще ие. Пластик а	1 1	VI VI I	практическое занятие	наблюдение

26	07.03.25	Танцевальные движения и комбинации. Прыжковые комбинации	1 1	V V I I	практическое занятие	наблюдение
27	14.03.25	Различные ходы. Контракция	2	VII	практическое занятие	наблюдение
28	21.03.25	Диско. Базовые движения. Основные понятия	1 1	VI I VI	практическое занятие	наблюдение
29	28.03.25	Хип-хоп. Базовые движения. Основные понятия. Положения рук	1 1	VI I VI	практическое занятие	наблюдение
30	04.04.25	Рок-н-ролл. Прыжки	2	VII	практическое занятие	наблюдение
31	11.04.25	Апло мб. Прыжки	1 1	I V V	практическое занятие	наблюдение
32	18.04.25	Дробные движения. Растяжка	1 1	V I I V	практическое занятие	наблюдение
33	25.04.25	Танцевальные ходы. Боковые ходы	2	VI	практическое занятие	наблюдение
34	16.05.25	Переборы и перескоки. Вращение	2	VI	практическое занятие	наблюдение
35	23.05.25	Заключения движений и комбинаций. Переступания и притопы. Присядки, мячики	2	VI	практическое занятие	наблюдение

36	30.05.25	Бег, вращения. Итоговая аттестация	1 1	V I V II I	практическое занятие	наблюдение опрос
		ИТОГО	72 ч.			

Таблица по результатам итоговой аттестации учащихся

№ п/п	Показатели	Количество учащихся		
		высокий уровень	средний уровень	низк ий урове нь
1.	Теоретическая подготовка			
2.	Практическая подготовка			

Аналитическая записка:

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

Учащиеся освоили программу ? года обучения по дополнительной общеразвивающей программе «?», 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 обучающиеся сформировали навыки ?

Занятия развили ?

Оценочные материалы
Диагностическая таблица определения уровня навыков и умений

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

Критерии оценки:

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

Задачи: - развивать двигательную память, фантазию, логическое мышление,
 - формировать коллективные отношения.

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