

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «ГИМНАЗИЯ №1» ГОРОДА СОСНОВОБОРСКА

РАССМОТРЕНО  
Методическим советом  
МАОУ «Гимназия №1»  
г. Сосновоборска  
Протокол №1 от «31» августа 2023 г.



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МАОУ «Гимназия №1»  
г. Сосновоборска  
О.Ю. Тощая  
Приказ №103 от «1» сентября 2023г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Хореографический ансамбль «Радость»»**

Направленность: художественная  
Уровень программы: базовый  
Возраст учащихся: 3-17 лет  
Срок реализации программы: 10 лет

Составитель:  
педагог дополнительного образования  
Степанова Диана Евгеньевна

Сосновоборск  
2023

### **Пояснительная записка**

Искусство танца – это средство воспитания и развития личности обучающегося, способствующее созданию благотворной почвы для раскрытия потенциальных возможностей человека. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым. Занятия танцами развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, походку, силу, ловкость, координацию движений.

### **Направленность программы**

Программа носит художественную направленность. Отвечает требованиям: Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ.

Приказа Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.

Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015г. №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)», в которых прописано, что одним из принципов проектирования и реализации дополнительных общеобразовательных программ является модульность.

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Устав МАОУ «Гимназия №1» г. Сосновоборска.

### **Актуальность программы**

Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне. Программа вводит детей в большой и удивительный мир хореографии, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями танцев. Помогает детям влиться в

огромный мир музыки - от классики до современных стилей, и попытаться проявить себя посредством пластики близкой детям. Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способности к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластики.

**Новизна программы** состоит в анализе возрастных предпосылок, обуславливающих целесообразность начала физической подготовки в дошкольном и младшем школьном возрасте. Также разработаны упражнения и игры для развития творческого потенциала на занятиях эстрадным танцем; разработана методика преподавания эстрадного танца юным танцорам, предусматривающая соотношение средств общей и специальной физической подготовки и последовательность их включения в учебно-тренировочный процесс в годичном цикле; выявлены особенности методики проведения учебно-тренировочных занятий. «Эстрадный танец» является - синтез видов и форм хореографического обучения, создание интегрированной модели обучения: (джазовый танец, танец модерн, классический танец, стретчинг, хип-хоп), акцент ставится на изучение современной хореографии.

**Педагогическая целесообразность** данной программы определяется ее развивающим потенциалом, использованием на занятиях данного объединения упражнений и тренингов, направленных на развитие умений и навыков не только танцевально-музыкальных способностей, но и актёрского мастерства, что способствует развитию творческого потенциала, формирует способность к глубокому пониманию образного строя танца и умения быть выразительным исполнителем. Все это позволит раскрыть индивидуальность каждого ребёнка, даст возможность раскрыть свой талант в искусстве хореографии. Занятия в эстрадных танцах помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитать в себе выносливость. Скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом. В данном виде искусства лаконично соединены в одно целое многообразие танцевальных стилей и элементы сценических трюков. Программа направлена не на подготовку профессионального танцора, а на предоставление возможности ребенку выразить себя в танце, развитие умения добиваться творческого выражения эмоций через пластику.

#### **Адресат программы**

Возраст учащихся: 3-17 лет. Программа разработана для учащихся, которые

хотят научиться танцевать, обрести уверенность и умение держаться на сцене. Для работы по программе формируются постоянные группы численностью 10-16 человек.

Группы формируются по возрастному признаку.

#### **Сроки реализации программы и объем учебных часов**

Программа рассчитана на 10 лет обучения.

Трехступенчатая программа обучения:

детский танец (возраст 3-7 лет) – 3 года обучения, 216 часов,

эстрадная хореография (возраст 8-12 лет) – 3 года обучения, 324 часа.

современная хореография (возраст 13-17 лет) – 4 года обучения, 432 часа.

#### **Формы организации образовательного процесса**

- занятия проводятся по очной форме обучения;

- форма проведения занятий: аудиторная, в зависимости от занятий допускается внеаудиторная;

- форма организации занятий: групповая.

#### **Режим занятий:**

детский танец – младшая группа (3-7 лет) - 2 раза в неделю продолжительностью по 30 мин с 5-минутным перерывом - 2 занятия;

эстрадная хореография – средняя группа (8-12 лет) – 3 раза в неделю продолжительностью по 40 мин с 10-минутным перерывом - 2 занятия;

современная хореография – старшая группа (13-17 лет) – 3 раза в неделю продолжительностью по 40 мин с 5-минутным перерывом - 2 занятия.

#### **Объем учебной нагрузки**

Возрастная группа	Периодичность образовательной деятельности	Длительность образовательной деятельности
Младшая группа 1	2 раза в неделю	30 минут
Младшая группа 2	2 раза в неделю	30 минут
Средняя группа 1	3 раза в неделю	40 минут
Средняя группа 2	3 раза в неделю	40 минут
Старшая группа	3 раза в неделю	40 минут

#### **Цель и задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

**Цель:** формирование творческой физически развитой личности ребенка через раскрытие его индивидуальных возможностей в области хореографии посредством изучения и развития устойчивого интереса к танцам.

**Задачи:**

#### **Личностные:**

- воспитание у детей интереса к танцевальному искусству;

- воспитание умения вести себя в группе во время движения, танцев и игр, формирование культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми;
- воспитание, чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

#### **Метапредметные:**

- совершенствование психомоторных способностей детей (развитие ловкости, точности, силовых и координационных способностей; развитие равновесия, силы, укрепление мышечного аппарата);
- развитие мелкой моторики, памяти, внимания, воображения;
- развитие музыкальных способностей (развитие чувства ритма, умение слушать музыку);
- развитие координации и укрепления опорно-двигательного аппарата.

#### **Предметные:**

- изучение элементов классического, народного, бального, современного танцев;
- формирование музыкально-ритмических навыков (умение двигаться и реализовывать себя под музыку);
- обучение правильному дыханию (дыхательные упражнения);
- изучение упражнений для развития тела и укрепления здоровья (улучшение физических данных, формирование осанки);
- умение слышать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок, менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами.

#### **Программа воспитания**

В процессе обучения и воспитания на занятиях по современной хореографии у учащихся осуществляется формирование и развитие личностных качеств:

- умение общаться и сотрудничать с другими детьми, подростками и взрослыми в процессе совместной деятельности;
- чувство коллективизма, способность к продуктивному творческому общению;
- самостоятельность, ответственность, трудолюбие, инициативность, упорство в достижении цели;
- проявление музыкального и художественного вкуса;
- уважительное отношение к нормам коллективной жизни;
- соблюдение правил и норм поведения в хореографическом зале, при выступлении на сцене, к внешнему виду на занятиях, во время выступлений.

На учебных занятиях и вне их создаются условия для самореализации и саморазвития каждого студента посредством личностных проб в совместной деятельности и социальных практик.

Цель воспитания – это планируемый результат. Оценивание результатов воспитательной работы происходит в процессе наблюдения на протяжении всего периода обучения. Соотношение цели и результатов воспитания позволяет сделать вывод о качестве воспитания.

Основные направления воспитательной деятельности:

- духовно-нравственное;
- гражданско-патриотическое;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.

В процессе воспитательной деятельности используются:

Методы воспитания: убеждения, самоубеждения, внушения, требование, стимулирование, мотивация, метод воспитывающей ситуаций.

Технология воспитания:

- сотрудничества;
- индивидуальной педагогической поддержки.

Таблица 1

### Содержание программы «Детский танец»

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Танцевальная азбука.	29	43	72
2.	Мозаика танцев	26	46	72
3.	Танцы, танцы	28	44	72
	Итого:	83	133	216

Таблица 2

### Учебный план 1 года обучения

#### Модуль «Танцевальная азбука»

№	Разделы / Темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1	-	Входная диагностика
2.	Игроритмика «Горошинки»	1	0,5	0,5	Практическая работа
3.	Игрогимнастика	1	0,5	0,5	Практическая работа
4.	Музыкально - подвижная игра «Автомобили»	1	0,5	0,5	Практическая работа
5.	Игровая гимнастика	2	1	1	Практическая работа
6.	Основные шаги	2	1	1	Практическая работа
7.	Простой шаг. «Хоровод в лесу»	2	1	1	Практическая работа

8.	Упражнение «Звездочка». Игра - песня «Урожайная»	1	0,5	0,5	Практическая работа
9.	Мелкий бег на носочках. Игра «Лужи»	1	0,5	0,5	Практическая работа
10.	Партерная гимнастика	1	0,5	0,5	Практическая работа
11.	Игровая гимнастика	1	0,5	0,5	Практическая работа
12.	Упражнение «Звездочка». Игра - песня «Урожайная»	1	0,5	0,5	Практическая работа
13.	Сценка «На лесной поляне». Игра «Медведь и зайцы»	1	0,5	0,5	Практическая работа
14.	Парная пляска: «Поссорились - помирились»	1	0,5	0,5	Практическая работа
15.	Упражнение: простой хороводный шаг. Танцевальный этюд «Осенний хоровод»	1	0,5	0,5	Практическая работа
16.	Бег врассыпную и ходьба по кругу. Игра «Воробьи и автомобили»	1	0,5	0,5	Практическая работа
17.	Танец с зонтиками	2	1	1	Практическая работа
18.	Танцевальная игра «Море волнуется...»	1	0,5	0,5	Практическая работа
19.	Партерная гимнастика	1	0,5	0,5	Практическая работа
20.	Игровая гимнастика	1	0,5	0,5	Практическая работа
21.	Разучивание музыкальности	1	0,5	0,5	Практическая работа
22.	Игровая гимнастика	1	0,5	0,5	Практическая работа
23.	Развитие музыкальности	1	0,5	0,5	Практическая работа
24.	Развитие и тренировка психических процессов во время исполнения танцевальных композиций	1	0,5	0,5	Практическая работа
25.	Танцы	1	0,5	0,5	Практическая работа
26.	Развитие творческих способностей	1	0,5	0,5	Практическая работа
27.	Разучивание музыкальности	1	0,5	0,5	Практическая работа
28.	Танцевальные композиции	1	0,5	0,5	Практическая работа
29.	Танцевальный этюд «Снежинки» (повороты вокруг себя, приседания, полуприседания)	1	0,5	0,5	Практическая работа
30.	Танцевальный этюд «Зайчата и медвежата» (поскоки, прыжки с одной ноги на другую)	1	0,5	0,5	Практическая работа

31.	Подражание сказочным героям. Танцевальный этюд «Сказка в гости к нам пришла»	1	0,5	0,5	Практическая работа
32.	Танцевальные этюды к новогодним праздникам. «К нам приходит Новый год»	2	-	2	Открытые уроки для родителей
33.	Пружинящий шаг, приставной шаг	1	0,5	0,5	Практическая работа
34.	Танцевальный этюд «Чебурашка – дружочек»	1	0,5	0,5	Практическая работа
35.	Танцевальный этюд «Птичка – невеличка»	1	0,5	0,5	Практическая работа
36.	Упражнения на передачу ритмического рисунка	1	0,5	0,5	Практическая работа
37.	Танцевальный этюд «Кто остался зимовать?»	1	0,5	0,5	Практическая работа
38.	Разучивание новых танцевальных движений	1	0,5	0,5	Практическая работа
39.	Игры с музыкальными инструментами. Игра «Плетень»	1	0,5	0,5	Практическая работа
40.	Пружинящий бег. Игра «Бездомный заяц»	1	0,5	0,5	Практическая работа
41.	Танцевальный этюд «Сколько снега намело»	1	0,5	0,5	Практическая работа
42.	«Музыка и движение»	1	0,5	0,5	Практическая работа
43.	Бег (мелкий, с высокими коленями), прыжки на одной ноге	1	0,5	0,5	Практическая работа
44.	Прыжки на двух ногах, мелкий бег. Игра «Лиса и зайцы»	1	0,5	0,5	Практическая работа
45.	Танцевальный этюд «Матрешки»	1	0,5	0,5	Практическая работа
46.	Танцевальный этюд «Калинка»	2	-	2	Участие в праздниках и концертах
47.	Игровая гимнастика	1	0,5	0,5	Практическая работа
48.	Танцевальные этюды. «Все вокруг белым - бело»	1	0,5	0,5	Практическая работа
49.	Гимнастические упражнения. Игра «Самый ловкий»	1	0,5	0,5	Практическая работа
50.	Пляска «Кроковьяк»	1	0,5	0,5	Практическая работа
51.	Танец-песня «Зайцы в хороводе»	1	0,5	0,5	Практическая работа
52.	Вальс с подснежниками	1	0,5	0,5	Практическая работа
53.	Танцевальный этюд «Солнечные зайчики»	1	0,5	0,5	Практическая работа
54.	Танцевальный этюд «Мальчишки и	2	-	2	Открытые



	девчонки»				уроки для родителей
55.	Сценка-игра «На птичьем дворе»	1	-	1	Практическая работа
56.	Танцевальный этюд «Облака»	1	0,5	0,5	Практическая работа
57.	Танцевальный этюд «Вальс цветов»	4	-	4	Участие в праздниках и концертах
58.	Танцевальный этюд «Пошла Млада за водой»	1	0,5	0,5	Практическая работа
59.	Закрепление	2	-	2	Практическая работа
60.	Открытое занятие	2	-	2	Промежуточная диагностика, отчетный концерт
	<b>Итого:</b>	72	29	43	

### Содержание учебного плана 1 года обучения

#### **Тема. Вводное занятие**

Теория: знакомить с понятием «танец». Диагностика.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец».

#### **Тема. Игроритмика «Горошинки»**

Теория: Игра. Ритм. Движение. Чувство ритма. Двигательные способности.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец».

#### **Тема. Игрогимнастика**

Теория: Игра. Ловкость. Быстрота. Ориентир в пространстве.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец».

#### **Тема. Музыкально - подвижная игра «Автомобили»**

Теория: Игра. Ловкость. Ориентир в пространстве. Быстрота реакции.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец».

#### **Тема. Игровая гимнастика**

Теория: Игра. Гибкость. Пластичность. Мягкость в движении.

Практика: Физкультминутка. Гимнастика. Занятие под музыкальный репертуар: инструментальная музыка «Мотылёк». Упражнение «Цветы».

#### **Тема. Основные шаги**

Теория: Игра. Шаг в танце: шаг бытовой, лёгкий танцевальный.

Практика: Физкультминутка. Гимнастика. Занятие под музыкальный репертуар: инструментальная музыка.

**Тема. Простой шаг. «Хоровод в лесу»**

Теория: Игра. Шаг в танце. Ритмичность.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец».

**Тема. «пращение «Звездочка». Игра-песня «Урожайная»**

Теория: Запев и припев в песне разного характера. Ритмичность. Выразительность в танце. Подражательные движения в характере музыки.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец». Упражнение «Звездочка». Игра-песня «Урожайная».

**Тема. Мелкий бег на носочках. Игра «Лужи»**

Теория: Бег в рассыпную. Бег на носочках.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец». Мелкий бег на носочках. Игра «Лужи».

**Тема. Партерная гимнастика**

Теория: Управление телом. Пластичность тела. Выворотность ног.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: инструментальная музыка. Упражнение «Цветы».

**Тема. Игровая гимнастика**

Теория: Управление телом. Гибкость. Пластичность тела. Мягкость в движении.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: инструментальная музыка «Мотылёк». Упражнение «Цветы».

**Тема. Упражнение «Звездочка» Игра-песня «Урожайная»**

Теория: Запев и припев в песне разного характера. Ритмичность. Выразительность в танце. Подражательные движения в характере музыки.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец». Упражнение «Звездочка». Игра-песня «Урожайная».

**Тема. Сценка «На лесной поляне». Игра «Медведь и зайцы»**

Теория: Подражательные движения в характере музыки. Согласованность движений.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец». Сценка «На лесной поляне». Игра «Медведь и зайцы».

**Тема. Парная пляска: «Поссорились - помирились»**

Теория: Контрастный характер музыки. Согласованность движений с музыкой, с началом и концом музыкального произведения.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец». Парная пляска: «Поссорились - помирились».

**Тема. Упражнение: простой хороводный шаг. Танцевальный этюд «Осенний хоровод»**

Теория: Хоровод. Хороводный шаг. Ориентиры в пространстве.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец». Упражнение: простой хороводный шаг. Танцевальный этюд «Осенний хоровод».

**Тема. Бег врассыпную и ходьба по кругу. Игра «Воробьи и автомобили»**

Теория: Ходьба по кругу. Перестройка из круга врассыпную и обратно.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец». Бег врассыпную и ходьба по кругу. Игра «Воробьи и автомобили».

**Тема. Танец с зонтиками**

Теория: Повтор и закрепление музыкально-ритмических навыков.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Музыка Шаинского Песня «Чебурашка»; Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец».

**Тема. Танцевальная игра «Море волнуется...»**

Теория: Повтор и закрепление музыкально-ритмических навыков. Движение в соответствии с характером музыки. Маховые движения. Ориентиры в пространстве.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Музыка Шаинского Песня «Чебурашка». Танцевальная игра «Море волнуется...»

**Тема. Партерная гимнастика**

Теория: Управление телом. Пластичность тела. Выворотность ног.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: инструментальная музыка. Упражнение «Цветы».

**Тема. Игровая гимнастика**

Теория: Управление телом. Гибкость. Пластичность тела. Мягкость в движении.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: инструментальная музыка «Мотылёк». Упражнение «Цветы».

**Тема. Разучивание музыкальности**

Теория: Обогащение слушательского опыта - включение разнообразных произведений для ритмических и танцевальных движений

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Чайковский П. И. «Новая кукла».

### **Тема. Игровая гимнастика**

Теория: Общеразвивающие упражнения. Развитие голеностопа. Музыкальный размер 2/4.

Практика: Физкультминутка. Освоить общеразвивающее упражнение, которое используется сидя на полу. Развитие голеностопа. Учить собирать и расслаблять мышцы тела, а также регулировать степень напряжения мышц или совсем снимать его. Упражнение «Утюжки» и «Карандашики». Музыкальный размер 2/4. Упражнение «Твердые руки». Занятие под музыкальный репертуар: инструментальная музыка.

### **Тема. Развитие музыкальности**

Теория: Восприятие музыки. Настроение, характер и содержание музыки.

Практика: Физкультминутка. Упражнение «фигурный марш». Музыка Е. Теличеевой «Марш».

### **Тема. Развитие и тренировка психических процессов во время исполнения танцевальных композиций**

Теория: умение начинать и заканчивать движение вместе с музыкой - развитие слухового внимания, способность координировать слуховые представления и двигательную реакцию.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Музыка Шаинского Песня «Чебурашка».

### **Тема. Танцы**

Теория: умение начинать и заканчивать движение вместе с музыкой - развитие слухового внимания, способность координировать слуховые представления и двигательную реакцию. Простые движения под музыку.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Выучить с ребятами несложные танцевальные движения к танцу «Чебурашка». Занятие под музыкальный репертуар: Музыка Шаинского Песня «Чебурашка».

### **Тема. Развитие творческих способностей**

Теория: Оригинальные движения для выражения характера музыки.

Игровой образ выразительными жестами, элементарными плясовыми движениями.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Музыка Б.Можжевелова «Веселые скачки». Упражнение «Музыкальное эхо».

### **Тема. Разучивание музыкальности**

Теория: Обогащение слушательского опыта - включение разнообразных произведений для ритмических и танцевальных движений

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Чайковский П. И. «Новая кукла».

**Тема. Танцевальные композиции**

Теория: Ритмичность движения.

Практика: Физкультминутка. Разучивание танцевальной композиции. Работать над четкостью исполнения, над ритмичностью движений. Добиться с помощью правильного разучивания движений самостоятельного исполнения. Танец «Ожившая фотография».

**Тема. Танцевальный этюд «Снежинки» (повороты вокруг себя, приседания, полуприседания)»**

Теория: Новые и старые музыкально-ритмические навыки, повороты вокруг себя, приседания, полуприседания.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец».

**Тема. Танцевальный этюд «Зайчата и медвежата» (поскоки, прыжки с одной ноги на другую)**

Теория: Новые и старые музыкально-ритмические навыки, поскоки, прыжки с одной ноги на другую.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец».

**Тема. Подражание сказочным героям. Танцевальный этюд «Сказка в гости к нам пришла»**

Теория: Танцевально-игровые образы. Подражание сказочным героям. Выразительность исполнения.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец». Танцевальный этюд «Сказка в гости к нам пришла».

**Тема. Танцевальные этюды к новогодним праздникам. «К нам приходит Новый год»**

Практика: Танцевальные этюды к новогодним праздникам. «К нам приходит Новый год».

**Тема. Пружинящий шаг, приставной шаг**

Теория: Танцевально-игровые образы. Шаги в танце: пружинящий шаг, приставной шаг. Смена движений.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец». Танцевальный этюд «Дружный оркестр».

**Тема. Танцевальный этюд «Чебурашка – дружочек»**

Теория: Танцевально-игровые образы. Смена движений.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец». Танцевальный этюд «Чебурашка – дружочек».

**Тема. Танцевальный этюд «Птичка – невеличка»**

Теория: Танцевально-игровые образы. Смена движений.

Практика: Физкультминутка. Закреплять умение детей двигаться легко, свободно и выразительно, в соответствии с характером музыки. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец». Танцевальный этюд «Птичка – невеличка».

**Тема. Упражнения на передачу ритмического рисунка**

Теория: Музыкальные фразы в движении, акценты, несложный ритмический рисунок.

Практика: Физкультминутка. Закреплять умение детей двигаться легко, свободно и выразительно, в соответствии с характером музыки. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец». Танцевальный этюд «За осенью зима приходит».

**Тема. Танцевальный этюд «Кто остался зимовать?»**

Теория: Самостоятельность движений.

Практика: Физкультминутка. Закреплять умение детей двигаться легко, свободно и выразительно, в соответствии с характером музыки. Совершенствовать умение детей самостоятельно начинать и заканчивать движение. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец». Танцевальный этюд «Кто остался зимовать?».

**Тема. Разучивание новых танцевальных движений**

Теория: Танцевально-игровые образы. Новые танцевальные движения.

Практика: Физкультминутка. Танцевальный этюд «Необыкновенное чудо». Совершенствовать умение детей самостоятельно начинать и заканчивать движение. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец».

**Тема. Игры с музыкальными инструментами. Игра «Плетень»**

Теория: Изменение характера хороводного шага в соответствии с характером музыки. Плясовые движения в «свободной пляске».

Практика: Физкультминутка. Игры с музыкальными инструментами. Игра «Плетень». Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец».

**Тема. Пружинящий бег. Игра «Бездомный заяц»**

Теория: Строение и ритмический рисунок музыкального произведения. Передача в движении строения и ритмического рисунка музыкального произведения. Пружинящий бег.

Практика: Физкультминутка. Отработка передачи в движении строения и ритмического рисунка музыкального произведения. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец». Игра «Бездомный заяц».

#### **Тема. Танцевальный этюд «Сколько снега намело»**

Теория: Плавные движения руками.

Практика: Физкультминутка. Танцевальный этюд «Сколько снега намело». Отработка легких и плавных движений руками. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец».

#### **Тема. Музыка и движение**

Теория: Движение каждого участника в коллективе.

Практика: Физкультминутка. Отработка ритмичного и ловкого движения каждого в коллективе. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец».

#### **Тема. Бег (мелкий, с высокими коленями), прыжки на одной ноге**

Теория: Подвижность, красота бега.

Практика: Физкультминутка. Бег (мелкий, с высокими коленями), прыжки на одной ноге. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец». Игра «Кто быстрее».

#### **Тема. Прыжки на двух ногах, мелкий бег. Игра «Лиса и зайцы»**

Теория: Подвижность, красота бега. Прыжки на двух ногах. Ходьба «осторожным» шагом.

Практика: Физкультминутка. Прыжки на двух ногах, мелкий бег. Игра «Лиса и зайцы». Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец». Игра «Кто быстрее».

#### **Тема. Танцевальный этюд «Матрешки»**

Теория: Русская народная музыка.

Практика: Физкультминутка. Закрепить умение детей самостоятельно отмечать ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движения частей, музыкальных фраз. Занятие под музыкальный репертуар: Русская народная музыка. Танцевальный этюд «Матрешки».

#### **Тема. Танцевальный этюд «Калинка»**

Практика: Физкультминутка. Закрепить умение детей самостоятельно отмечать ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движения частей, музыкальных фраз. Занятие под музыкальный репертуар: Русская народная музыка. Танцевальный этюд «Калинка».

### **Тема. Игровая гимнастика**

Теория: Гибкость, пластичность, мягкость в движении. Творческие элементы в движении.

Практика: Физкультминутка. Гимнастическое занятие под музыкальный репертуар: инструментальная музыка «Мотылёк». Упражнение «Цветы».

### **Тема. Танцевальные этюды «Все вокруг белым - бело»**

Теория: Танцевальность. Ориентация в пространстве.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец». Танцевальные этюды «Все вокруг белым - бело».

### **Тема. Гимнастические упражнения. Игра «Самый ловкий»**

Теория: Растяжка ног. Выворотность и гибкость всего тела.

Практика: Гимнастические упражнения. Игра «Самый ловкий». Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец».

### **Тема. Пляска «Кроковяк»**

Теория: Пляска «Кроковяк». Простейшие элементы народных плясок (русской, украинской, белорусской, грузинской).

Практика: Гимнастические упражнения. Разучивание простейших элементов народных плясок (русской, украинской, белорусской, грузинской). Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец».

### **Тема. Танец-песня «Зайцы в хороводе»**

Теория: Переменный шаг, пружинящий шаг.

Практика: Гимнастические упражнения. Танец-песня «Зайцы в хороводе». Совершенствовать переменный шаг, пружинящий шаг. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец».

### **Тема. Вальс с подснежниками**

Теория: Вальс с подснежниками. Подражательные движения для передачи содержания и строения песни.

Практика: Гимнастические упражнения. Вальс с подснежниками. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец».

### **Тема. Танцевальный этюд «Солнечные зайчики»**

Теория: Ритмический рисунок, акцент.

Практика: Гимнастические упражнения. Занятие-закрепление под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец». Танцевальный этюд «Солнечные зайчики».



**Тема. Танцевальный этюд «Мальчишки и девчонки»**

Практика: Гимнастическая разминка. Танцевальный этюд «Мальчишки и девчонки».

**Тема. Сценка-игра «На птичьем дворе»**

Практика: Гимнастические упражнения. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец». Сценка-игра «На птичьем дворе».

**Тема. Танцевальный этюд «Облака»**

Теория: Маховые движения. Ориентиры в пространстве.

Практика: Гимнастические упражнения. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец». Танцевальный этюд «Облака».

**Тема. Танцевальный этюд «Вальс цветов»**

Практика: Гимнастические упражнения. Отработка движения простым хороводным шагом, самостоятельно сужать и расширять круг. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец». Танцевальный этюд «Вальс цветов».

**Тема. Танцевальный этюд «Пошла Млада за водой»**

Теория: Труд человека – отражение в танце.

Практика: Гимнастические упражнения. Учить детей придумывать движения, характерные какому-либо трудовому процессу и согласовывать это движение с музыкой. Занятие под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец». Танцевальный этюд «Пошла Млада за водой».

**Тема. Закрепление**

Практика: Гимнастические упражнения. Отработка умения детей двигаться в соответствии с характером музыки, совершенствовать маховые движения, свободно ориентироваться в пространстве. Занятие-закрепление под музыкальный репертуар: Бекина С.И. «Музыка и движение»; Бриске И. «Ритмика и танец».

**Тема. Открытое занятие**

Практика: Гимнастические упражнения. Открытое занятие. Диагностика.

Таблица 3

**Учебный план 2 года обучения  
Модуль «Мозаика танцев»**

№	Разделы / Темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1	-	Входная

					диагностика
2.	Игропластика.	1	0,5	0,5	Практическая работа
3.	Развитие и тренировка психических процессов во время исполнения движений.	1	0,5	0,5	Практическая работа
4.	Разучивание танцевальных движений.	1	0,5	0,5	Практическая работа
5.	Партерная гимнастика	1	0,5	0,5	Практическая работа
6.	Основные хореографические шаги.	2	0,5	1,5	Практическая работа
7.	Развитие музыкальности.	2	0,5	1,5	Практическая работа
8.	Развитие и тренировка психических процессов во время исполнения танцевальных композиций.	1	0,5	0,5	Практическая работа
9.	Танцы.	1	0,5	0,5	Практическая работа
10.	Развитие нравственно - коммуникативных качеств личности.	1	0,5	0,5	Практическая работа
11.	Партерная гимнастика	1	0,5	0,5	Практическая работа
12.	Основные позиции ног в хореографии.	1	0,5	0,5	Практическая работа
13.	Основные позиции рук в хореографии.	1	0,5	0,5	Практическая работа
14.	Развитие музыкальности.	1	0,5	0,5	Практическая работа
15.	Игровая гимнастика.	1	0,5	0,5	Практическая работа
16.	Развитие двигательных качеств и умений. Плясовые движения.	1	0,5	0,5	Практическая работа
17.	Пространственные перестроения.	1	0,5	0,5	Практическая работа
18.	Развитие и тренировка психических процессов.	1	0,5	0,5	Практическая работа
19.	Позиции ног в хореографии.	1	0,5	0,5	Практическая работа
20.	Позиции рук в хореографии.	2	0,5	1,5	Практическая работа
21.	Развитие умений ориентироваться в пространстве.	1	0,5	0,5	Практическая работа
22.	Развитие творческих способностей.	1	0,5	0,5	Практическая работа
23.	Разучивание танцевальных элементов.	2	-	2	Практическая работа
24.	Разучивание музыкальности.	1	0,5	0,5	Практическая работа

25.	Позиции рук.	1	0,5	0,5	Практическая работа
26.	Позиции ног.	1	0,5	0,5	Практическая работа
27.	Контрольный урок.	2	-	2	Участие в праздниках и концертах
28.	Повторение пройденного материала.	2	-	2	Открытые уроки для родителей
29.	Азбука музыкального движения.	2	0,5	1,5	Практическая работа
30.	Позиции ног.	1	0,5	0,5	Практическая работа
31.	Позиции рук.	2	0,5	1,5	Практическая работа
32.	Танцевальные композиции.	1	0,5	0,5	Практическая работа
33.	Развитие музыкальности.	1	0,5	0,5	Практическая работа
34.	Игровая гимнастика с элементами разминки.	1	0,5	0,5	Практическая работа
35.	Развитие двигательных качеств и умений. Имитационные движения.	1	0,5	0,5	Практическая работа
36.	Развитие музыкальности.	1	0,5	0,5	Практическая работа
37.	Игровая гимнастика.	1	0,5	0,5	Практическая работа
38.	Развитие музыкальности. Моделирование (развитие и закрепления материала).	1	0,5	0,5	Практическая работа
39.	Танцы.	1	0,5	0,5	Практическая работа
40.	Развитие двигательных качеств и умений. Плясовые движения.	1	0,5	0,5	Практическая работа
41.	Основы классического танца. Де ми плие.	1	0,5	0,5	Практическая работа
42.	Основы классического танца. Батман тандю из 6 позиции.	1	0,5	0,5	Практическая работа
43.	Основы классического танца. Батман тандю из 1 позиции.	1	0,5	0,5	Практическая работа
44.	Позиции ног. Точки зала.	1	0,5	0,5	Практическая работа
45.	Позиции рук. 1 форма пор де бра.	1	0,5	0,5	Практическая работа
46.	Классический танец.	1	0,5	0,5	Участие в праздниках и концертах
47.	Повторение изученного из темы основы классического танца.	1	0,5	0,5	Практическая работа
48.	Народный танец.	1	0,5	0,5	Практическая работа

					работа
49.	Русский народный танец.	2	-	2	Участие в праздниках и концертах
50.	Белорусский танец.	1	0,5	0,5	Практическая работа
51.	Греческий танец «Сертаки».	1	0,5	0,5	Практическая работа
52.	Украинский танец.	1	0,5	0,5	Практическая работа
53.	Закарпатский танец «Коломейка».	1	0,5	0,5	Практическая работа
54.	Развитие музыкальности. Моделирование (развитие и закрепление материала).	1	0,5	0,5	Практическая работа
55.	Игровая гимнастика с элементами разминки.	1	0,5	0,5	Практическая работа
56.	Танец.	2	-	2	Практическая работа
57.	Закрепление.	2	-	2	Практическая работа
58.	Контрольный урок – концерт	4	-	4	Промежуточная диагностика, отчетный концерт
	<b>Итого:</b>	72	26	46	

### **Содержание учебного плана 2 года обучения**

#### **Тема. Вводное занятие**

Теория: Повторение пройденного материала. Чувство ритма и двигательные способности.

#### **Тема. Игропластика**

Теория: Повторение пройденного материала. Правильная осанка. Мышцы живота и спины.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Инструментальная музыка.

#### **Тема. Развитие и тренировка психических процессов во время исполнения движений**

Теория: Повторение пройденного материала. Слуховые представления и двигательная реакция.

Практика: Физкультминутка. Занятие под музыкальный репертуар: Музыка Шаинского Песня «Чебурашка».

#### **Тема. Разучивание танцевальных движений**

Теория: Повторение пройденного материала. Несложные танцевальные движения к танцу «Чебурашка»

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Разучивание несложных танцевальных движений к танцу «Чебурашка». Занятие под музыкальный репертуар: Музыка Шаинского Песня «Чебурашка».

#### **Тема. Партерная гимнастика**

Теория: Повторение пройденного материала. Управление телом, пластичность и выворотность ног.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Занятие под музыкальный репертуар: Инструментальная музыка. Упражнение «Цветы».

#### **Тема. Основные хореографические шаги**

Теория: Повторение пройденного материала. Шаги: быстрый, легкий танцевальный.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Шаги. Занятие под музыкальный репертуар: Песня Кота Леопольда.

#### **Тема. Развитие музыкальности**

Теория: Повторение пройденного материала. Настроение, характер, содержание музыкального произведения.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Занятие под музыкальный репертуар: Музыка Е. Теличевой «Марш». Упражнение «фигурный марш».

#### **Тема. Развитие и тренировка психических процессов во время исполнения танцевальных композиций**

Теория: Повторение пройденного материала. Двигательная реакция. Слуховое внимание и представление.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Развить умение начинать и заканчивать движение вместе с музыкой. Разучивание несложных танцевальных движений к танцу «Чебурашка». Занятие под музыкальный репертуар: Музыка Шаинского Песня «Чебурашка».

#### **Тема. Танцы**

Теория: Повторение пройденного материала. Несложные танцевальные движения к танцу «Чебурашка»

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Разучивание несложных танцевальных движений к танцу «Чебурашка». Занятие под музыкальный репертуар: Музыка Шаинского. Песня «Чебурашка».

#### **Тема. Развитие нравственно–коммуникативных качеств личности**

Теория: Повторение пройденного материала. Настроение музыки – передача в пластике. Несложные танцевальные движения к танцу «Чебурашка»

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Разучивание несложных танцевальных движений к танцу «Чебурашка». Разобрать и объяснить детям на изучаемом танце («Грустный Чебурашка» «Веселый Чебурашка»). Занятие под музыкальный репертуар: Музыка Шаинского. Песня «Чебурашка».

### **Тема. Партерная гимнастика**

Теория: Управление телом, пластичность и выворотность ног.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Занятие под музыкальный репертуар: Инструментальная музыка. Упражнение «Цветы».

### **Тема. Основные позиции ног в хореографии**

Теория: Управление телом, пластичность и выворотность ног. 1 и 6 позиции ног.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Научить детей отличать 1 и 6 позиции ног между собой и уметь показать эти позиции. Занятие под музыкальный репертуар: Песня Кота Леопольда.

### **Тема. Основные позиции рук в хореографии**

Теория: Управление телом, пластичность. 1 и подготовительная позиции рук.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Научить детей отличать 1 и подготовительную позиции ног между собой и уметь показать эти позиции. Занятие-игра под музыкальный репертуар: Вальс из мультфильма «Анастасия».

### **Тема. Развитие музыкальности**

Теория: Музыка разных жанров и стилей.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Слушание и движение под музыку. Свободная игра. Занятие-игра под музыкальный репертуар: П. И. Чайковский «Баба Яга».

### **Тема. Игровая гимнастика**

Теория: Гибкость, пластичность, мягкость в движении. Творческие элементы в движении.

Практика: Физкультминутка. Гимнастическое занятие под музыкальный репертуар: инструментальная музыка «Мотылёк». Упражнение «Цветы».

### **Тема. Развитие двигательных качеств и умений. Плясовые движения**

Теория: Элементы народных плясок.

Практика: Физкультминутка. Разучить элементы народных плясок, допустимых по координации. Упражнения, включающие одновременные

движения рук и ног. Занятие под музыкальный репертуар: Русская народная мелодия «Во поле березка стояла».

### **Тема. Пространственные перестроения**

Теория: Музыка разных жанров и стилей.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Слушание и движение под музыку. Развить способность самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг. Занятие-игра под музыкальный репертуар: Песня «Бабочек».

### **Тема. Развитие и тренировка психических процессов**

Теория: Эмоции в мимике и пантомиме: радость, страх, грусть, обида, разнообразные по характеру настроения.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Развить умение выражать эмоции в мимике и пантомиме: радость, страх, грусть, обида, разнообразные по характеру настроения, например: «Кошка обиделась», «Девочка удивляется». Занятие-игра под музыкальный репертуар: Веселая музыкальная композиция.

### **Тема. Позиции ног в хореографии**

Теория: Повторение 1 и 6 позиций ног. 2 позиция ног.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Повторить с детьми выученные позиции ног (1 и 6), наводящими вопросами расспросить детей как отличаются эти позиции между собой. Выучить 2 позицию ног. Игра «Кораблики».

### **Тема. Позиции рук в хореографии**

Теория: Повторение 1 и подготовительной позиций рук. 2 позиция ног.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Повторить с детьми выученные позиции рук (1 и подготовительная), наводящими вопросами расспросить детей как отличаются эти позиции между собой. Выучить 2 позицию рук. Научить детей самостоятельно становиться в позиции. Занятие-игра под музыкальный репертуар: Музыка Э. Филиппе «Полька».

### **Тема. Развитие умений ориентироваться в пространстве**

Теория: Перестроения в танце: в пары и друг за другом, в шеренгу, колонну, в несколько кругов.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Перестроения в танце: в пары и друг за другом, в шеренгу, колонну, в несколько кругов. Ориентиры в помещении. Упражнение «дождик за окном». Занятие под музыкальный репертуар: Музыка Н. Луконина «Дождика слезинка».

### **Тема. Развитие творческих способностей**

Теория: оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами, элементарными плясовыми движениями.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.

Упражнение «музыкальное эхо». Занятие под музыкальный репертуар: Музыка Б. Можжевелова «Веселые скачки».

### **Тема. Разучивание танцевальных элементов**

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.

Разучивание несложных танцевальных движений к танцу «Чебурашка».

Координация рук и ног одновременно. Занятие под музыкальный репертуар: Музыка Шаинского Песня «Чебурашка».

### **Тема. Разучивание музыкальности**

Теория: Разнообразные произведения для ритмических и танцевальных движений.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.

Слушание и движение под музыку. Свободная игра. Занятие-игра под музыкальный репертуар: П. И. Чайковский «Новая кукла».

### **Тема. Позиции рук**

Теория: Повторение 1 и подготовительной позиций рук. 2 позиция рук.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.

Повторить с детьми выученные позиции рук (1 и подготовительная), наводящими вопросами расспросить детей как отличаются эти позиции между собой. Выучить 2 позицию рук. Научить детей самостоятельно становиться в позиции. Занятие-игра под музыкальный репертуар: Музыка Е. Теличеевой «Марш». Упражнение «фигурный марш».

### **Тема. Позиции ног**

Теория: Повторение 1 и 6 позиций ног. 2 позиция ног.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.

Повторить с детьми выученные позиции ног. Выучить 2 позицию. Научить детей самостоятельно становиться в позиции. Занятие-игра под музыкальный репертуар: Музыка Н. Леви «Марш».

### **Тема. Контрольный урок**

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.

Контрольные упражнения под изученные музыкальные композиции. Игра-импровизация.

### **Тема. Повторение пройденного материала**

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.

Повторить с детьми выученные позиции рук и ног. Занятие-игра под музыкальный репертуар: Музыка Э. Филиппе «Полька».

### **Тема. Азбука музыкального движения**



Теория: Рассказать детям о точках, которые находятся в танцевальном зале (их всего 8), но основные точки, которые должны запомнить дети это: 1 – зритель, 2 – правая сторона, 3 – задник, 4 – левая сторона.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Попытаться исполнить трамплинные прыжки по 1 и 3 точке. Занятие под музыкальный репертуар: «Латышская полька».

### **Тема. Позииии ног**

Теория: Повторение позииии ног 1, 2, 6. 3 позииии ног с правой и левой ноги.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Повторить выученные позииии ног 1, 2, 6. Выучить 3 позииии ног с правой и левой ноги. Научить отличать эти позииии между собой. Научить детей самостоятельно становиться в позииии. Занятие под музыкальный репертуар: П. И. Чайковский «Марш» из балета «Лебединое озеро».

### **Тема. Позииии рук**

Теория: Повторение позииии рук (подготовительную, первую, вторую), выучить третью позииии рук. Понятие «алёндже».

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Повторить выученные позииии рук (подготовительную, первую, вторую), выучить третью позииии рук. Научить открывать руки при переходе из 3 во 2 позииии. Дать, и показать положение алёндже. Закрепить знания на практическом исполнении детей. Выучить и исполнить танец рук через алёндже. Научить детей самостоятельно становиться в позииии. Занятие под музыкальный репертуар: П. И. Чайковский «Марш» из балета «Лебединое озеро».

### **Тема. Танцевальные композиции**

Теория: Танцевальные композиции. Закрепление материала.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Разучивание танцевальной композиции. Работать над четкостью исполнения, над ритмичностью движений. Добиться с помощью правильного разучивания движений самостоятельного исполнения. Танец «Ожившая фотография».

### **Тема. Развитие музыкальности**

Теория: Основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно быстрый, умеренно медленный, быстрый); динамика (громко – тихо, умеренно громко, усиление звучания и уменьшение), регистр (высокий, низкий, средний).

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Слушание музыки. Занятие под музыкальный репертуар: разная по темпу, динамике, регистру музыка.

### **Тема. Игровая гимнастика с элементами разминки**

Теория: Повторение пройденного материала.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Занятие проводят дети. Упражнение «Мотылек», упражнение «Цветы», комбинации прыжков.

### **Тема. Развитие двигательных качеств и умений. Имитационные движения**

Теория: Разнообразные образно – игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние. Имитационные движения.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Научить детей самостоятельно становиться в позиции. Занятие под музыкальный репертуар: Музыка П. Чайковского. Упражнение «Мячики прыгают и катятся». Упражнение «Петушок расплясался».

### **Тема. Развитие музыкальности**

Теория: Жанр музыкального произведения (плясовая, колыбельная, марш).

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Занятие под музыкальный репертуар: «Марш деревянных солдатиков», минусовка «Колыбельная медведицы», Народная музыка. Движения под музыку.

### **Тема. Игровая гимнастика**

Теория: Гибкость, пластичность и мягкость движений в танце.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Развитие гибкости, пластичности, мягкости движения. Упражнение «Цветы», «Кошечка».

### **Тема. Развитие музыкальности. Моделирование (развитие и закрепления материала)**

Теория: Повторение пройденного материала.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Занятие под музыкальный репертуар: Разнообразная музыка, использованная на занятиях по теме развития музыкальности.

### **Тема. Танцы**

Теория: Танцевальные движения.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Танец «Ожившая фотография».

### **Тема. Развитие двигательных качеств и умений. Плясовые движения**

Теория: Танцы народов мира. Элементы народных плясок, доступных по координации.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Занятие под музыкальный репертуар: Мелодии народов мира.

### **Тема. Основы классического танца. Де ми плие**

Теория: Основы классического танца. Де ми плие.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Научить детей исполнять де ми плие (небольшое приседание) по всем правилам классического танца. Занятие под музыкальный репертуар: Спокойная мелодичная мелодия. Размер 2/4.

### **Тема. Основы классического танца. Батман тандю из 6 позиции**

Теория: Основы классического танца. Батман тандю из 6 позиции.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Повторить выученное движение де ми плие, разучить батман тандю из 6 позиции ног с правильной выворотностью ноги из бедра. Занятие под музыкальный репертуар: Спокойная мелодичная мелодия. Размер 2/4.

### **Тема. Основы классического танца. Батман тандю из 1 позиции**

Теория: Основы классического танца. Батман тандю из 1 позиции.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Повторить выученные элементы классического танца и приступить к изучению батман тандю из 1 позиции ног. Занятие под музыкальный репертуар: Спокойная мелодичная мелодия. Размер 2/4.

### **Тема. Позиции ног. Точки зала**

Теория: Позиции ног. Точки зала.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Повторить все выученные позиции ног, попросить детей показать и рассказать о точках в танцевальном зале и озвучить их название. Занятие под музыкальный репертуар: Спокойная мелодичная мелодия. Размер 2/4.

### **Тема. Позиции рук. 1 форма пор де бра**

Теория: Позиции рук. 1 форма пор де бра.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Повторить выученные позиции рук. Разучить 1 форму пор де бра (Танец, который исполняется руками). Занятие под музыкальный репертуар: Спокойная мелодичная мелодия. Размер 2/4.

### **Тема. Классический танец**

Теория: Классический танец.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. На основе выученных движений (де ми плие, батман, 1 форма пор де бра) разучить классический танец. Танец «Куклы».

### **Тема. Повторение изученного из темы основы классического танца**

Теория: Повторение изученного из темы основы классического танца.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Повторение всех изученных элементов классического танца. Проверка

усвоенного материала. Занятие под музыкальный репертуар: Спокойная мелодичная мелодия. Размер 2/4.

### **Тема. Народный танец**

Теория: Народный танец. История, особенности, индивидуальность исполнения и техники движения, характер каждого народа в танце. Национальные костюмы, разные атрибуты во время танца. Музыка народов мира.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Слушаем музыку народов мира.

### **Тема. Русский народный танец**

Теория: Русский народный танец. Костюмы. Характер танцев. Основные положения рук. Основные шаги. Поклоны. Элементы русского народного танца: ковырялочка, гармошка, веревочка. Несложные дробные выстукивания.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Слушаем русские народные мелодии и песни. Разучиваем поклоны. Изучаем основные шаги. Изучаем элементы русского народного танца: ковырялочка, гармошка, веревочка. Несложные дробные выстукивания. Разучиваем танец.

### **Тема. Белорусский танец**

Теория: Белорусский танец. Костюмы. Элементы белорусского танца «Бульба».

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Слушаем белорусские народные мелодии и песни. Разучиваем элементы белорусского танца «Бульба». Разучиваем танец «Бульба».

### **Тема. Греческий танец «Сертаки»**

Теория: Греческий танец «Сертаки». Костюмы. Элементы греческого танца. Основной ход.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Слушаем греческую народную музыку. Разучиваем элементы греческого танца «Сертаки». Основной ход.

### **Тема. Украинский танец**

Теория: Украинский танец. Костюмы. Основные танцевальные движения: выхилильник, веревочка.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Слушаем украинскую народную музыку. Разучиваем элементы украинского народного танца.

### **Тема. Закарпатский танец «Коломейка»**

Теория: Закарпатский танец «Коломейка». Костюмы. Основные танцевальные движения.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Слушаем народную музыку Закарпатья. Разучиваем элементы народного танца.

**Тема. Развитие музыкальности. Моделирование (развитие и закрепление материала)**

Теория: Повторение ранее изученного материала.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Слушаем музыку, определяем жанр и регион. Показываем элементы танцев.

**Тема. Игровая гимнастика с элементами разминки**

Теория: Гибкость, пластичность и мягкость движений в танце.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Развитие гибкости, пластичности, мягкости движения. Упражнение «Цветы».

**Тема. Танец**

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Разучивание танцевальных движений, работа над их четкостью и синхронностью. Работа в танцевальной паре. Танец «Я не хочу с тобой танцевать».

**Тема. Закрепление**

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Разучивание танцевальных движений классического танца (де ми плие, батман, 1 форма пор де бра), работа над их четкостью и синхронностью. Работа в танцевальной паре. Танец «Я не хочу с тобой танцевать».

**Тема. Контрольный урок – концерт**

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Фестиваль-концерт.

Таблица 4

**Учебный план 3 года обучения  
Модуль «Танцы, танцы»**

№	Разделы / Темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Музыкально-ритмические навыки.	2	0,5	1,5	Входная диагностика
2.	Игровая гимнастика.	1	0,5	0,5	Практическая работа
3.	Комплекс игроритмики в кругу.	1	0,5	0,5	Практическая работа
4.	Сюжетно – образные движения, игровое творчество.	1	0,5	0,5	Практическая работа
5.	Элементы детского танца. «Подскоки».	2	1	1	Практическая работа
6.	Партерная гимнастика.	2	0,5	1,5	Практическая

					работа
7.	Креативные упражнения.	2	0,5	1,5	Практическая работа
8.	Игровая гимнастика.	1	0,5	0,5	Практическая работа
9.	Сюжетно – образные движения, игровое творчество.	1	0,5	0,5	Практическая работа
10.	Азбука музыкального развития.	1	0,5	0,5	Практическая работа
11.	Партерная гимнастика.	1	0,5	0,5	Практическая работа
12.	Пополнение хореографических знаний.	1	0,5	0,5	Практическая работа
13.	Танцы.	1	0,5	0,5	Практическая работа
14.	Основные пространственные построения и передвижения.	1	0,5	0,5	Практическая работа
15.	Строение музыкального произведения.	1	0,5	0,5	Практическая работа
16.	Имитационные движения.	1	0,5	0,5	Практическая работа
17.	Характер музыки.	1	0,5	0,5	Практическая работа
18.	Ориентирование в пространстве.	1	0,5	0,5	Практическая работа
19.	Партерная гимнастика.	1	0,5	0,5	Практическая работа
20.	Развитие и тренировка психических процессов.	1	0,5	0,5	Практическая работа
21.	Музыкальный образ.	1	0,5	0,5	Практическая работа
22.	Ритмические навыки.	1	0,5	0,5	Практическая работа
23.	Танцевально ритмические упражнения.	1	0,5	0,5	Практическая работа
24.	Азбука музыкального движения.	1	0,5	0,5	Практическая работа
25.	Партерная гимнастика.	1	0,5	0,5	Практическая работа
26.	Танцы.	1	0,5	0,5	Практическая работа
27.	Контрольный урок.	2	-	2	Контрольный урок. Открытые уроки для родителей
28.	Музыкальный образ.	1	0,5	0,5	Практическая работа
29.	Танцевально ритмические упражнения.	1	0,5	0,5	Практическая работа

30.	Импровизация.	1	-	1	Практическая работа
31.	Сюжетно - образные движения, и игровое творчество. Танцы.	1	0,5	0,5	Практическая работа
32.	Музыкальный образ.	1	0,5	0,5	Практическая работа
33.	Импровизация.	1	-	1	Практическая работа
34.	Основные пространственные построения и передвижения.	1	0,5	0,5	Практическая работа
35.	Креативные упражнения. Танцы.	1	0,5	0,5	Практическая работа
36.	Построения и передвижения.	1	0,5	0,5	Практическая работа
37.	Ритм в музыке.	1	0,5	0,5	Практическая работа
38.	Музыкально подвижные игры.	1	0,5	0,5	Практическая работа
39.	Комплексы упражнений и разучивание танцевальных позиций. Ритм в музыке.	1	0,5	0,5	Практическая работа
40.	Музыкально подвижные игры.	1	0,5	0,5	Практическая работа
41.	Танцы.	1	0,5	0,5	Практическая работа
42.	Темп в музыке.	1	0,5	0,5	Практическая работа
43.	Танцы. Этюды.	1	0,5	0,5	Практическая работа
44.	Развитие двигательных качеств и умений.	1	0,5	0,5	Практическая работа
45.	Характер музыки.	1	0,5	0,5	Практическая работа
46.	Темп в музыке.	1	0,5	0,5	Участие в праздниках и концертах
47.	Развитие двигательных качеств и умений.	1	0,5	0,5	Практическая работа
48.	Сюжетно - образные движения, и игровое творчество.	1	0,5	0,5	Практическая работа
49.	Азбука музыкального движения.	2	-	2	Участие в праздниках и концертах
50.	Импровизация.	1	0,5	0,5	Практическая работа
51.	Партерная гимнастика.	1	0,5	0,5	Практическая работа
52.	Танцы.	1	0,5	0,5	Практическая работа
53.	Музыкально подвижные игры.	1	0,5	0,5	Практическая работа

54.	Игровая гимнастика.	1	0,5	0,5	Практическая работа
55.	Музыкально -ритмические навыки.	1	0,5	0,5	Практическая работа
56.	Музыкально подвижные игры.	1	0,5	0,5	Практическая работа
57.	Танцы.	2	-	2	Открытые уроки для родителей
58.	Сюжетно образные движения, игровое творчество.	1	0,5	0,5	Практическая работа
59.	Партерная гимнастика.	1	0,5	0,5	Практическая работа
60.	Импровизация.	1	-	1	Практическая работа
61.	Музыкально - ритмические навыки.	1	0,5	0,5	Практическая работа
62.	Контрольный урок: игровая гимнастика, импровизация, танцы, этюды, музыкальноподвижные игры.	4	-	4	Промежуточная диагностика, отчетный концерт
	<b>Итого:</b>	72	28	44	

### **Содержание учебного плана 3 года обучения**

#### **Тема. Вводное занятие. Музыкально-ритмические навыки**

Теория: Правила нового года обучения. Танцевальный поклон. Координация движений.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Познакомиться с детьми, разучить поклон. Освоить упражнения на различные группы мышц, связок, координации движений. Развитие танцевальности, ритмичности, музыкальной и танцевальной памяти. Упражнение «Цветы», «Большие крылья». Занятие под музыкальный репертуар: Музыка П.И. Чайковского.

#### **Тема. Игровая гимнастика**

Теория: Правила нового года обучения. Гимнастика.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Упражнения на различные группы мышц, связок, координации движений. Упражнение «Цветы», «Большие крылья». Занятие под музыкальный репертуар: Музыка П.И. Чайковского.

#### **Тема. Комплекс игроритмики в кругу**

Теория: Правила нового года обучения. Гимнастика. Построение в шеренгу и колонну по команде, в круг.

Практика: Комплекс игроритмики в кругу. Построение в шеренгу и колонну по команде, в круг. Занятие под музыкальный репертуар: Музыка разных жанров.



### **Тема. Сюжетно – образные движения, игровое творчество**

Теория: Игровой образ.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.  
Игра «Музыкальные стулья». Занятие под музыкальный репертуар: Музыка Р. Парлова, Н. Лукина. Музыка разных жанров.

### **Тема. Элементы детского танца. «Подскоки»**

Теория: Элементы детского танца. Подскоки и шаги.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.  
Разучить подскоки и шаги в сочетании с подскоками. Занятие под музыкальный репертуар: Музыка разных жанров, темпов.

### **Тема. Партерная гимнастика**

Теория: Управление телом, пластичность и выворотность ног.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.  
Занятие под музыкальный репертуар: Инструментальная музыка.

### **Тема. Креативные упражнения**

Теория: Управление телом. Импровизация. Танец-импровизация.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.  
Игра «Кто я?» Занятие под музыкальный репертуар: подбор разнохарактерной музыки.

### **Тема. Игровая гимнастика**

Теория: Упражнения на различные группы мышц, связок, координации движений.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.  
Упражнение «Цветы», «Большие крылья». Занятие под музыкальный репертуар: Музыка П. Чайковского.

### **Тема. Сюжетно – образные движения, игровое творчество**

Теория: Сюжетно–образные движения. Игровые образы.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.  
Игра «Музыкальные стулья». Занятие под музыкальный репертуар: Музыка Р. Парлова, Н. Лукина.

### **Тема. Азбука музыкального развития**

Теория: Игровые образы.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.  
Слушание музыкальных композиций и игра под музыку. Занятие под музыкальный репертуар: Разнообразная музыка.

### **Тема. Партерная гимнастика**

Теория: Управление телом, пластичность и выразительность движения ног.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.  
Занятие под музыкальный репертуар: Инструментальная музыка.

### **Тема. Пополнение хореографических знаний**

Теория: 1 и 6 позиции ног. 1 и подготовительная позиция рук.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.

Выучить 1 и 6 позиции ног. 1 и подготовительную позицию рук. Объяснить и показать детям в игровой форме правильное положение выученных позиций.

Занятие под музыкальный репертуар: Классическая музыка.

### **Тема. Танцы**

Теория: Танцевальные движения.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.

Выучить с ребятами несложные танцевальные движения к танцу «Листопад».

Занятие под музыкальный репертуар: Инструментальная музыка.

### **Тема. Основные пространственные построения и передвижения**

Теория: Пространственные построения и передвижения. Танцевальный рисунок.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.

Упражнение «Перестроение из одного круга в два ряда». Занятие под музыкальный репертуар: Русская народная мелодия.

### **Тема. Строение музыкального произведения**

Теория: Строение музыкального произведения. Вступление, части, музыкальная фраза.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.

Учить детей менять движения со сменой музыкальной фразы. Упражнение «Большие крылья». Занятие под музыкальный репертуар: Музыка П. Чайковского.

### **Тема. Имитационные движения**

Теория: Образно – игровые движения.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.

Учить детей менять движения со сменой музыкальной фразы. Упражнение «Мячики прыгают и катятся». Упражнение «Петушок расплясался». Занятие под музыкальный репертуар: Музыка П. Чайковского.

### **Тема. Характер музыки**

Теория: Характер и ритм музыки. Воспроизведение ритма в движении.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.

«Шаг польки». Занятие под музыкальный репертуар: Чешская народная мелодия.

### **Тема. Ориентирование в пространстве**

Теория: Ориентир в пространстве. Перестроение в танце.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Перестроение из одного танцевального рисунка в другой. Занятие под музыкальный репертуар: Веселая музыкальная композиция.

### **Тема. Партерная гимнастика**

Теория: Управление телом, пластичность и выворотность ног.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Занятие под музыкальный репертуар: Инструментальная музыка.

### **Тема. Развитие и тренировка психических процессов**

Теория: Мимика и пантомима: радость, страх, грусть, обида, разнообразные по характеру настроения в танце.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Развить умение выражать эмоции в мимике и пантомиме: радость, страх, грусть, обида, разнообразные по характеру настроения, например: «Кошка обиделась», «Девочка удивляется». Занятие под музыкальный репертуар: Веселая музыкальная композиция.

### **Тема. Музыкальный образ**

Теория: Музыкальный образ: выдумка, творческая инициатива, свободное самовыражение.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Творческое самовыражение. Игра «Зоопарк». Т. Ломовой «Аллегретто».

### **Тема. Ритмические навыки**

Теория: Ритм, музыкальность, выразительность.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Занятие под музыкальный репертуар: Подбор современной музыки.

### **Тема. Танцевально-ритмические упражнения**

Теория: Танцевальные движения. Композиция танца. Танцы в паре. Партнёр в паре.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Освоить танцевальные движения к танцу. Осмыслить ведущую роль партнера в паре. Разучивание движений к танцу «Радуга», музыка О.Юдахина. «Берлинская полька».

### **Тема. Азбука музыкального движения**

Теория: Танцевальные движения. Композиция танца. Танцы в паре. Партнёр в паре.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Освоить танцевальные движения к танцу. Осмыслить ведущую роль партнера в паре. «Берлинская полька».

### **Тема. Партерная гимнастика**

Теория: Управление телом, пластичность и выворотность ног.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.  
Занятие под музыкальный репертуар: Инструментальная музыка.

### **Тема. Танцы**

Теория: Русский хоровод.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.  
«Русский хоровод». Учить детей двигаться музыкально, ритмично, слаженно в паре, в образе и характере музыки. Занятие под музыкальный репертуар: русская народная мелодия.

### **Тема. Контрольный урок**

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.  
Контрольные упражнения под изученные музыкальные композиции. Игра-импровизация.

### **Тема. Музыкальный образ**

Теория: Музыкально-двигательный образ.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.  
Импровизация на музыкальные отрезки. Игра «Зоопарк» Т.Ломовой «Аллегретто».

### **Тема. Танцевально-ритмические упражнения**

Теория: Танцевальные движения. Композиция танца. Танцы в паре. Партнёр в паре.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.  
Освоить танцевальные движения к танцу. Осмыслить ведущую роль партнера в паре Разучивание движений к танцу «Радуга», музыка О.Юдахина.

### **Тема. Импровизация**

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.  
Учить импровизировать под музыку, различать средство музыкальной выразительности, использовать известные движения, жесты и позы.  
Импровизация на музыку Л. Бетховена «Лендлер».

### **Тема. Сюжетно-образные движения, и игровое творчество. Танцы**

Теория: Игровой образ. Композиция танца.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.  
Освоение композиции танца. Учить детей двигаться музыкально, ритмично, слаженно в паре, в образе и характере музыки. Занятие под музыкальный репертуар: подбор ритмичной музыки.

### **Тема. Музыкальный образ**

Теория: Музыкально-двигательный образ.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Импровизация на музыкальные отрезки. Игра «Зоопарк» Т.Ломовой «Аллегретто».

### **Тема. Импровизация**

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Учить импровизировать под музыку, различать средство музыкальной выразительности, использовать известные движения, жесты и позы. Занятие под музыкальный репертуар: Веселая музыка.

### **Тема. Основные пространственные построения и передвижения**

Теория: Движение по рисунку танца. Быстрое перестроение. Координация и движение в пространстве. Движение рук и ног в танцевальных композициях.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Упражнение «Перестроение из троек и четверок в кружочки и звездочки». Занятие под музыкальный репертуар: Русская народная мелодия.

### **Тема. Креативные упражнения. Танцы**

Теория: Движение по рисунку танца. Быстрое перестроение. Координация и движение в пространстве. Движение рук и ног в танцевальных композициях. Изображение зверей и птиц в танце.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Освоение композиции танца. Работа над музыкальностью и четкостью исполнения движения. Импровизация движений под песню «Кукла» А. Варламова.

### **Тема. Построения и передвижения**

Теория: Движение по рисунку танца. Быстрое перестроение. Координация и движение в пространстве. Движение рук и ног в танцевальных композициях. Русская народная музыка.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Развитие координации и умения двигаться в пространстве без помощи преподавателя. Занятие под музыкальный репертуар: Русская народная мелодия.

### **Тема. Ритм в музыке**

Теория: Смена движений под ритмы. Ритмичная музыка.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Учить менять движения со сменой ритма музыки. Занятие под музыкальный репертуар: Ритмичная музыка.

### **Тема. Музыкально-подвижные игры**

Теория: Быстрота реакции. Ловкость. Ритм в музыке и движении.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Учить менять движения со сменой ритма музыки. Учить создавать

музыкально – двигательный образ. Занятие под музыкальный репертуар: Музыка Петрова. Игра «Птица без гнезда».

**Тема. Комплексы упражнений и разучивание танцевальных позиций.**

**Ритм в музыке**

Теория: Позиции в танце. 1 пор де бра.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Закрепить и повторить выученные позиции рук и ног. Выучить 3 позицию ног, 2 и 3 позицию рук. Закрепить понятие ритма в музыке и движении. Учить менять движения со сменой ритма музыки.

**Тема. Музыкально-подвижные игры**

Теория: Музыкально-двигательный образ. Смена ритма музыки.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Игра «Птица без гнезда». Занятие под музыкальный репертуар: Музыка Петрова.

**Тема. Танцы**

Теория: Танцевальный образ. Смена ритма музыки.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Освоение композиции танца. Работа над музыкальностью и четкостью исполнения движения.

**Тема. Темп в музыке**

Теория: Темп в музыке. Русская народная «Барыня».

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Развить способности воспринимать музыку, т. е. чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание. Упражнение – игра «Карусель». Освоение композиции танца. Учить выполнять движения разных темпах. Мелодия «Барыня».

**Тема. Танцы. Этюды**

Теория: Русские танцы. Характер и образ музыки.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Учить выполнять движения танца в характере и образе музыки. Освоить композицию танца. Учить четко и музыкально исполнять движения танца. Освоить манеру русского танца, работать над техникой и выразительным исполнением. Танец «Большая прогулка».

**Тема. Развитие двигательных качеств и умений**

Теория: Движение в танце.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Развитие ловкости, точности, координации движений, гибкости, пластичность, внимание, волю, память, мышление. Воспитание выносливости, развитие силы, формирование правильной осанки, красивой

походки. Формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку. Упражнение – игра «Карусель». Мелодия «Барыня».

### **Тема. Характер музыки**

Теория: Характер в танце. Ритм в музыке. Русская народная «Барыня». Движения в паре.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Учить определять характер музыки, учить двигаться в характере музыки. Развитие музыкально – ритмических навыков. Учить четко и слаженно исполнять движения в паре. Танец «Русский хоровод». Русская народная мелодия.

### **Тема. Темп в музыке**

Теория: Темп в музыке.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Развить способности воспринимать музыку, т. е. чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание. Упражнение – игра «Карусель». Мелодия «Барыня».

### **Тема. Развитие двигательных качеств и умений**

Теория: Народная музыка.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку. Народная музыка в восприятии и танце.

### **Тема. Сюжетно-образные движения и игровое творчество**

Теория: Ритмика. Сюжет танца.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Учить создавать хореографический образ в соответствии с характером и образом музыки. Освоение композиции танца. Учить детей двигаться музыкально, ритмично, слаженно в паре, в образе и характере музыки. Занятие под музыкальный репертуар: Подбор ритмичной музыки.

### **Тема. Азбука музыкального движения**

Теория: Сюжет танца. Движение. Танцы в паре. Партнёр в паре.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Освоить танцевальные движения к танцу. Занятие под музыкальный репертуар: разнообразная музыка.

### **Тема. Импровизация**

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Учить слушать музыку, характеризовать ее, пользуясь музыкальной терминологией. Учить импровизировать под музыку, различать средство музыкальной выразительности, учить импровизировать под музыку,

используя известные движения, жесты и позы. Импровизация на музыку Л. Бетховена «Лендлер». П. И. Чайковский «Марш деревянных солдатиков».

### **Тема. Партерная гимнастика**

Теория: Управление телом, пластичность и выворотность ног.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.

Занятие под музыкальный репертуар: Инструментальная музыка.

### **Тема. Танцы**

Теория: Управление телом, пластичность. Элементы народных плясок и детского бального танца.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.

Освоение композиции танца. Закрепляем навык партнерства в танце.

Развитие танцевальности и координации. Разучить элементы народных плясок и детского бального танца, доступные по координации. Танец «Такие мы».

### **Тема. Музыкально-подвижные игры**

Теория: Музыкально-двигательный образ. Смена ритма музыки.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.

Игра «Птица без гнезда». Занятие под музыкальный репертуар: Музыка Петрова.

### **Тема. Игровая гимнастика**

Теория: Создание образа. Релаксация, расслабление, отдых.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.

Упражнения на развитие подвижности стопы. Развить умение сочинять несложные плясовые движения и их комбинации. Этюд «Сосулька». Био – музыка.

### **Тема. Музыкально - ритмические навыки**

Теория: Русская народная музыка.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.

Учить четко и слаженно исполнять движения в паре. Русская народная музыка.

### **Тема. Музыкально-подвижные игры**

Теория: Русская народная музыка.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.

Развитие ловкости, быстроты реакции, координации движений.

### **Тема. Танцы**

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка.

Освоение композиции танца. Закрепляем навык партнерства в танце. Учиться танцевать синхронно, координируя свои движения с музыкой и другими



исполнителями. Разучить элементы народных плясок и детского бального танца, доступные по координации. Танец «Такие мы».

### **Тема. Сюжетно-образные движения, игровое творчество**

Теория: Создание образа в танце.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Работа с подражательными движениями. Игра-превращение «Деревянная кукла и девочка». Музыка Золотарева.

### **Тема. Партерная гимнастика**

Теория: Управление телом, пластичность и выворотность ног.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Занятие под музыкальный репертуар: Инструментальная музыка.

### **Тема. Импровизация**

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Импровизации на музыкальные темы. Выбор и показ лучших импровизационных этюдов. Учимся создавать музыкально – двигательный образ. Стараемся услышать и передать в движении ярко выраженные музыкальные акценты.

### **Тема. Музыкально - ритмические навыки**

Теория: Работа в паре.

Практика: Общеразвивающая и общеукрепляющая гимнастика и разминка. Занятие под музыкальный репертуар: Русская народная музыка. Танец «Мы вернемся».

### **Тема. Контрольный урок: игровая гимнастика, импровизация, танцы, этюды, музыкально-подвижные игры**

Практика: Концерт.

## **Планируемые результаты**

### **Личностные:**

- у детей проявляется интерес к танцевальному искусству;
- проявляется умение вести себя в группе во время движения, танцев и игр,
- сформирована база культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми;
- заложены начала чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

### **Метапредметные:**

У учащихся:

- произошло совершенствование психомоторных способностей (развитие ловкости, точности, силовых и координационных способностей; развитие равновесия, силы, укрепление мышечного аппарата);
- развита мелкая моторика, память, внимание, воображение;

- обучение повлияло на развитие музыкальных способностей (развитие чувства ритма, умение слушать музыку), а также развитие координации и укрепления опорно-двигательного аппарата.

**Предметные:**

- учащийся изучил элементы классического, народного, бального, современного танцев;
- у детей сформированы музыкально-ритмические навыки (умение двигаться и реализовывать себя под музыку);
- учащийся обучен правильному дыханию (дыхательные упражнения) во время хореографии;
- учащийся изучил упражнения для развития тела и укрепления здоровья (улучшение физических данных, формирование осанки учащийся проявляет умение слышать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок, менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами.

Таблица 4

**Календарный учебный график**

№ п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки итоговой аттестации
1	1-3 год обучения	05.09.2022	24.05.2023	36	36	72	2 часа в неделю по 30 минут с 5- минутным перерывом - 2 занятия	24.05.2023

Таблица 5

**Содержание программы «Эстрадная хореография»**

№ п/п	Год обучения	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	1 год	29	43	108
2.	2 год	26	46	108
3.	3 год	28	44	108
	Итого:	83	133	324

Таблица 6

## Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж	1	1	-	Первичная диагностика – собеседование
2	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве	10	1	9	Практическая работа
3	Ритмические упражнения	8	1	7	Практическая работа
4	Разминка	20	2	18	Практическая работа
5	Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.	10	1	9	Практическая работа
6	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала	8	1	7	Практическая работа
7	Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	8	1	7	Практическая работа
8	Танцевальные композиции	43	5	38	Практическая работа
<b>ИТОГО</b>		<b>108</b>	<b>13</b>	<b>95</b>	

## Содержание учебного плана 1 года обучения

**Тема. Вводное занятие. Инструктаж.**

Теория: Знакомство с детьми. Беседа об искусстве танца. Знакомство с правилами поведения на занятиях.

**Тема. Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве.**

Теория: Освоение правил построения, передвижений в танцевальном зале в направлениях (в линии; в шахматном порядке по кругу; квадрат)

Определение понятий: «лицом по линии танца», «спиной по линии танца», «лицом в центр круга».

Практика: Музыкальные игры: «Быстро по местам», «Знай, свое место», «Ручеек».

Все эти построения и перестроения исполняются посредством различных видов ходьбы и бега, в разных направлениях (вперед, назад, в сторону), которые в то же время служат для выработки и совершенствовании правильной осанки и походки.

## **Тема. Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве.**

Теория: Освоение правил построения, передвижений в танцевальном зале в направлениях (в линии; в шахматном порядке по кругу; квадрат)

Определение понятий: «лицом по линии танца», «спиной по линии танца», «лицом в центр круга».

Практика: Музыкальные игры: «Быстро по местам», «Знай, свое место», «Ручеек».

Все эти построения и перестроения исполняются посредством различных видов ходьбы и бега, в разных направлениях (вперед, назад, в сторону), которые в то же время служат для выработки и совершенствовании правильной осанки и походки.

## **Тема. Разминка**

Теория: Разминка перед танцами помогает разогреть мышцы и не травмировать их во время занятий, а также обеспечивает наиболее пластичное выполнение всех предложенных во время занятия связок.

Практика:

Голова

Виды движений:

- наклон вперед-назад;
- наклон влево-вправо;
- поворот влево-вправо.

Плечи

Виды движений:

- подъем одного или двух плеч вверх;
- движение плеч вперед-назад;
- твист плеч (изгиб, резкая смена направлений)

Грудная клетка

Виды движений:

- движения из стороны в сторону;
- движение вперед-назад;
- подъем и опускание

Корпус

Виды движений:

- маятник (перенесение тяжести тела с пяток на полупальцы и обратно по 1, 2 и прямой позиции ног или одной ноги на другую);
- деревянные и тряпочные куклы (расслабление и напряжение мышц корпуса);

- «жираф» (стоя наклониться вперед, достать руками пол, поднять ногу вверх, в потолок);

- «росток» (поднимание корпуса на полупальцы)

Руки

Виды движений:

- поднимание и опускание рук вместе и поочередно;

- круговые движения рук

Бедра

Виды движений:

- движения вперед-назад;

- движение из стороны в сторону

Полуприседание по 1 и свободной позиции, напряженные и пружинные.

Соттэ - прыжки: «ножницы», «бегунок», «кенгуру».

**Тема. Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.**

Теория: Восприятие характера музыки и передача его через движение (веселого, спокойного, энергичного, торжественного).

Упражнения на выработку и совершенствование двигательных навыков на основе восприятия музыки.

Раскрытие характера и выражение его в движении с использованием различных видов ходьбы и бега.

Виды ходьбы: бодрое, спортивная, торжественная, естественная, спокойная, осторожная, плавная.

Виды бега: легкий, острый, стремительный, широкий, пружинистый.

Практика: Игра «Узнай регистр» (регистр – различная высота звучания музыки), игра с платочками: на низкий полоскают платочки, на средний – стряхивают, на высокий – машут платочками над головой.

Игра «Дорожка с препятствием», игра «Изображение любимого животного».

**Тема. Методика постановки позиций ног, рук на середине зала**

Теория: Методика постановки позиций ног, рук

Практика:

Позиция рук:

1-я; 3-я; 2-я, подготовительное положение.

Позиция ног:

6-я, 1-я, 2-я, 3-я

**Тема. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.**

Теория: Изучение видов шага: шаг на всю ступню, шаг с носка (танцевальный шаг), шаг на полупальцах, шаг с высоким подниманием ног.

Изучение видов бега: легкий бег, широкий бег, бег с высоким поднимаем ног.

Изучение подскоков: легкие, сильные, энергичные.

Изучение видов ходьбы: сочетание с движением рук, в сочетании с логическим текстом, сочетание с пением.

Практика: Техника правильной бытовой походки.

### **Тема. Танцевальные композиции**

Теория: Разучивание танцевальных движений, элементов, фигур детского эстрадного танца.

Практика: Танцевальные композиции: «Непохожие», «Полечка», «Для мамы», «Друзья».

Таблица 7

### **Учебный план 2 года обучения**

№	Наименование тем, разделов	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1	-	Первичная диагностика – собеседование
2.	Ритмика	3	1	2	Педагогическое наблюдение
3.	Танцевальная азбука	3	1	2	Педагогическое наблюдение
4.	Специальные упражнения	15	2	13	Педагогическое наблюдение
5.	Эстрадный танец	44	4	40	Педагогическое наблюдение
6.	Основы классического танца	20	4	16	Педагогическое наблюдение
7.	Постановочная работа	20		20	Практическая работа
8.	Итоговое занятие	2		2	Промежуточная диагностика, отчетный концерт
	<b>Итого часов:</b>	<b>108</b>	<b>13</b>	<b>95</b>	

## Содержание учебного плана 2 года обучения

### **Тема. Вводное занятие**

Теория: Беседа с воспитанниками о целях и задачах детского объединения, правилах поведения на занятиях по хореографии, о форме одежды на занятиях. Понятия о жанрах хореографии.

Практика: Диагностика на оценку подготовленности воспитанников к занятиям по хореографии, исполнение элементов партерной гимнастики, детского танца произвольной композиции.

### **Тема. Ритмика.**

Теория: Слушание музыки. Определение характера и строения музыкального произведения, его темпа, ритмического рисунка, динамического оттенка.

Понятие: такт, затакт. Подбор музыкального произведения в соответствии с исполняемыми движениями, с соблюдением принципа «музыка-движение».

Овладение простейшими навыками координации движений и исполнение танцев, хороводов, музыкальных игр.

Ритмический рисунок и его составные. Определение и передача в движении элементов музыкальной грамоты.

Практика: Ритмические упражнения и музыкальные игры. Упражнения на развитие музыкальности, развития умения координировать движения с музыкой. Ритмические упражнения с музыкальным заданием. Начало и окончание движения вместе с музыкой, различение музыкальных частей. Движение в различных темпах, со сменой движений.

### **Тема. Танцевальная азбука**

Теория: Особенности танцевального зала. Знакомство со станком и его роль в занятиях по хореографии. Виды современных эстрадных танцев и история их возникновения.

Возникновение и развитие бальной хореографии;

Постановка корпуса, рук, ног, головы. Построения и перестроения по сценической площадке. Построение в шеренгу, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение по залу. Понятие: рисунок танца и перемещение в заданном рисунке. Движения, характерные для марша, польки, вальса.

Поклон в начале и в конце занятия.

Практика: Постановка корпуса у станка. Тренировочные упражнения на ковриках, включая элементы игрового стрейчинга. Разучивание движений в характере марша, польки, вальса.

### **Тема. Специальные упражнения**

Теория: Закономерности мышечных ощущений в различных группах мышц. Переносы тяжести с ноги на ногу, мягкие переходы.

Практика: Усложнение упражнений ритмической гимнастики партерного экзерсиса.

### **Тема. Эстрадный танец**

Теория: Развитие гибкости и подвижности тела. Внимание, двигательная память. Виды и композиционное построение произведений эстрадного танца. Музыка в танце: стиль и манера исполнения.

Композиция танца.

Практика: Фигуры танца. Разучивание основных шагов, элементов, комбинаций современных стилей: модерн-джаз, хип-хоп.

Работа над образом.

### **Тема. Основы классического танца**

Теория: Освоение основных танцевальных понятий (выворотность, вытянутый носок, балетный шаг и др.).

Практика: Изучение элементов классического танца от простого к сложному, от медленного темпа к более подвижному, от позиции «лицом к станку» к позиции держаться одной рукой и к экзерсису на середине зала.

Усвоение упражнений без станка (прыжки, позы).

Изучение элементов классического танца начинается с постановки корпуса у станка, с повторения позиции ног(1,2,4,5), позиций рук (форм Port de bras). Без усвоения воспитанниками этих основ хореографии невозможно дальнейшее образование. Постановка корпуса и позиции ног изучаются, держась двумя руками за станок, повернувшись к нему лицом, Port de bras – на середине зала. В заключение экзерсиса у станка обучающиеся делают упражнения, позволяющие растянуть мышцы ног, развить гибкость позвоночника. Упражнения выполняются лицом к станку, держась двумя руками, и представляют собой перегибы корпуса в сторону, назад, вперед. Растяжка на полу (шпагаты). Упражнения на середине зала для развития устойчивости и координации движений.

### **Тема. Постановочная работа**

Практика: Прослушивание музыки заданного танца.

Изучение характера танца.

Изучение и отработка движений, поз, рисунков танца.

Подготовка костюмов.

### **Тема. Итоговое занятие**

Практика: Подведение итогов работы за год. Исполнение танцевальных номеров в концерте для родителей. Анализ работы за этап.

Таблица 8

### **Учебный план 3 года обучения**

№	Наименование тем, разделов	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1	-	Первичная диагностика –



					собеседование
2.	Современный эстрадный танец	30	4	26	Педагогическое наблюдение
3.	Классический танец	25	3	22	Педагогическое наблюдение
4.	Изучение элементов спортивной хореографии	16	2	14	Педагогическое наблюдение
5.	Специальные упражнения	18	1	17	Педагогическое наблюдение
6.	Постановочная работа	16	3	13	Практическая работа
7.	Итоговое занятие	2	-	2	Промежуточная диагностика, отчетный концерт
	<b>Итого часов:</b>	<b>108</b>	<b>14</b>	<b>94</b>	

### **Содержание учебного плана 3 года обучения**

#### **Тема. Вводное занятие**

Теория: Беседа с воспитанниками о целях и задачах детского объединения, правилах поведения на занятиях по хореографии, о форме одежды на занятиях.

Практика: Диагностика на оценку подготовленности воспитанников к занятиям по хореографии.

#### **Тема. Современный эстрадный танец**

Теория: Комплексное обучение, которое строится на изучении и отработке разных стилей и направлений современной хореографии, позволяет улучшить общее физическое состояние ребенка. Занятия современными видами танцевального искусства способствуют раскрепощению ребенка, развивают координацию и пластику, добавляют уверенности в себе. Учат выражать свои эмоции и получать огромный заряд бодрости и хорошего настроения! Известно, что увлечения детей современными зажигательными ритмами разнообразных танцевальных жанров с использованием трюков очень сильно, поэтому в репертуаре есть и необходимы современные танцы.

Практика: Ритмические танцы, «танцы в современных ритмах», вобравшие в себя элементы классики, растяжки, акробатические элементы. Репетиция танца для показательных и конкурсных выступлений

### **Тема. Классический танец**

Теория: Занятия классическим танцем дают основу для постановки рук, ног, спины и более успешного и правильного стилового усвоения материала. Построение занятия идёт соответственно программе по классическому танцу: от простого к сложному.

Комбинации строятся с учетом уже имеющейся танцевальной техники и возрастных интересов воспитанников. Увеличивается количество движений, входящих в комбинацию, ускоряется темп исполнения, увеличивается физическая нагрузка, усложняется координация движений.

Основной задачей является прочное усвоение программного материала.

Практика: Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Тренировочные упражнения.

### **Тема. Изучение элементов спортивной хореографии.**

Теория: Техника безопасности. Ознакомление с историей развития спортивной хореографии.

Практика: Изучение основ спортивной хореографии (в стиле хип-хопп). Работа над постановкой корпуса. Развитие координации с помощью выполнения различных движений рук, соединяя их с движениями ног и работой корпуса. Комплексы упражнений:

- растяжка (для шпагатов, батманов, махов, высоких киков, глубоких выпадов, медленного поднятия ноги и т.д.);
- постановка рук (упражнения на пластику и динамику рук, координация);
- разработка колен и стоп (постановка коленного сустава, растяжка и укрепление голеностопа и стопы, мягкость и выработка танцевального подъёма);
- постановка баланса (устойчивость, равновесие, сила, гибкость нижних конечностей);
- вращения (техника и тренинг всех возможных танцевальных вращений: пируэты, спиральный поворот и т.д.);
- сила ног (подкачка икроножных, бедренных, ягодичных мышц, формирование мышечного рельефа, устойчивости, выносливости и скорости танцевания);
- энергетика танца (взаимодействие в паре, синхронность, распределение танца в паркетном пространстве, внешнее воздействие на зрителей и судей, артистизм и эмоциональность).

### **Тема. Специальные упражнения**

Теория: Закономерности мышечных ощущений в различных группах мышц. Переносы тяжести с ноги на ногу, мягкие переходы.

Практика: усложнение упражнений ритмической гимнастики партерного экзерсиса. Растяжка на продольные, поперечный шпагат. Упражнения «бабочка», «мостик», «лягушка».

### **Тема. Постановочная работа**

Теория: Изучение музыки заданного танца.

Изучение характера танца.

Практика: Изучение и отработка движений, поз, рисунков танца.

Подготовка костюмов.

### **Тема. Итоговое занятие**

Практика: Просмотр детьми видеоматериалов соревнований, конкурсов, концертных выступлений. Награждение воспитанников дипломами, грамотами.

## **Планируемые результаты**

### **Личностные:**

- развита способность к преодолению трудностей, настойчивость в достижении результата;
- сформирован сплоченный коллектив через массовые и досуговые мероприятия;
- выработаны самостоятельность, культура общения, дисциплина, добросовестное отношение к труду;
- развиты чувства товарищества и взаимопомощи, активной жизненной позиции.

### **Метапредметные:**

- развиты специальные навыки и умения по хореографии;
- развиты способность к самостоятельной и коллективной работе;
- развиты способность к творческому выполнению практической деятельности;
- развиты способность к проектированию дальнейшего оздоровления.

### **Предметные:**

- учащийся знает основные упражнения классического танца – названия движений, правила исполнения;
- учащийся знает понятия об основных законах танцевальной драматургии;
- учащийся знает основные термины и элементы танца hip-hop (кач, слайд);
- учащийся умеет самостоятельно исполнять основные элементы классического танца;
- учащийся владеет техникой танца джаз-модерн по программе;
- учащийся владеет основными элементами танца hip-hop (кач, элементарные ступы);

- учащийся имеет навыки сценической деятельности.

Таблица 9

**Календарный учебный график**

№ п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки итоговой аттестации
1	1-3 год обучения	05.09.2022	24.05.2023	36	36	108	3 часа в неделю по 30 минут с 10-минутным перерывом - 2 занятия	24.05.2023

Таблица 10

**Содержание программы «Современная хореография»**

№ п/п	Год обучения	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	1 год	15	92	108
2.	2 год	26	46	108
3.	3 год	28	44	108
4.	4 год	15	92	108
	Итого:	83	133	432

Таблица 11

**Учебный план 1 года обучения**

№ п/п	Наименование темы	Кол-во часов	Теория	Практика	Формы контроля
1	Вводное занятие «Мир танцевального искусства». Инструктаж по технике безопасности.	1	1	-	Первичная диагностика – собеседование
2	Разминка. Ритмика	10	-	10	Педагогическое наблюдение
3	Партерная гимнастика	10	-	10	Педагогическое наблюдение
4	Танцевальные движения по диагонали	15	-	15	Педагогическое наблюдение
5	Движения классического, современного танца	15	5	10	Педагогическое наблюдение
6	Современная хореография	15	5	10	Педагогическое наблюдение
7	Танцевальная хореография:	15	5	10	Педагогическое

	эстрадный и современный бальный танец.				наблюдение
8	Импровизация. Постановка танцевальных номеров.	15	-	15	Педагогическое наблюдение
9.	Концертная деятельность.	10	-	10	Педагогическое наблюдение
10.	Итоговое занятие.	2	-	2	Открытое занятие для родителей
<b>ИТОГО</b>		<b>108</b>	<b>15</b>	<b>92</b>	

### **Содержание учебного плана 1 года обучения**

#### **Тема. Вводное занятие**

Теория: Введение в образовательную программу. Знакомство с целями и задачами первого года обучения. Техника безопасности и правила поведения в учреждении, на занятиях.

Практика: Первичная диагностика.

#### **Тема. Разминка (разогрев)**

Теория: Назначение разминки, последовательность выполнения. Понятия «Ровная спина», «Вытянутая стопа».

Практика: Упражнения на развитие эластичности стопы: полупальцы, перекаты, приседания. Упражнения на устойчивость, развитие координации (упражнение "Цапля"). Упражнения - наклоны корпуса для развития гибкости, прямой спины. Прыжки по VI позиции ног. Усложнение упражнений, соединение в связки, введение новых упражнений: шаги в стороны, прыжки с «поджатыми» ногами. Изучение и исполнение движений с педагогом и самостоятельно.

#### **Тема. Ритмика**

Теория: Правила выполнения упражнений. Последовательность.

Практика: Исполнение комплекса упражнений. Хлопковые упражнения на ритмический рисунок. Усложнение упражнений, соединение в связки, добавляя шаги, притопы.

#### **Тема. Партерная гимнастика**

Теория: Образное восприятие всех выполняемых движений, которые вырабатывают гибкость, выворотность, растяжку.

Практика: Исполнение упражнений, сидя на полу, лежа на спине и на животе.

#### **Тема. Танцевальные движения по диагонали**

Теория: Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.

Практика: Шаги с носочка, на пятках, бег на полупальцах и другие. Затем добавляются новые (подскоки, галоп, прыжки). Индивидуальное исполнение.

#### **Тема. Основы классического танца**

Теория: Постановка корпуса, позиции ног и рук классического танца. Основные элементы, терминология: demi plie, battement tendus, passé, releve.

Практика: Исполнение лицом к станку, держась двумя руками. Середина: упражнения на постановку корпуса, головы. Постановка рук, подготовительное положение, 1, 2, 3 позиции. Сценическое положение

allonge у юбочки. Позиции ног 1, 2, 3 (полувыворотню).

### **Тема. Современная хореография**

Теория: Основные позиции рук (press-роз, джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз 4, позиция V, позиция L). Основные позиции ног джаз танца (2 параллель, 4 параллель, 6, перпендикуляр). Положения ног (Point и Flex), положения корпуса (Contractjon, Release).

Практика: Позиции рук и ног джаз танца. Исполнение простых комбинаций с использованием выученных позиций рук, ног и положений корпуса танца джаз-модерн (Contractjon, Release) на середине зала.

### **Тема. Танцевальная хореография: Теория. Понятие «Танцевальный образ», зависимость его от музыки.**

Практика: Упражнения на раскрепощение. Исполнение упражнений по группам и самостоятельно.

### **Тема. Импровизация. Постановка танцевальных номеров.**

Теория: Понятия «Линия», «Колонна», «Диагональ», «Круг». Правила исполнения синхронов, переходов и рисунков.

Практика: Закрепление и отработка изученных синхронов. Основные ходы и движения. Построение рисунков номера.

### **Тема. Концертная деятельность**

Теория: Культура исполнителя. Поведение на сцене. Практика. Участие в концертах различного уровня.

### **Тема. Итоговое занятие**

Практика: Опрос по пройденному материалу. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Подведение итогов за год. Планы на следующий год. Открытое занятие для родителей. Выступления обучающихся с лучшими номерами.

Таблица 12

## **Учебный план 2 года обучения**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование темы</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Формы контроля</b>
1	Вводное занятие	1	1	-	Первичная диагностика – собеседование
2	Разминка. Ритмика	10	-	10	Педагогическое наблюдение
3	Партерная гимнастика	10	-	10	Педагогическое наблюдение
4	Танцевальные движения по диагонали	15	-	15	Педагогическое наблюдение
5	Движения классического, современного танца	15	5	10	Педагогическое наблюдение
6	Современная хореография	15	5	10	Педагогическое наблюдение
7	Танцевальная хореография: эстрадный и современный бальный танец.	15	5	10	Педагогическое наблюдение
8	Импровизация. Постановка	15	-	15	Педагогическое

	танцевальных номеров.				наблюдение
9.	Концертная деятельность.	10	-	10	Педагогическое наблюдение
10.	Итоговое занятие.	2	-	2	Открытое занятие для родителей
<b>ИТОГО</b>		<b>108</b>	<b>15</b>	<b>92</b>	

## Содержание учебного плана 2 года обучения

### Тема. Вводное занятие

Теория: Введение в образовательную программу. Знакомство с целями и задачами второго года обучения. Техника безопасности и правила поведения в учреждении, на занятиях.

Практика: Первичная диагностика.

### Тема. Разминка (разогрев)

Теория: Назначение разминки, последовательность выполнения. Техника исполнения.

Практика: Движения для разогрева позвоночника и суставов. Самостоятельное исполнение. Совершенствование техники исполнения движений.

### Тема. Ритмика

Теория: Правила выполнения упражнений. Последовательность.

Практика: Исполнение комплекса упражнений. Хлопковые упражнения на ритмический рисунок. Усложнение упражнений, соединение в связки, добавляя шаги, притопы.

### Тема. Партерная гимнастика

Теория: Правила выполнения. Последовательность построения. Движения которые вырабатывают гибкость, выворотность, растяжку.

Практика: Исполнение упражнений, сидя на полу, лежа на спине и на животе. Комбинации усложняются.

### Тема. Танцевальные движения по диагонали

Теория: Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.

Практика: Шаги с носочка, на пятках, бег на полупальцах и другие. Шаги и рабочие комбинации. Прыжки маленькие и большие. Вращения. Акробатические элементы. Затем добавляются новые (подскоки, галоп, прыжки). Индивидуальное исполнение. Ориентировка в хореографическом зале, различные перестроения.

### Тема. Основы классического танца

Теория: Постановка корпуса, позиции ног и рук классического танца. Основные элементы, терминология: battements tendu jete, rond de jambe par terre, прыжки Saute.

Практика: Исполнение лицом к станку, держась двумя руками. Середина: упражнения на постановку корпуса, головы. Основные элементы классического танца. Основные упражнения классического танца (battements tendu jete, rond de jambe par terre, прыжки Saute по I, II, V позициям);

Постановка рук, подготовительное положение, 1, 2, 3 позиции. Сценическое положение allonge у юбочки. Позиции ног 1, 2, 3 (полувыворотно). Комбинации усложняются.

### **Тема. Современная хореография**

Теория: Комплекс упражнения базового джазового экзерсиса. Приемы стретчинга, его назначение. понятие синкопа и ритмический рисунок музыки; основные термины танца джаз-модерн (isolation, contractjon, opposition и parallelism и т. д.).

Практика: Основные элементы танца джаз-модерн. Основные позиции рук (press-poz, джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз 4, позиция V, позиция L). Основные позиции ног джаз танца (2 параллель, 4 параллель, 6, перпендикуляр). Положения ног (Point и Flex), положения корпуса (Contractjon, Release). Позиции рук и ног джаз танца. Исполнение простых комбинаций с использованием выученных позиций рук, ног и положений корпуса танца джаз-модерн (Contractjon, Release) на середине зала. Совершенствование данных стиле.

### **Тема. Танцевальная хореография.**

Теория: Понятие «образ» танца, «сюжет» танца, «внутренний монолог». Современный бальный танец. Уличный танец. Эстрадный танец.

Практика: Танцевальные комбинации на середине. Музыкальные размеры медленного вальса, ритмическая основа «Ча-ча-ча». Особенности развития стиля по 3й позиции, вальсовая дорожка. Основные элементы эстрадного и народностилизованного танцев, основные элементы в паре.

### **Тема. Импровизация. Постановка танцевальных номеров.**

Теория: Композиция и постановка танца. Творческие задания на создание индивидуальных композиций.

Практика: Закрепление и отработка изученных синхронизмов. Основные ходы и движения. Построение рисунков номера. Актерская выразительность во время исполнения номеров.

### **Тема. Концертная деятельность**

Теория: Культура исполнителя. Поведение на сцене. Практика. Участие в концертах различного уровня.

### **Тема. Итоговое занятие**

Практика: Опрос по пройденному материалу. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Подведение итогов за год. Планы на следующий год. Открытое занятие для родителей. Выступления обучающихся с лучшими номерами.

Таблица 13

**Учебный план 3 года обучения**

№ п/п	Наименование темы	Кол-во часов	Теория	Практика	Формы контроля
1	Вводное занятие	1	1	-	Первичная диагностика – собеседование
2	Разминка. Ритмика	10	-	10	Педагогическое наблюдение



3	Партерная гимнастика	10	-	10	Педагогическое наблюдение
4	Танцевальные движения по диагонали	15	-	15	Педагогическое наблюдение
5	Движения классического, современного танца	15	5	10	Педагогическое наблюдение
6	Современная хореография	15	5	10	Педагогическое наблюдение
7	Танцевальная хореография: эстрадный и современный бальный танец.	15	5	10	Педагогическое наблюдение
8	Импровизация. Постановка танцевальных номеров.	15	-	15	Педагогическое наблюдение
9.	Концертная деятельность.	10	-	10	Педагогическое наблюдение
10.	Итоговое занятие.	2	-	2	Открытое занятие для родителей
<b>ИТОГО</b>		<b>108</b>	<b>15</b>	<b>92</b>	

### Содержание учебного плана 3 года обучения

#### Тема. Вводное занятие

Теория: Введение в образовательную программу. Знакомство с целями и задачами третьего года обучения. Техника безопасности и правила поведения в учреждении, на занятиях.

Практика: Первичная диагностика.

#### Тема. Разминка (разогрев)

Теория: Назначение разминки, последовательность выполнения. Техника исполнения.

Практика: Движения для разогрева позвоночника и суставов. Самостоятельное исполнение. Совершенствование техники исполнения движений.

#### Тема. Ритмика

Теория: Правила выполнения упражнений. Последовательность.

Практика: Исполнение комплекса упражнений. Хлопковые упражнения на ритмический рисунок. Усложнение упражнений, соединение в связки, добавляя шаги, притопы.

#### Тема. Партерная гимнастика

Теория: Правила выполнения. Последовательность построения. Движения которые вырабатывают гибкость, выворотность, растяжку.

Практика: Комплекс упражнений партерной гимнастики: с простыми акробатическими элементами (колесо, большой мостик, кувырки, перекаты). Система растяжки.

#### Тема. Танцевальные движения по диагонали (кроссы)

Теория: Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.

Практика: Шаги с носочка, на пятках, бег на полупальцах и другие. Шаги и рабочие комбинации. Прыжки маленькие и большие. Вращения.

Акробатические элементы. Затем добавляются новые (подскоки, галоп, прыжки). Индивидуальное исполнение.

### **Тема. Основы классического танца**

Теория: Постановка корпуса, позиции ног и рук классического танца. Основные элементы, терминология: *demi plie*, *battemeht tendus*, *passé*, *releve*.

Практика: Основные упражнения классического танца. Исполнение лицом к станку, держась двумя руками. Середина: упражнения на постановку корпуса, головы. Постановка рук, подготовительное положение, 1, 2, 3 позиции. Сценическое положение *allonge* у юбочки. Позиции ног 1, 2, 5 (полувыворотно). Комбинации усложняются.

### **Тема. Современная хореография**

Теория: Основные термины танца *hip-hop* (*кач*, *slides*, *impulse* и т.д.). Основные упражнения модерн-джаз танца. Техника джа-модерн. Комплекс упражнения базового джазового экзерсиса. Основные позиции рук (*press-роз*, джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз 4, позиция V, позиция L). Основные позиции ног джаз танца (2 параллель, 4 параллель, 6, перпендикуляр). Положения ног (*Point* и *Flex*), положения корпуса (*Contractjon*, *Release*).

Практика: Позиции рук и ног джаз танца. Исполнение простых комбинаций с использованием выученных позиций рук, ног и положений корпуса танца джаз-модерн (*Contractjon*, *Release*) на середине зала. Совершенствование данных стилей.

### **Тема. Танцевальная хореография.**

Теория: Понятие «стиль музыки», «образность». Современный балльный танец: «Танго». Эстрадный танец. Основные элементы народно стилизованного и эстрадного танцев.

Практика: Музыкальные размеры танго, Начало изучения. Ход правый, роккповорот, закрытое окончание, открытый ленивый поворот, кортэ назад. Несложные комбинации.

### **Тема. Импровизация. Постановка танцевальных номеров.**

Теория: Понятия об основных законах танцевальной драматургии. Танцевальный этюд. Композиция и постановка танца. Творческие задания на создание индивидуальных композиций.

Практика: Закрепление и отработка изученных синхронов. Основные ходы и движения. Построение рисунков номера. Актерская выразительность во время исполнения номеров.

### **Тема. Концертная деятельность**

Теория: Культура исполнителя. Поведение на сцене. Практика. Участие в концертах различного уровня.

### **Тема. Итоговое занятие**

Практика: Опрос по пройденному материалу. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Подведение итогов за год. Планы на следующий год. Открытое занятие для родителей. Выступления обучающихся с лучшими номерами.

## Учебный план 4 года обучения

№ п/п	Наименование темы	Кол-во часов	Теория	Практика	Формы контроля
1	Вводное занятие	1	1	-	Первичная диагностика – собеседование
2	Разминка. Ритмика	10	-	10	Педагогическое наблюдение
3	Партерная гимнастика	10	-	10	Педагогическое наблюдение
4	Танцевальные движения по диагонали	15	-	15	Педагогическое наблюдение
5	Движения классического, современного танца	15	5	10	Педагогическое наблюдение
6	Современная хореография	15	5	10	Педагогическое наблюдение
7	Танцевальная хореография: эстрадный и современный бальный танец.	15	5	10	Педагогическое наблюдение
8	Импровизация. Постановка танцевальных номеров.	15	-	15	Педагогическое наблюдение
9.	Концертная деятельность.	10	-	10	Педагогическое наблюдение
10.	Итоговое занятие.	2	-	2	Открытое занятие для родителей
<b>ИТОГО</b>		<b>108</b>	<b>15</b>	<b>92</b>	

## Содержание учебного плана 4 года обучения

**Тема. Вводное занятие**

Теория: Введение в образовательную программу. Знакомство с целями и задачами четвертого года обучения. Техника безопасности и правила поведения в учреждении, на занятиях.

Практика: Первичная диагностика.

**Тема. Разминка (разогрев)**

Теория: Техника исполнения. Последовательность построения.

Практика: На протяжении всего года сохраняется комплекс разминки третьего года обучения. Соединения движений разогрева в единые комбинации.

**Тема. Ритмика**

Теория: Правила выполнения упражнений. Последовательность.

Практика: Исполнение комплекса упражнений. Хлопковые упражнения на ритмический рисунок. Усложнение упражнений, соединение в связки, добавляя шаги, притопы.

**Тема. Партерная гимнастика**

Теория: Правила выполнения. Последовательность построения. Движения которые вырабатывают гибкость, выворотность, растяжку. Система растяжки.

Практика: Комбинации усложняются. Комплекс упражнений партерной гимнастики: с простыми акробатическими элементами (колесо, большой мостик, кувырки, перекаты). Выполняется самостоятельно.

### **Тема. Танцевальные движения по диагонали (кроссы)**

Теория: Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.

Практика: Шаги и рабочие комбинации. Шаги разных уровней. Увеличение скорости. Прыжки маленькие и большие. Вращения. Акробатические элементы. Затем добавляются новые (подскоки, галоп, прыжки). Индивидуальное исполнение.

### **Тема. Основы классического танца**

Теория: Техника исполнения движений: *Chanqement de plects. Tour chaine. Pirouette Renverse.* Прыжки: *Cabriole. Pas chasse. Jete ferme.*

Практика: Исполнение движений: *Chanqement de plects. Tour chaine. Pirouette Renverse.* Прыжки: *Cabriole. Pas chasse. Jete ferme.*

### **Тема. Современная хореография**

Теория: Комплекс упражнений джазового экзерсиса на середине зала. И у станка. Последовательность комбинаций в стиле джаз-модерн и хип-хоп.

Практика: Исполнение комплекса упражнений джазового экзерсиса на середине зала и у станка. Исполнение различных комбинаций с использованием ранее изученного материала.

Исполнение различных комбинаций. Работа над данным стилем.

### **Тема. Танцевальная хореография.**

Теория: Понятие. «Диско». «Фиеста». «Ча-ча-ча». «Веер», «Хоккейная клюшка».

Практика: Музыкальные размеры ритмического фокстрота, медленного вальса, квадратной румбы. Ритмическая основа «Ча-ча-ча». Изучение «Ча-ча-ча», комбинации, композиции.

### **Тема. Импровизация. Постановка танцевальных номеров.**

Теория: Творческие задания на создание индивидуальных и групповых танцевальных композиций.

Практика: Создание образа. Наполнение образа содержанием. Подбор музыкального репертуара, подбор движений. Танцевальная импровизация в различных стилях на основе изучения материала.

### **Тема. Концертная деятельность**

Теория: Культура исполнителя. Поведение на сцене. Практика. Участие в концертах различного уровня.

### **Тема. Итоговое занятие**

Практика: Опрос по пройденному материалу. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Подведение итогов за год. Планы на следующий год. Открытое занятие для родителей. Выступления обучающихся с лучшими номерами. Подведение итогов обучения по программе.

## **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **Материально-техническое обеспечение**

Спортивный или музыкальный зал

Музыкальный центр

Ноутбук

Проектор

Атрибуты к танцам (трости, шляпы, цилиндры, корзины, зонтики, султанчики, ленты на палочке, тканевое полотно, разноцветные лепестки, полотна триколора, шарфы, кораблики, фонари, светящиеся звёзды на палочке, мячи разноцветные, ложки деревянные, палочки, барабаны, мигающие светлячки, цветы, платочки, колокольчики, бубны, маракасы, веера маленькие, веера большие китайские).

Элементы костюмов (платки на голову русские, картузы, жилеты зимние, крылья бабочек, крылья птиц, колпачки гномов, усики на ободке, шапочки различных зверей).

Костюмы детские (русские сарафаны для девочек, русские кадрильные девичьи, русские костюмы с брюками и рубашками для мальчиков, китайские костюмы, костюмы цыплят, костюмы пчёл, восточные костюмы, пачки для снежинок, костюмы снеговиков, лесовиков, костюмы цветов, меховые костюмы различных зверей).

### **Информационное обеспечение**

Подборы видео выступлений с концертов и студийные записи, методические разработки,

### **Кадровое обеспечение**

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим среднее – специальное или высшее образование, обладающим основными, обозначенными в ФГОС компетенциями, необходимыми для обеспечения развития детей от 3 до 17 лет; владеющий компетенциями по хореографии.

### **Формы аттестации и оценочные материалы**

Исходя из поставленных цели и задач, прогнозируемых результатов обучения, разработаны следующие формы отслеживания результативности модульной дополнительной общеразвивающей программы:

педагогическое наблюдение;

входная и начальная диагностика;

использование методов специальной диагностики, тестирования;

беседы с детьми и их родителями;

открытые занятия;

конкурсы;

творческие задания;

промежуточные и итоговые аттестации;

отчетный концерт.

С целью определения уровня усвоения образовательной программы, а также для повышения эффективности и улучшения качества учебно-воспитательного процесса проводится педагогический мониторинг в течение всего периода обучения.

Результаты педагогического мониторинга оцениваются по 10-ти бальной системе и фиксируются в сводных таблицах. (Приложение 1)

Итоговая аттестация первого и последующего годов обучения является первичной диагностикой второго и последующего годов обучения.

#### Первичная диагностика

Цель: определение общего уровня развития обучающегося и его склонности к занятиям современными танцами.

Критерии оценки:

- Минимальный уровень (1 - 4 балла) - у подростка не развит музыкальный и ритмический слух, минимальный уровень способностей к современным танцам, рассеянное внимание, не дисциплинирован, нет пластичности, движения угловатые.
- Средний уровень (5 - 8 баллов) - у подростка развит музыкальный и ритмический слух, умеет концентрировать внимание, но координация движений развита недостаточно. Проявляет интерес к современным танцам.
- Максимальный уровень (9 - 10 баллов) - подросток показывает высокий уровень способностей к современным танцам, развит музыкальный и ритмический слух, проявляет интерес к занятиям.

#### Промежуточная аттестация

Цель: выявление соответствия уровня теоретической и практической подготовки обучающихся программным требованиям.

Критерии оценки:

- Минимальный уровень (1 - 4 балла) – подросток не владеет теоретическими знаниями, не развит музыкальный и ритмический слух, не знает основные позиции рук, ног, головы. Обучающийся замкнут, плохо идет на контакт с подростками, не хочет исправлять ошибки, не склонен проявлять фантазию, творческий подход.
- Средний уровень (5 - 8 баллов) - подросток отвечает на теоретические вопросы с небольшой помощью педагога, слышит музыку и ритм, согласовывает движения с музыкой, но допускает неточности в исполнении движений.
- Максимальный уровень (9 - 10 баллов) - подросток показывает высокий уровень знаний теоретического материала, сочетает музыку с движениями,

выполняет движения без ошибок, знает терминологию, ориентируется в пространстве.

### Итоговая аттестация

Цель: выявление уровня усвоения обучающимися программного материала, соответствие прогнозируемым результатам образовательной программы.

Критерии оценки:

- Минимальный уровень (1 - 4 балла) - обучающийся овладел менее ½ объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой. Ребенок не владеет терминологией классического танца, не знает основные позиции джаз-модерн танца и не может исполнить танцевальные связки в стиле джаз-модерн, плохо ориентируется в пространстве. Обучающийся замкнут, плохо идет на контакт с детьми, не хочет исправлять ошибки, не склонен проявлять фантазию, творческий подход.

- Средний уровень (5 - 8 баллов) - обучающийся овладел не менее ½ объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой. Допускает неточности в терминологии классического танца (*demi plie, battement tendus, passé, releve*) и исполнении простых танцевальных связок с использованием выученных позиций рук, ног и положений корпуса танца джаз-модерн (*Contractjon, Release*). Обучающийся охотно идет на контакт с подростками, умеет слушать других, не всегда проявляет фантазию и творческий подход.

- Максимальный уровень (9 - 10 баллов) - обучающийся показывает высокий уровень знаний теоретического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой первого года обучения. Владеет терминологией (*demi plie, battement tendus, passé, releve*), знает основные позиции рук, ног танца джаз-модерн. Уверенно выполняет различные типы шагов и виды бега, упражнения на координацию и ориентировку в пространстве, простые танцевальные связки в стиле джаз-модерн.

### **Методические материалы**

Особенности организации образовательного процесса: очный.

Основное время на занятии отводится практической деятельности, поэтому создание творческой атмосферы способствует ее продуктивности.

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения: игровой, наглядный, метод аналогий, словесный, практический.

Форма организации образовательного процесса: групповая.

Форма организации учебного занятия: беседа, концерт, наблюдение, открытое занятие, практическое занятие.

Педагогические технологии: технология группового обучения, игровые технологии, технология коллективной творческой деятельности.

Структура занятия состоит из трех частей:

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

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

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

Занятия проводятся с применением различных структур:

I. Традиционное занятие

II. Тематическое занятие

III. Сюжетное занятие

IV. Игровое занятие

V. Занятие – импровизация

**На первом году обучения** повышенное внимание уделяется тренировочным гимнастическим упражнениям на полу и на середине. В первый год обучения важно привить такие навыки, как «вытянутая стопа», «прямая спина». Простые хореографические движения в разминке и диагонали, а также «партерная гимнастика» способствуют закреплению этих навыков.

Предусматривается знакомство с основами техники джаз танца и основами классического балета. Основной упор делается на развитие природных способностей, приобщение детей к хореографическому искусству.

Дети изучают характерные элементы джаз-модерн танца: ритмичность, динамику, колоритность, совершенную свободу и координацию всех частей тела, возможность импровизации.

**Для второго года обучения** характерно максимальное развитие природных данных. Это основной этап накопления знаний, умений и навыков. Развивается творческое мышление посредством свободной импровизации, формируется творческий интерес и эстетический вкус. Дети знакомятся с основными принципами техники движения танца модерн. Движение за счет падения и подъема тяжести корпуса, его построение по синусоиде: движениезадержка в кульминационной точке (suspend) и обратный возврат (recovery).



**На третьем году обучения** стоит задача сохранения этого максимального уровня, дети знакомятся с основными законами танцевальной драматургии, овладевают навыками актерского мастерства. Обучающиеся должны стараться сами наполнить содержанием образ. Импровизация – это одна из главных особенностей данного периода обучения. На третьем году обучения воспитанники познают особенности современного направления hip-hop. Овладев основными элементами разных танцев, обучающиеся смогут уверенно исполнять их в различных комбинациях и связках. Таким образом, сформируется лексика танца, которая будет использоваться для выражения внутреннего эмоционального состояния исполнителя, а также развития сценического образа.

**Четвертый год обучения** - совершенствование полученных знаний, продолжение изучения классического экзерсиса, изучение и исполнение танцев в различных стилях, знакомство со всеми направлениями современной хореографии. Продолжается работа над постановкой корпуса, ног, рук и головы. Развитие выносливости путем повторения пройденных движений в увеличенном количестве и более быстром темпе.

Большую роль в развитии творческих способностей детей играет участие в концертных выступлениях. На сцене от подростка требуется не только хорошее и четкое исполнение движений и перестроений танца, но и способность донести до зрителя образы, заложенные в идею хореографической постановки. Это может произойти только при полной эмоциональной свободе подростка перед зрителем. Обычно первый «страх сцены» уходит постепенно путем регулярного участия в концертах на разных площадках и перед разными категориями зрителей. Для того чтобы помочь подростку почувствовать себя более смелым, свободным на сцене, проводятся беседы перед его выступлениями, обязательным является посещение концертных программ профессиональных артистов, обучение студентов на их примере.

Музыкальное сопровождение для танцевальных постановок подбирается с учётом возрастных особенностей подростков. Музыкальный материал должен быть доступен для восприятия и понимания обучающегося. Это в основном произведения зарубежных современных композиторов и поп-исполнителей, классика в современной обработке и аранжировке, произведения русского народного творчества в современной обработке.

### **Список использованной литературы**

1. Базарова Н. Классический танец. Л., 2000.
2. Базарова Н. Азбука классического танца. Л., 1983.
3. Немова Г.В., Малышева А.Н. Детский сад «Танцы для дошкольников». Я. 2008.
4. Зарецкая Н. В. Танцы для детей среднего дошкольного возраста. М. 2008.
5. Руднева С.Д. и Фиш Э.М. Ритмика и музыкальное движение. - М., 1972.
- Ткаченко Т.С. Народный танец. – М., 1975.



