

Муниципальное казенное учреждение
«Управление образованием Туринского городского округа»
Муниципальное автономное образовательное учреждение
Дополнительного образования
Центр дополнительного образования «Спектр»
Туринского городского округа

Принята на заседании
методического совета
протокол № 4
от «15 » сентября 2021 г.

Утверждаю:
Директор МАОУ ДО ЦДО «Спектр»

Т.А. Кормина
«15 » сентября 2021 г.
Приказ № 199 от «15 » сентября 2021г

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«В ритме танца»

Возраст обучающихся 7-9 лет
Срок реализации программы – 2 года

Составитель:
Черенева Ольга Геннадьевна,
педагог дополнительного образования

г. Туринск, 2021

Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

- Концепцией развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р);

- Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитано-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Уставом муниципального автономного общеобразовательного учреждения дополнительного образования Центра дополнительного образования «Спектр» (далее - МАОУ ДО ЦДО «Спектр») и иными локальными актами Учреждения.

Направленность

Программа имеет художественно направленность. Данная программа способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия хореографией направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Актуальность

Мы живем во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребенок волей-неволей становится заложником, быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – все это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Известно, что эффективность образования и развития детей во многом зависит от состояния их здоровья.

Отличительные особенности программы обусловлена образовательными потребностями конкретной категории учащихся. Эта объективная заинтересованность в определённых образовательных услугах

субъективно выражена в обращённых к системе образования интересах и ожиданиях в отношении народного танца. Народный танец является одним из основных предметов, он развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной осанки, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела – в этом его значение и значимость.

Программа предусматривает обучение с учетом индивидуальных особенностей учащихся, сохраняет и умножает качества ребенка (инициативность, фантазию, непосредственность); определяет перспективы развития, что дает возможность большему количеству детей включиться в образовательный процесс.

Особенность данной программы. Творческое мышление учащихся. В каждом занятии отведено время на то, чтобы учащиеся не только учились определенным движениям и танцам, но и могли на основе проученных движений придумать свои.

Уровень программы:

«Стартовый уровень» -1 год обучения - предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм материала, минимальную сложность предполагаемого для освоения содержания программы.

«Базовый уровень» 1 год обучения - на данном уровне образования у обучающегося формируется умение создавать более сложную сюжетные композиции, изображая разнообразные предметы; продолжается улучшение навыков телодвижения в различных техниках; знакомится с миром природы, растительным и животным миром, работой «мастеров изображения и украшения»; учится приемам и навыкам передачи музыкального образа; обогащается визуальный опыт через знакомство с произведениями декоративно-прикладного искусства.

Адресат общеразвивающей программы: дети 7 - 9 лет

Возрастные особенности детей 7 - 9 лет: возрастные особенности детей позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнения движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Дети данной группы способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений.

Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими партнерами. На данном этапе педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества.

Интенсивность нагрузки зависит от темпа музыкального произведения и от подбора движений. Наиболее нагрузочным является: быстрый бег, прыжки, подскоки, галопы, приседания.

Определение сложности и доступности музыкально-танцевальных композиций для детей, безусловно, относительно. Необходимо соотносить все характеристики с индивидуальными возможностями конкретного ребёнка. Но важно также ориентироваться на средние показатели уровня развития детей в группе.

Набор в группу свободный. Оптимальное количество детей на занятиях – 10 - 15 человек в возрасте от 6,5-7 лет 8-9 лет. При наборе в Детское объединение педагог выявляет творческие способности, физические и музыкальные данные ребенка.

Объем, срок освоения программы:

Программа рассчитана на 2 года обучения – 432 часа.

1 год обучения - 216 часов в год.

2 год обучения – 216 часов в год.

Форма обучения – очная

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Занятия проходят 3 раза в неделю.

1 год обучения продолжительность одного занятия 2 академических часа по 35 - 40 минут с перерывом 10 минут - 216 часов в год.

2 год обучения 3 раза в неделю продолжительность одного занятия 2 академических часа по 40 минут с перерывом 10 минут - 216 часов в год.

Педагогические технологии и методы обучения

Для успешного овладения содержанием данной образовательной программы используются различные педагогические технологии и методы обучения.

Технологии: развивающие, игровые, личностно-ориентированные, педагогика сотрудничества, здоровье сберегающие.

Методы обучения: словесный, наглядный, ступенчатый, практический, игровой.

Формы организации занятий:

- групповые учебные занятия;
- групповые и индивидуальные теоретические занятия;
- участие в конкурсах, концертных программах.

1.2 Цель программы

Цель: Приобщение учащихся к танцевальному искусству, развитие художественного вкуса и физического совершенствования, развитие творческих способностей, умения воплощать музыкально-двигательный образ.

Задачи программы:

Обучающие:

- обучить базовым элементам классического, народного, современного, историко-бытового танца, основным теоретическим понятиям;
- содействовать формированию представления о стилях и направлениях современной хореографии.

Развивающие:

- содействовать развитию физических данных учащихся; - развитие чувства ритма;
- развитие координации;
- развитие ориентации в пространстве;
- развитие гибкости, пластики, растяжки;
- укрепление различных групп мышц, развитие всех систем организма (дыхательной, сердечно - сосудистой, и др.):
- профилактика нарушения осанки и искривления позвоночника, формирование правильной осанки;
- развитие творческого воображения;
- развитие выразительности танцевальных движений;
- развитие эстетического восприятия
- развитие мышления, воображения, находчивости и познавательной активности.

Воспитательные:

- содействовать воспитанию художественно-эстетического вкуса;
- способствовать воспитанию чувства ответственности, дисциплинированности; уверенности;
- содействовать воспитанию культуры общения, взаимодействия в коллективе и обществе;
- развитие инициативы, чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия;
- способствовать воспитанию интереса к хореографическому искусству.

1.3 Содержание общеразвивающей программы

Учебный план

1 года обучения «стартовый» уровень

№	Название разделов и тем	Количество часов			
		Теория	Практика	Всего	Форма аттестации

1.	Введение	1	1	2	
2.	Основы хореографии	14	43	57	Игровое занятие.
2.1.	Поклон	2	3	5	
2.2.	Обучающиеся знакомятся со следующими понятиями: - правильная осанка; - положение головы; - позиции ног; - позиции рук; - позиции в паре; - точки класса.	6	25	31	
2.3.	Для ориентации лучше всего использовать схему, принятую А.Я. Вагановой	6	15	21	
3.	Упражнения на ориентировку в пространстве	12	42	54	Открытое занятие
3.1.	Движения по линии танца и диагональ класса	6	21	27	
3.2.	Упражнения на улучшение гибкости	6	21	27	
4.	Ритмико-гимнастические упражнения	11	44	55	Мини-концерт в д\о
4.1.	Ходьба и бег	6	24	30	
4.2.	Задача – развитие координации, памяти и внимания	5	20	25	
5.	Творческая мастерская Промежуточная аттестация	6	40	46	Участие в мероприятиях, концертах
5.1.	Постановка танца: Полька «Приглашение».	6	30	36	
5.2.	Репетиционный блок -прогонные репетиции -генеральные репетиции	-	10	10	

6.	Итоговое занятие Итоговая аттестация	1	1	2	Открытый, отчетный урок
	Итого:	45	171	216	

Содержание программы 1 года обучения «Стартовый» уровень

1. Вводное занятие

Учащиеся знакомятся с предметом «Ритмика».

Беседа о целях и задачах, правилах поведения на уроках ритмики, о форме одежды для занятий.

Практика: Игра «Давайте познакомимся». Подбор репертуара. Составление расписания.

2. Основы хореографии

1. Поклон

2. Обучающиеся знакомятся со следующими понятиями:

- положения головы;
- позиции ног;
- позиции рук;
- позиции в паре.
- точки класса;

Для ориентации лучше всего использовать схему, принятую А.Я. Вагановой. Это – квадрат, который условно делит зал на восемь равных треугольников. Ц - положение ученика, точки 1 – 8, располагающиеся по ходу часовой стрелки, - это возможные направления поворотов корпуса или движений в пространстве.

При изучении элементов бального и народного танца целесообразно познакомить детей еще с одной схемой – круг, линия танца. Движение танцующих по кругу против часовой стрелки называется «по линии танца», по часовой стрелке – «против линии танца».

3. Упражнения на ориентировку в пространстве

Движения по линии танца и диагональ класса:

- на носках, каблуках;
- на носках (техника хороводного шага);
- шаги с вытянутого носка (простой танцевальный шаг);
- маршевый шаг;
- перекаты стопы;
- высоко поднимая колени «Цапля»;
- выпады;
- ход лицом и спиной;
- бег с подскоками;
- шаг польки;

- галоп боком, лицом и спиной, в центр и со сменой ног.

Упражнения на улучшение гибкости:

- наклоны вперед, назад, в стороны, круговые движения;
- ноги во II свободной позиции, наклоны вперед, кисти на полу;
- ноги в VI позиции, наклоны вперед, кисти на полу;
- сидя на полу, наклоны вправо, влево, вперед;
- сидя на полу в парах, наклоны вперед;
- «бабочка»;
- «лягушка»;
- полу шпагат на правую ногу, корпус прямо, руки в стороны;
- полу шпагат на левую ногу, корпус прямо, руки в стороны;
- полу шпагат на правую ногу, руки на пояс, корпус назад;
- полу шпагат на левую ногу, руки на пояс, корпус назад;
- шпагат продольный на правую ногу, корпус стремиться положить на ногу вперед, руки тянуться к носочку правой ноги;
- шпагат продольный на левую ногу, корпус стремиться положить на ногу вперед, руки тянуться к носочку левой ноги;
- лежа на спине на полу, поочередное, медленное поднятие прямой ноги, с сильно натянутым носочком (стремиться тянуть ножку к носу);
- «кошечка»;
- «рыбка».

4. Ритмико-гимнастические упражнения

Ходьба и бег: с высоким подниманием колен перед собой, с выбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка, бег с откидыванием ног назад с натянутым носочком достать до ягодицы, бег на счет и 1, и 2, и 3, соскок на 2 ноги.

Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Перекрестное поднятие и опускание рук. Одновременные движения правой руки вверх, левой – в сторону, правой руки – вперед, левой – вверх. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных раздражителях, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки.

Задача – развитие координации, памяти и внимания, развитие образного мышления, умения “читать” движения, увеличение степени подвижности суставов и укрепление мышечного аппарата.

Примерные упражнения:

- наклоны головы вправо, влево, вперед, назад, круговые движения;
- вытягивание шеи вперед из стороны в сторону;
- подъем и опускание плеч (поочередно правого, левого и синхронно обоих);
- круговое движение плечами вперед и назад поочередно правого и левого;
- наклоны корпуса вперед, назад, вправо, влево;
- повороты корпуса вправо, влево, круговые движения;
- движения рук «волна»;
- подъем рук через стороны вверх и опускание вниз;
- то же, с вращением кистей в одну и в другую сторону;
- подъем рук через плечи вверх, вниз, вправо, влево;
- работа бедер вправо, влево, круг, «восьмерка», повороты;
- пружинка на месте по VI позиции;
- перенос веса тела с одной ноги на другую;
- упражнения на развороты стоп из VI позиции в I (полуповоротную) поочередно правой и левой, затем одновременно двух стоп.

1. Упражнения с детскими музыкальными инструментами

Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Упражнение для пальцев рук на детском пианино. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Упражнение для пальцев рук на детском пианино. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе.

Отрабатываются разновидности шагов.

2. Постановка танца: Полька «Приглашение».

3. Игры под музыку

1. Игра «Гуси»:

- шаги на месте;
- шаги с остановкой на каблук;
- шаги по точкам (I, III, V, VII);
- приставные шаги.

Можно исполнить в народном характере. Схема остается та же, только вместо

приставных шагов исполняется «гармошка».

2. Игра «Слоник»:

- шаг приставка, руками «нарисовать» уши;
- шаг назад, руки вытянуть вперед вверх;
- пружинка на месте, в стороны;
- пружинка назад;
- колено, локоть;

- прыжки.

Дается задание детям «нарисовать» любимое животное. Таким образом выявляются творческие способности учащихся, их воображение и мышление.

3. Комбинация «Ладочки»

Дети двигаются по кругу простым танцевальным шагом с носочка хлопая в ладошки на сильную долю, останавливаются и поворачиваются лицом в круг, выполняют 8 хлопков (по два хлопка около правого ушка и левого ушка.) С правой ноги, с носочка двигаются в центр круга, так чтобы дети оказались все рядом образуя ровный внутренний кружок. Выполняют хлопок перед собой и разводя руки в стороны одновременный хлопок с соседом справа и слева. Начиная с левой ноги выполняют шаг назад, вернувшись на прежнее место большого круга выполняют 8 хлопков по сторонам. И все начать сначала.

Далее комбинация усложняется. К хлопкам добавляются притопы.

8. Импровизация

9. Танцевальные упражнения

Отрабатываются разновидности шагов.

1. Танец «Стирка»

Имитируется процесс стирки белья.

- два шага вправо, два шага влево, стираем;
- полощем;
- выжимаем;
- развешиваем;
- устали.

2. Танец «Лимбо»

- приставные шаги вперед-назад;
- приставной шаг вперед, два кик вперед, приставной шаг назад;
 - приставной шаг вперед, два кик вперед и два хлопка, приставной шаг назад, поворот.

Движения повторяются по четырем точкам (1, 3, 5, 7).

10. Постановка танца: Полька «Приглашение»

11. Урок-смотр знаний

Проводится в конце учебного года.

Учебный план

2 год обучения «Базовый» уровень

№	Название разделов и тем	Количество часов			
		Теория	Практика	Всего	Форма аттестации
1.	Введение	1	1	2	

2.	Ритмика	10	46	56	Игровое занятие.
2.1.	Элемент музыкальной грамотности	2	4	6	
2.2.	Музыкально игровое творчество	4	21	25	
2.3.	Построения и перестроения	4	21	25	
3.	Танцевальная азбука	10	46	56	Открытое занятие
3.1.	Позиции рук и ног	4	10	14	
3.2.	Элементы экзерсиса у станка, партерная гимнастика	6	36	42	
4.	Танцевальные движения, игры	8	38	46	Мини-концерт в д\о
4.1.	Отработка танцевальных движений	6	24	30	
4.2.	Импровизация, игры	2	14	16	
5.	Творческая мастерская Промежуточная аттестация	8	46	54	Участие в районных концертах
5.1.	Постановка, изучение - танец «Русские узоры»	6	31	37	
5.2.	Репетиционный блок -прогонные репетиции -генеральные репетиции	2	15	17	
6.	Итоговое занятие Итоговая аттестация	1	1	2	Отчетный концерт
	Итого:	38	178	216	

Содержание программы 2 год обучения

1. Введение

Знакомство с педагогом, классом, предметом «Ритмика». Беседа о целях и задачах, правилах поведения на уроках ритмики, технике безопасности, о форме одежды для занятий.

Практика: Игра «Давайте познакомимся». Подбор репертуара. Составление расписания.

2. Ритмика.

2.1. «Элементы музыкальной грамотности»

Ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными произведениями;

- характер музыки: весело-грустно, мягко-остро;
- темп музыки - медленно-быстро-умеренно;
- динамика - тихо-громко;

Практика: Игры («Делай как я»), танцевальные миниатюры, зарисовки.

2.2. «Музыкально-игровое творчество»

- знакомство и работа с ритмом в музыкальном размере $\frac{3}{4}$;
- знакомство и работа с ритмом в музыкальном размере $\frac{4}{4}$;
- умение передавать ритмический рисунок мелодии;
- умение повторять любой ритм, заданный педагогом.

Практика: Простейшие хлопки, притопы, хлопки-притопы, работа с мячом в размере $\frac{3}{4}$ индивидуально и в парах (подбросить поймать, перекатить – поймать), работа с мячом: удары об пол в различных ритмических рисунках, в сочетаниях с подбрасыванием мяча или выполнять упражнения с другими детскими инструментами.

Выполнять в игровых движениях различные нюансы музыки.

2.3. «Построения и перестроения»

- построение в круг;
- перестроение в два круга, в три и четыре круга;
- перестроение из четырех кругов в один круг;
- построение в линию;
- построение в две линии;
- движение по диагонали;
- движение «Расческа» и др.

Практика: упражнения и игры на ориентацию в пространстве, ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга...

3. Танцевальная азбука.

3.1. «Позиции рук и ног»

- позиции рук 1, 2, 3, 4, 5 и выворотных положений ног;
- постановка корпуса;

Практика: выполнение заданий и самостоятельное составление композиций с использованием знаний о позициях рук и ног (различные переходы из одной позиции ног в другую со сменой позиций рук).

3.2. «Элементы экзерсиса у станка, партерная гимнастика».

Экзерсис у станка:

- понятие «экзерсис», основных упражнений у станка («demi - plie», «grand - plie», «releve», «battement tendu», «battement tendu jette», «ronde - jambe - par - terre», «battement fondu», «battement developpe», « grand battement jette», «por-de-bras»)

Практика: выполнение тренировочных упражнений у станка:

- «demi-plie», «grand – plie» и «releve» по 1, 6 позициям,
- «battement tendu» в сторону по 1 позиции;
- «battement tendu jette» в сторону по 1 позиции;
- «ronde – jambe – par - terre» круг ногой по полу из 1 позиции (андеор - круг вперед; андедан – круг назад);
- «battement fondu», «battement developpe» из 1 позиции в сторону;
- « grand battement jette» из первой позиции в сторону;
- перевод ноги с носка на пятку;
- «por-de-bras» - наклоны корпуса;
- упражнения для плечевого пояса, шеи и головы, стопы.

Партерная гимнастика

- понятие «партерной гимнастики» и основных упражнений.

Практика:

- выполнение упражнений партерной гимнастики;
- работа стопы;
- наклоны корпуса вперед сидя;
- упражнения на укрепление позвоночника и косых мышц спины по системе стретчинга;
- простейшие упражнения на развитие координации (руки - ноги, синхронно и последовательно).

4. Танцевальные движения, игры.

4.1. «Отработка танцевальных движений»

- танцевальные движения народного характера и элементы современного и бального танца;

Практика:

- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой;
- топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;
- хлопки;
- упражнения с атрибутами (мяч, зонтик)
- простые танцевальные движения (шаг, прыжок, подскок, галоп).

4.2. «Импровизация, игры»

- понятия «импровизация», «фантазия», «воображение»;

Практика:

- творческая деятельность на развитие фантазии и воображения;
- знакомство с играми;
- игры «Ручеек», «Делай как я», «Зеркало», «Кошки – мышки»
- танцевальные комбинации на развитие воображения и фантазии.

5 Творческая мастерская.

5.1. «Постановка, изучение танца»

- сообщение о цели, истории танца, разработка эскиза костюма.

Практика:

- танец «Русские узоры» (разучивание движений, рисунка, постановка).

5.2. «Репетиционный блок»

Практика:

- прогонные репетиции;
- синхронно-грамотное исполнение танцев и танцевальных композиций.

6. Итоговое занятие

- подведение итогов;

Практика: отчетное выступление.

1.4 Планируемые результаты

К концу первого года обучения учащиеся должны.

Личностные результаты.

Развито чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств. Реализация творческого потенциала в процессе занятий; позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

Метапредметные результаты.

- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- целеустремленность и настойчивость в достижении цели

Предметные:

Учащиеся должны уметь:

- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент,
- слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз.
- четко, организованно перестраиваться,
- быстро реагировать на приказ музыки.

Коммуникативные:

Уметь:

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- реагировать на начало музыки и её окончание, а также ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать в ладоши, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах, владеть простейшими навыками игры с мячом;
- двигаться по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу в рассыпную и собираться в круг или в линию;
- выполнять элементы партерной гимнастики классического экзерсиса у станка;

- исполнять основные упражнения на середине зала.

Знать:

- правила постановки корпуса
- позиции ног и рук классического танца
- названия основных танцевальных движений и элементов;
- терминологию партерной гимнастики;
- терминологию классического экзерсиса;
- правила гигиены тела, тренировочной одежды;

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Календарный учебный график

1 год обучения «стартовый» уровень

№	Месяц	Чи сло	Форма занятий	Кол -во час ов	Тема занятия	Форма контроля
1.			беседа	2	Вводное занятие. Основные правила поведения в танцевальном классе, правила техники безопасности.	опрос
2.			Беседа практика	10	Основы хореографии. Основные танцевальные термины. Элементы музыкальной грамоты.	опрос практика
			практика	10	Основы хореографии. Развитие музыкальности.	практика
			практика	12	Основы хореографии. Развитие ритмического восприятия.	практика
			практика	10	Основы хореографии. Постановка корпуса. Партер.	практика.
			практика	15	Основы хореографии. Музыкальные игры и танцевальные этюды.	практика
3.			практика	14	Упражнения на ориентировку в	практика

					пространстве. Танцевальная азбука.	
			практика	14	Упражнения на ориентировку в пространстве. Разучивание позиций.	практика
			практика	12	Упражнения на ориентировку в пространстве. Наклоны, выпрямления и повороты	практика
			практика	10	Упражнения на ориентировку в пространстве. Построения и перестроения.	практика
			практика	4	Упражнения на ориентировку в пространстве. Игры под музыку. Имитационные упражнения.	
4.			практика	10	Ритмико-гимнастические упражнения. Ходьба и бег. Что такое шаг? Основные простые шаги.	практика
			практика	10	Ритмико-гимнастические упражнения. Ходьба и бег. Ходьба в пространстве класса со сменой темпа и настроения.	практика
			практика	10	Ритмико-гимнастические упражнения. Ходьба и бег. Простые виды танцевального бега.	практика
			практика	12	Ритмико-гимнастические упражнения. Партер, постановка корпуса на полу, упражнения на силу, гибкость, натянутость коленей и носочков ног, растяжки сидя и лежа.	практика
			практика	13	Ритмико-гимнастические упражнения. Партер. Изучение классического экзерсиса на полу. Игры под музыку. Характер музыки.	практика

5.			практика	2	Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Постановка рук. Ритмический рисунок.	практика
			практика	10	Постановка танца: Полька «Приглашение». Знакомство с музыкой. Разучивание основных движений танца: шаг польки, подскоки, галоп, пружинка.	практика
			практика	12	Постановка танца: Полька «Приглашение». Проучивание первой половины танца. Импровизация – игра.	практика
			практика	12	Постановка танца: Полька «Приглашение». Проучивание второй половины танца. Импровизация – игра.	практика
			практика	7	Полька «Приглашение». Отработка танца.	практика
			практика	3	Полька «Приглашение». Прогон танца. Нарботка техники.	практика
6.			практика	2	Итоговое занятие. Выступление.	практика
				216	Итого:	

Календарно - тематическое планирование

2 год обучения «базовый» уровень

№	Ме - сяц	Чи сло	Форма занятий	Кол - во часов	Тема занятия	Форма контроля
1.			Беседа	2	<u>Вводный урок.</u> Внешний вид учащихся. Проведение инструктажа по ТБ в хореографическом	Опрос

					зале до, во время, после занятия. Игра: «Давайте познакомимся».	
2.			Беседа практика	2 4	<u>Ритмика</u> . Элементы музыкальной грамотности. Настроение и характер музыки.	диалог практика
			беседа практика	2 10	Музыкально-игровое творчество. Знакомство и работа с ритмом в музыкальном размере $\frac{3}{4}$, $\frac{4}{4}$ / Ритмический рисунок мелодии. Умение повторять любой ритм, заданный педагогом другими детскими инструментами.	опрос практика
			беседа практика	2 11	Музыкально-игровое творчество. Игровые движения в различных нюансах музыки.	практика практика
			беседа практика	4 10	Построения и перестроения. Закрепление понятий «рисунок», «диагональ», «шеренга», «перестроение расческа» и др. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга ...	диалог практика
			практика	11	Построения и перестроения. Упражнения и образные игры на ориентацию в пространстве. (Игра «Бусинки», «Коршун и цыплята») Коллективно – порядковые упражнения: « В круг»	

3.		беседа практика	4 10	<u>Танцевальная азбука.</u> Позиции ног. Выворотность. Положения рук классического танца. Танцевальные комбинации.	практика
		объяснение, показ практика	2 8	Элементы экзерсиса у станка. -Основные понятия экзерсиса. Изучение и отработка основных упражнений у станка: «demi - plie», «grand – plie», «releve», «battement tendu», «battement tendu jette» по 1 позиции со сменой темпа	практика практика
		объяснение, показ практика	2 8	Элементы экзерсиса у станка. Основные понятия. Отработка выученного. Изучение и отработка основных упражнений у станка: «ronde – jambe – par - terre» круг правой, левой ногой по полу по 1 позиции ног; «battement fondu», «battement developpe» в сторону по 1 позиции со сменой темпа.	практика
		объяснение, показ практика	2 10	Элементы экзерсиса у станка. Основные понятия. Отработка выученного материала. Изучение и отработка основных упражнений у станка: « grand battement jette» по 1 позиции в сторону, «por-de-bras» по 1 позиции вперед, назад, вправо, влево со сменой темпа.	

			практика	10	<p>Упражнения экзерсиса на полу.</p> <p>Партерная гимнастика -понятие «партерной гимнастики» и основных упражнений.</p> <p>Практика:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнения для плечевого пояса, шеи и головы, стопы. - выполнение упражнений партерной гимнастики; - работа стопы; - наклоны корпуса вперед сидя; - упражнения на укрепление позвоночника и косых мышц спины по системе стретчинга; - простейшие упражнения на развитие координации (руки - ноги, синхронно и последовательно). 	практика
4.			Объяснение показ практика	3 12	<p><u>Танцевальные движения, игры.</u></p> <p>Танцевальные движения и элементы народного танца. Танцевальные комбинации.</p>	практика

			Объяснение показ практика	3 12	Танцевальные движения и элементы современного бального танца. Танцевальные комбинации.	практика практика
			беседа практика	2 14	<u>Импровизация, игры.</u> Понятия «импровизация», «фантазия», воображение» Творческая деятельность на развитие фантазии и воображения. Игры: «Ручеек», «Делай как я», «Зеркало», «Кошки – мышки». Танцевальные комбинации на развитие воображения и фантазии	диалог практика
5.			объяснение показ практика	2 11	<u>Творческая мастерская.</u> Постановка танца: «Русские узоры». Знакомство с музыкой. Разучивание основных движений танца: танцевальный шаг с точкой, «молоточки», быстрый русский бег с продвижением вперед и назад, приставной шаг в сторону с притопами, «моталочка», «коврялочка», «гарошка» на месте и в продвижении, прыжок с согнутыми от колена назад ногами и ударами по голенищам.	практика практика

		объяснение показ	2	<u>Творческая мастерская.</u> Постановка танца: «Русские узоры».	практика
		практика	10	Разучивание и отработка комбинаций первой половины танца Разучивание рисунка танца. Соединение комбинаций с музыкой.	практика
		объяснение показ	2	<u>Творческая мастерская.</u> Постановка танца: «Русские узоры».	
		практика	10	Разучивание и отработка комбинаций второй половины танца Разучивание рисунка танца. Соединение комбинаций с музыкой.	
		практика	2	Проверка теоретических и практических знаний по пройденному материалу	опрос практика
		практика	10	Повторение, отработка пройденного материала. Танец «Русские узоры» Отработка движений, рисунка, синхронности.	
		практика	5	Повторение, отработка пройденного материала. Танец «Русские узоры». Прогоны танца. Наработка техники.	практика
6.		практика	1	Выступление на концерте	практика
		практика	1	Контрольный урок	практика
		Итого:	216		

2.2 Условия реализации программы

Материально-техническое оснащение. Требования к помещению:

1. Танцевальный класс для занятий должен быть достаточно просторным (не менее 40 кв. метров), оборудованный хореографическими станками и зеркалами.
2. Качественное освещение в дневное и вечернее время.

3. Покрытие пола ровное, не скользкое. Запрещается заниматься на каменном полу, наиболее подходящее покрытие пола - специальное танцевальное покрытие или

4. Для выполнения упражнений на полу необходимо иметь индивидуальный коврик, мячи, скакалки, зонтики, ленты.

5. Температура в помещении должна быть не выше +18...+20 градусов, помещение должно хорошо проветриваться.

6. Форма для занятий - легкая спортивная (гимнастический купальник для девочек, футболка с трикотажными шортами для мальчиков), на ногах мягкие балетные туфли, волосы собраны в пучок.

Дидактический и раздаточный материал: на занятиях используются учебно-методические плакаты с изображением основных поз и позиций классического и народного танца; «мимические» таблицы. Кроме того, на занятиях используются шумовые инструменты: бубны, погремушки, звоночки и т.д. В качестве раздаточного материала могут быть использованы платочки, скакалки, ленты и др.

Техническое оснащение: парт-1 шт., стол-3 шт., стул-16 шт., шкаф-2 шт., тумбочка -2 шт., телевизор-1 шт., музыкальный центр -1шт., ноутбук -1 шт.

Кадровое обеспечение: Педагогическая деятельность по реализации дополнительных общеобразовательных программ осуществляется лицами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование (в том числе по направлениям, соответствующим направлениям дополнительных общеобразовательных программ, реализуемых организацией, осуществляющей образовательную деятельность) и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам.

2.3 Формы аттестации и оценочные материалы

Практический тест по разделу «Музыкальная грамота».

Контрольный срез на знание танцевальных терминов.

Творческий рассказ на тему «Откуда ты, танец?».

Творческие игры на воображение и фантазию: «Снеговик», «Росток», «Тряпичная кукла и оловянный солдатик», «Сахар». Импровизация под музыку.

Промежуточная аттестация.

Фиксирование результатов, результаты аттестации отражаются в картах наблюдения физической активности учащихся.

2.4 Методические материалы

В каждом ребенке в большей или меньшей степени заложена потребность в движении, в танце. Основная педагогическая задача – активизировать и поддержать эту потребность. «Добывая» музыкальные знания, ребенок осуществляет мыслительные действия, которые позволяют ему повторить открытия, когда-то уже совершенные. В данном процессе происходит «присвоение» знаний, которые становятся духовным капиталом ребенка.

В процессе обучения ребенок открывает для себя свойства музыкального звука (тембр, длительность, высоту, громкость); познает двигательные способности своего тела. Учебная работа по восприятию данных качеств звука развивает музыкальные способности ученика, метроритмическое чувство. И, как результат развития этих способностей, - формирование навыков движения под музыку.

Программа имеет своей целью адаптировать относительно сложные музыкальные и хореографические понятия к младшему школьному возрасту; сформировать навыки исполнения различных танцев, обогатить познания ребенка об окружающем мире представлениями о хореографическом искусстве. Поскольку речь идет о групповых занятиях, предпочтение отдается методике игрового сотрудничества.

Музыкальное сопровождение урока является основой музыкально-ритмического воспитания и влияет на развитие музыкальной культуры учащихся. Музыкальное оформление должно быть разнообразным и качественно исполненным. Произведения должны быть доступными для восприятия детей, ясными по фактуре, жанру, стилю, разнообразными по характеру и мелодическому содержанию.

На занятиях используется:

- классическая музыка,
- народная музыка,
- музыка в современных ритмах

2.5 Список литературы

1. Антропова Л.В. Теория и методика преподавания классического танца.- Орел:
2. Горский В.А. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование – М. Просвещение, 2010.Барышникова Т. Азбука хореографии. - С-Пб., 1996 .
3. Митрохина Л.В. Основы актерского мастерства в хореографии.- Орел: ОГИИК, 2001.
4. Роот З. Танцы в начальной школе. – М.: Айрис-пресс, 2006.
5. Мошкова Е.И. Ритмика и бальные танцы. Программа для общеобразовательных учреждений – М., «Просвещение», 1997.
6. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу. Развитие художественно-творческих способностей детей 4-7 лет средствами ритмики и хореографии. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области. – М.: Издательский дом «Один из лучших», 2008.
7. Белибихина Н. А., Королева Л. А. Организация дополнительного образования в школе. Планирование, программы, разработки занятий – Волгоград: «Учитель», 2009.
8. Шутиков Ю. Н. Учебно – методические рекомендации по организации работы с целым классом в начальной школе по ритмике, ритмопластике и бальным танцам – С.Петербург, 2006.
9. Шернев В.Г. От ритмики к танцу – М.: Один из лучших, 2008.
10. Бекина С. Музыка и движение - М., 1983.
11. Алексеева Л.Н. Танцы для детей – М., 1982.
12. Первова О. А. Программа курса внеурочной деятельности спортивно – физкультурного направления «Ритмика».
13. Пуртова Т. В. Учите детей танцевать – М.: Век информации, 2009.
14. Фирилева, Ж. Е., Сайкина, Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ» Танцевальная – игровая гимнастика для детей [Текст]: учебно – методическое пособие для

педагогов дошкольных и школьных учреждений / Ж. Е. Фирилева, Е. Г. Сайкина. – СПб: ДЕТСТВО - ПРЕСС, 2007. – 352 с.