

Министерство образования и науки Тамбовской области

Тамбовское областное государственное бюджетное образовательное  
учреждение дополнительного образования  
«Центр развития творчества детей и юношества»

Рассмотрена и рекомендована  
к утверждению Экспертно-методическим советом  
ТОГБОУ ДО «Центр развития творчества  
детей и юношества»  
протокол от 28.08.2024 г. № 4

«Утверждаю»  
директор ТОГБОУ ДО  
«Центр развития творчества  
детей и юношества»  
\_\_\_\_\_ И.А. Долгий  
приказ от 29.08.2024 г. № 392

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«Современные танцы»**

Возраст учащихся: 5-7 лет  
Срок реализации: 3 года

**Автор - составитель:**  
Леонова Кира Владимировна,  
педагог дополнительного образования

Тамбов, 2024

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ТАМБОВСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
"ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА", Долгий Иван  
Анатольевич, Директор

18.09.24 14:21  
(MSK)

Сертификат 1DD0C5486BF864042688F1D5BA764A65

## ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

<b>1. Учреждение</b>	Тамбовское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Центр развития творчества детей и юношества»
<b>2. Полное название программы</b>	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Современные танцы»
<b>3. Сведения об авторах:</b>	
<b>3.1. Ф.И.О., должность</b>	<b>Леонова Кира Владимировна</b> - педагог дополнительного образования
<b>4. Сведения о программе:</b>	
<b>4.1. Нормативная база</b>	<p>Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об Федеральном законе от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;</p> <p>распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;</p> <p>приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (ред. от 21.04.2023);</p> <p>распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;</p> <p>приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;</p> <p>письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.);</p> <p>постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;</p> <p>постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685 - 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для</p>

	человека факторов среды обитания» (разд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»); Устав ТОГБОУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества»
<b>4.2. Область применения</b>	дополнительное образование
<b>4.3. Направленность</b>	художественная
<b>4.4. Вид программы</b>	общеразвивающая
<b>4.5. Уровень освоения</b>	ознакомительный
<b>4.6. Возраст учащихся по программе</b>	5 – 7 лет
<b>4.7. Продолжительность обучения</b>	3 года

## **№ 1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»**

### **Пояснительная записка**

Программа носит художественную направленность. Программа является собой ознакомительный модуль, за которым последуют занятия по программе «Современная хореография».

**Актуальность** данной программы заключается в том, что современная хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребёнка, формирует его художественное «я».

**Новизна** данной программы в том, что музыкально-ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональностью, возможностью активно выразить своё отношение к музыке в движении. Учитывая возрастные особенности детей, их запросы и интересы занятия хореографией проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальным играм, импровизации. В музыкальных играх, создавая тот или иной образ, дети слышат музыку и передают в движении разнообразные чувства. Приобретения знаний и навыков носит творческий характер, что позволяет ученикам повысить уровень творческих способностей. Главным основанием для построения программы является принципы дифференциации и индивидуализации, что позволяет создать условия, способствующие развитию детей с разными образовательными возможностями и потребностями.

**Отличительные особенности** организации занятий по данной программе: модульный принцип, игровая форма проведения занятий. Большое внимание во время занятий уделяется эмоциональной составляющей учащихся. Синтез двух образовательных программ – ещё одна особенность программы, т.к. после её прохождения учащиеся будут переведены на программу «Современная хореография», которая имеет базовый и углубленный уровень освоения.

### **Адресат программы**

Программа адресована учащимся дошкольного возраста. По данной программе могут заниматься склонные к танцевальной деятельности физически здоровые дети, имеющие заключение врача о допуске к занятиям хореографией. На ознакомительный уровень дети принимаются в свободной форме. При приёме проводится начальная диагностика: у детей проверяются специальные танцевальные данные (музыкальный слух, чувство ритма, выворотность, танцевальный шаг, гибкость).

**Старший дошкольный возраст** – это важный период, который начинается в пять лет и завершается к семи годам. Большую значимость для детей 5-7 лет приобретает общение между собой. Именно в этот период зарождается детская дружба. Ведущей деятельностью остаётся сюжетно-

ролевая игра, в которых дошкольники осваивают сложные взаимодействия людей. Танцевальные игры в этот период как раз стимулируют детей к общению и контакту друг с другом и с окружающими людьми.

### **Состав группы**

Группы формируются смешанные, разных возрастных категорий и являются постоянным составом объединения. Наполняемость групп не менее 17 учащихся. Основной формой организации учебного процесса является групповое занятие.

### **Объем и срок освоения программы**

Срок реализации 3 года. Программа имеет стартовый уровень освоения. Количество часов, запланированных на каждый год обучения – 144. Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения и необходимых для освоения программы – 432.

**Форма обучения** - очная.

### **Режим занятий**

Учебные занятия установлены с учётом возрастных особенностей и допустимой нагрузки. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа (30+30 минут с перерывом 10 минут).

### **Особенность организации образовательного процесса**

В группы первой ступени обучения (ознакомительный уровень) принимаются по желанию все дети дошкольного возраста, не зависимо от уровня музыкальных способностей и подготовленности. Результаты обязательной входной диагностики, включающей проверку музыкального слуха, чувства ритма и выворотности, не влияют на зачисление в коллектив, но важны для выстраивания дальнейшей индивидуальной образовательной траектории развития учащегося.

В рамках программы большое внимание уделяется **воспитательной работе** с учащимися: формирование гражданской идентичности и патриотических чувств, педагогическое сопровождение социального и профессионального выбора, приобретение нового социального опыта, овладение нормами общественной жизни, приобщение к культурному наследию (см. Приложение 3).

**Цель данной программы** - развить музыкально-ритмические и танцевальные движения на занятиях современной хореографией.

## **Содержание программы**

### **Первый год обучения**

#### **Задачи:**

*образовательные:*

познакомить с танцевальной терминологией;

научить исполнять танцевальные элементы, этюды;

сформировать правильную осанку путём выполнения специальных упражнений;

обучить ориентироваться в пространстве, двигаться по линии, диагонали, кругу;

*развивающие:*

выявлять и развивать творческие способности;

развивать основные физические качества: силу, гибкость, выносливость и ловкость;

развивать психические процессы (восприятие, память, мышление, речь, воображение, эмоции и т.д.);

*воспитательные (личностные):*

воспитывать нравственные качества (смелость, ответственность, решительность, коллективизм, доброта);

приобщить детей к здоровому образу жизни и гармонии тела;

воспитывать дисциплину, трудолюбие, самостоятельность, целеустремлённость в достижении поставленной цели.

### Учебный план

№ п/п	Название разделы, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
	Вводное занятие	2	1	1	Беседа
<b>I</b>	<b>Раздел «Начальная диагностика»</b>	<b>10</b>	<b>3</b>	<b>7</b>	Контрольные упражнения
1.1	Проверка хореографических данных	5	1	4	
1.2	Техника безопасности в зале	2	2	-	
1.3	Введение в образовательную программу	3	2	1	
<b>II.</b>	<b>Раздел «Упражнения на середине зала»</b>	<b>35</b>	<b>6</b>	<b>29</b>	Открытое занятие
2.1	Разминка по кругу	10	1	9	
2.2	Разминка по диагоналям	20	3	17	
2.3	Прыжки	5	2	3	
<b>III.</b>	<b>Раздел «Ритмика»</b>	<b>50</b>	<b>10</b>	<b>40</b>	Открытое занятие
3.1	Упражнение для развития голеностопного сустава	25	5	20	
3.2	Элементы stretch - характера	10	2	8	
3.3	Упражнения сидя на полу	15	3	12	
<b>IV.</b>	<b>Раздел «Музыкально – игровое творчество»</b>	<b>20</b>	<b>5</b>	<b>15</b>	Психологический тест

4.1	Развивающие игры	10	2	8	
4.2	Игры, содержащие танцевальные элементы	7	2	5	
4.3	Метро – ритмические способности	3	1	2	
<b>V.</b>	<b>Раздел «Танцевальная мозаика»</b>	<b>25</b>	<b>5</b>	<b>20</b>	Собеседование
5.1	Этюды	5	1	4	
5.2	Понятие рисунок танца	8	2	6	
5.3	Танцевальные элементы	12	2	10	
	Итоговое занятие	2	-	2	Отчетный концерт
<b>Итого:</b>		<b>144</b>	<b>30</b>	<b>114</b>	

### Содержание учебного плана

Вводное занятие

*Теория:* Введение в образовательную программу.

*Практика:* Знакомство с залом.

#### I. Раздел «Начальная диагностика»

1.1. Тема «Проверка хореографических данных»

*Теория:* Тест психологический.

*Практика:* Первичная диагностика по контрольным упражнениям, проверка хореографических данных, навыков и умений.

1.2. Тема «Техника безопасности в зале»

*Теория:* беседа - инструкция «Требования к одежде, обуви, правила поведения во время занятий».

1.3. Тема «Введение в образовательную программу»

*Теория:* Знакомство с целями и задачами первого года обучения.

*Практика:* Освоение начальных хореографических элементов.

#### II. Раздел «Упражнения на середине зала»

2.1. Тема «Разминка по кругу»

*Теория:* Назначение разминки, последовательность выполнения. Понятия «ровная спина», «вытянутая стопа».

*Практика:* Выполнение упражнения шаг с носка, шаг на полупальцах и на пятках; упражнение - галоп (лицом в круг и спиной); выполнение упражнений - подскоки и лёгкий бег.

2.2. Тема «Разминка по диагоналям»

*Теория:* Освоение методики исполнения элементов.

*Практика:* Выполнение упражнений «ножницы» для развития голеностопа; выполнение упражнения «лошадки»; упражнения для

укрепления мышц спины «гуси»; выполнение упражнений для эластичности мышц «треугольнички».

### 2.3. Тема «Прыжки»

*Теория:* Понятие «сосулька» в воздухе. Освоение техники исполнения.

*Практика:* Выполнение трамплинных прыжком с 2х ног на 2; выполнение прыжка «мячики» для укрепления мышц спины.

## III. Раздел «Раздел «Упражнения на середине зала»

### 3.1. Тема «Упражнение для развития голеностопного сустава»

*Теория:* Понятие «стержень» во время исполнения движений.

*Практика:* Изучение 1 и 6-ой позиции ног; упражнения на устойчивость, развитие координации (упражнение «цапля»); упражнения на развитие эластичности стопы: полупальцы, перекаты, приседания.

### 3.2. Тема «Элементы stretch -характера»

*Теория:* Освоение методики и техники безопасности.

*Практика:* Выполнение stretch (стрейч) растягивание: в сторону, через бок, flat back (флэт бэк– плоская стена); наклоны: flat back и наклон к ноге: вперёд и назад.

### 3.3. Тема «Упражнения сидя на полу»

*Теория:* Освоение методики исполнения комбинаций.

*Практика:* Выполнение упражнений на укрепление мышц спины; упражнения на постановку осанки; выполнение упражнений для разработки вытянутости ног в колене и в стопе; растяжение ахиллового сухожилия «складочка».

## IV. Раздел «Музыкально – игровое творчество»

### 4.1. Тема «Развивающие игры»

*Теория:* Освоение специальных возможностей – память, мышление, воображение.

*Практика:* Различные развивающие игры «птицы в клетке», «угадай, кто?».

### 4.2. Тема «Игры, содержащие танцевальные элементы»

*Теория:* Освоение характера и жанра музыки. Характер (веселый - грустный).

*Практика:* Игры, содержащие танцевальные комбинации «змейка», «паровоз», «жуки»; освоение элементов танцев в динамике

### 4.3. Тема «Метро – ритмические способности»

*Теория:* Освоение ритма и темпа музыки через музыкальные игры и упражнения.

*Практика:* Хлопковые упражнения на ритмический рисунок.

## V. Раздел «Танцевальная мозаика»

### 5.1. Тема «Этюды»

*Теория:* Объяснение правильного исполнения синхронных, переходов и рисунков.



*Практика:* Выполнение этюдов, содержащие танцевальные элементы: ход с ударом; «Ёлочка»; «Гармошка»; «Ковырялочка», с притопом.

### 5.2. Тема «Понятие рисунок танца»

*Теория:* Беседа на тему рисунок танца.

*Практика:* Выполнение основных ходов, движения и перемещений; построение рисунков номера.

### 5.3. Тема «Танцевальные элементы»

*Теория:* Понятие хореография. Зависимость движений от музыки.

*Практика:* Изучение танцевальных связок на основе изученного материала.

Итоговое занятие

*Практика:* Выступление на отчетном концерте.

## *Планируемые результаты обучения по окончании первого года обучения*

Образовательные	Будут знать танцевальную терминологию, соблюдать правила техники безопасности на занятиях; держать правильную осанку; выполнять упражнения на середине хореографического класса, ориентироваться в пространстве; двигаться по линиям, кругу
Развивающие	будут развиты основные физические качества: сила, гибкость, выносливость и ловкость; психические процессы (восприятие, память, мышление, речь, воображение, эмоции и т.д.), творческие способности
Воспитывающие	будут воспитаны: нравственные качества – смелость, ответственность, решительность, коллективизм, доброта; дисциплину, трудолюбие, самостоятельность, целеустремленность в достижении поставленной цели.

## *Содержание программы Второй год обучения*

### **Задачи:**

*образовательные:*

продолжить знакомство с танцевальной терминологией;

научить координации движений;

разучить танцевальные комбинации партерной гимнастики, танцевальные этюды на середине зала;

*развивающие:*

развивать основные физические качества: силу, гибкость, выносливость и ловкость;

развивать психические процессы: восприятие, память, мышление, речь, воображение, эмоции и т.д.;

развивать музыкально–ритмические способности;

*воспитательные:*

формировать культуру поведения в хореографическом классе, в коллективе;

воспитывать нравственные качества (смелость, ответственность, решительность, коллективизм, доброта);

прививать здоровый образ жизни.

### Учебный план

№ п/п	Название разделы, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
	Вводное занятие	2	1	1	Беседа
<b>I</b>	<b>Раздел «Упражнения на середине зала»</b>	<b>30</b>	<b>6</b>	<b>24</b>	Открытое занятие
1.1	Разминка	10	2	8	
1.2	Упражнения на координацию движений	12	2	10	
1.3	Прыжки	8	2	6	
<b>II.</b>	<b>Раздел «Партерная гимнастика»</b>	<b>40</b>	<b>8</b>	<b>32</b>	Итоговое занятие
2.1	Упражнения лежа на спине	10	3	7	
2.2	Упражнения stretch - характера	15	2	13	
2.3	Упражнения для развития отдельных групп мышц	15	3	12	
<b>III.</b>	<b>Раздел «Музыкальная грамота»</b>	<b>25</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	Тестирование
3.1	Понятие «препарасьон»	8	3	5	
3.2	Акцентные и неакцентные доли в музыке	10	3	7	
3.3	Ритм. Понятие, основные характеристики	7	4	3	
<b>IV.</b>	<b>Раздел «Музыкально – игровое творчество»</b>	<b>20</b>	<b>5</b>	<b>15</b>	Контрольные упражнения
4.1	Игры на ориентацию в пространстве	10	2	8	
4.2	Ритмическая игра «Эхо»	3	1	2	
4.3	Развивающие игры	7	2	5	
<b>V.</b>	<b>Раздел «Танцевальная мозаика»</b>	<b>25</b>	<b>7</b>	<b>18</b>	Выступление на концертах
5.1	Постановочная работа	15	2	13	
5.2	Этюдные постановки	3	1	2	
5.3	Репетиционная деятельность	7	4	3	
	Итоговое занятие	2	-	2	Отчетный концерт
Итого:		144	37	107	

## Содержание учебного плана

Вводное занятие

*Теория:* Знакомство с целями и задачами второго года обучения.  
Техника безопасности.

*Практика:* Первичная диагностика.

### I. Раздел «Упражнения на середине зала»

1.1. Тема «Разминка»

*Теория:* Освоение методики исполнения упражнений.

*Практика:* На протяжении всего 2-го года обучения сохраняется комплекс танцевальной разминки 1-го года. Усложнение упражнений, соединение в связки. Самостоятельное исполнение; изучение 2-ой позиции ног; упражнение колесо по диагоналям.

1.2. Тема «Упражнения на координацию движений»

*Теория:* Объяснение техники исполнения.

*Практика:* Руки на пояс, к плечам, вверх – обратно; координация двух центров.

1.3. Тема «Прыжки»

*Теория:* Правила исполнения.

*Практика:* Выполнение упражнений 1-го года обучения; изучение прыжка «барабанчики»; выполнение прыжков с 2х ног на 1.

### II. Раздел «Партерная гимнастика»

2.1. Тема «Упражнения лёжа на спине»

*Теория:* Освоение методики исполнения. Последовательность построения.

*Практика:* Выполнение упражнений на укрепление мышц брюшного пресса «уголок»; упражнения для выворотности бёдер «бабочка», «лягушка»; «Ёжик» - перекаты на спине (разгрузка - позвоночника).

2.2. Тема «Упражнения stretch -характера»

*Теория:* Техника безопасности. Правила исполнения.

*Практика:* Выполнение упражнений 1-го года обучения; упражнение «стрелочка» по направлению ераulement в восьмую и вторую точку танцевального класса; Выполнение шпагатов.

2.3. Тема «Упражнения для развития отдельных групп мышц»

*Теория:* Освоение техники выполнения движений.

*Практика:* Twist плеч – резкая смена направлений движения, одно плечо вперёд, другое назад, или одно вниз, другое вверх; шейк плеч – потряхивающее движение расслабленным плечевым поясом; выполнение упражнения шейк по кругу; упражнение «моторчик».

### III. Раздел «Музыкальная грамота»

3.1. Тема «Понятие «препарасьон»»

*Теория:* Лекция. Понятие «препарасьон» и значение использования в движении.

*Практика:* Определение «препарасьона» движения в различных музыкальных темпах 3/4 и 4/4.

3.2. Тема «Акцентные и неакцентные доли в музыке»

*Теория:* Строеие музыкальной речи, метроритм. Динамические оттенки (громко - тихо).

*Практика:* Выполнение подскоков с хлопком на 4-ый счёт; игры на определение акцентной доли в музыке.

3.3. Тема «Ритм. Понятие, основные характеристики»

*Теория:* Понятие ритма, темпа. Важность ритма в танце.

*Практика:* Танцевальные упражнения на развитие чувства ритма.

#### IV. Раздел «Музыкально – игровое творчество»

4.1. Тема «Игры на ориентацию в пространстве»

*Теория:* Изучение точек в пространстве.

*Практика:* Игры на ориентирование в пространстве «день ночь», «змейка»; викторина «точки в пространстве знаем мы дружно».

4.2. Тема «Ритмическая игра «Эхо»

*Теория:* Объяснение правил и техники исполнения.

*Практика:* Выстукивание хлопками различных музыкальных ритмов.

4.3. Тема «Развивающие игры»

*Теория:* Объяснение методики исполнения.

*Практика:* Выполнение игр 1-го года обучения; развивающая игра «художник».

#### V. Раздел «Танцевальная мозаика»

5.1. Тема «Постановочная работа»

*Теория:* Освоение танцевальных комбинаций. Культура исполнителя.

*Практика:* Выполнение танцевальных комбинаций; изучение хореографических постановок.

5.2. Тема «Этюдные постановки»

*Теория:* Объяснение правильного исполнения синхронных, переходов и рисунков.

*Практика:* Упражнение шаг польки; этюдные постановки на различные музыкальные темпы.

5.3. Тема «Репетиционная деятельность»

*Теория:* Техника исполнения.

*Практика:* Закрепление и отработка выученных комбинаций; основные ходы и движения; репетиционная работа репертуарного плана.

Итоговое занятие

*Практика:* Выступление на отчётном концерте.

### *Планируемые результаты второго года обучения*

Образовательные	Будут уметь выделять акцентные доли в музыке; передавать настрой музыкального материала; знать новую и помнить изученную танцевальную терминологию; научатся координировать танцевальные движения; будут знать основные танцевальные комбинации партерной гимнастики, танцевальные этюды на середине зала.
Развивающие	будут развиты основные физические качества: сила, гибкость, выносливость и ловкость; основные психические процессы: восприятие, память, мышление, речь, воображение, эмоции и т.д., а также музыкально–ритмические способности.
Воспитывающие	будет сформирована культура поведения в хореографическом классе, в коллективе; сформированы нравственные качества: смелость, ответственность, решительность, коллективизм, доброта); будут стараться вести здоровый образ жизни.

### **Содержание программы Третий год обучения**

#### **Задачи:**

##### *образовательные:*

продолжить пополнять теоретические знания по танцевальной терминологии;

продолжить изучать элементы партерной гимнастики;

изучить основные позиции ног и положения рук в классическом танце;

познакомить с основами современной хореографии;

##### *развивающие:*

развивать основные физические качества: силу, гибкость, выносливость и ловкость;

развивать психические процессы: восприятие, память, мышление, речь, воображение, эмоции и т.д.;

развивать музыкально–ритмические способности;

##### *воспитательные (личностные):*

формировать культуру поведения и общения в коллективе;

воспитывать нравственные качества (смелость, ответственность, решительность, коллективизм, доброта); прививать навыки здорового образа жизни.

### **Учебный план**

№ п/п	Название разделы, темы	Количество часов		Формы аттестации/ контроля	
		Всего	В том числе:		
			Теория		Практика
	Вводное занятие	2	1	1	Беседа - инструкция
<b>I</b>	<b>Раздел «Упражнения на</b>	<b>35</b>	<b>7</b>	<b>28</b>	Контрольные упражнения

	<b>середине зала»</b>				
1.1	Разминка	15	2	13	
1.2	Изучение основных позиций ног и рук	10	2	8	
1.3	Упражнения на координацию движений	10	3	7	
<b>II.</b>	<b>Раздел «Партерная гимнастика»</b>	<b>45</b>	<b>7</b>	<b>38</b>	Открытое занятие
2.1	Упражнения парами	10	2	8	
2.2	Элементы stretch - характера	20	3	17	
2.3	Силовые упражнения	15	2	13	
<b>III.</b>	<b>Раздел «Музыкальная грамота»</b>	<b>15</b>	<b>9</b>	<b>6</b>	Тестирование
3.1	Темп музыкального произведения	8	5	3	
3.2	Музыкальный размер	5	3	2	
3.3	Музыкально – ритмические игры	2	1	1	
<b>IV.</b>	<b>Раздел «Современный танец»</b>	<b>25</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	Викторина – собеседование
4.1	Понятие современный танец	5	5	-	
4.2	Основные виды современных танцев	10	3	7	
4.3	Перемещение на сценической площадке	10	2	8	
<b>V.</b>	<b>Раздел «Танцевальная мозаика»</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	Выступления на концертах и смотрах
5.1	Постановочная работа	10	2	8	
5.2	Репетиционная деятельность	5	1	4	
5.3	Танцевальные комбинации	5	1	4	
	Итоговое занятие	2	-	2	Отчётный концерт
<b>Итого:</b>		<b>144</b>	<b>38</b>	<b>106</b>	

### Содержание учебного плана

Вводное занятие

*Теория:* Объяснение целей и задач на 3-ий учебный год. Техника безопасности.

*Практика:* Видео просмотр танцевальных элементов.

## I. Раздел «Упражнения на середине зала»

### 1.1. Тема «Разминка»

*Теория:* Освоение техники исполнения движений.

*Практика:* На третьем году обучения сохраняется комплекс разминки второго года; Соединение движений разогрева в единые комбинации; совершенствование техники исполнения движений; выполнение поворотов по диагонали; работа на взаимодействие в парах.

### 1.2. Тема «Изучение основных позиций ног и рук»

*Теория:* Понятие опорная и рабочая нога. Методика постановки позиций. Понятие «alenge».

*Практика:* Изучение вывернутых и параллельных позиций ног; изучение позиций рук; изучение подготовительного положения рук.

### 1.3. Тема «Упражнения на координацию движений»

*Теория:* Техника исполнения.

*Практика:* Выполнение упражнений 2-го года обучения; упражнения на изоляцию трех центров.

## II. Раздел «Партерная гимнастика»

### 2.1. Тема «Упражнения парами»

*Теория:* Методика взаимодействия во время движений.

*Практика:* Стретчинг парами: Упражнение «стрелочка»; упражнение «бабочка».

### 2.2. Тема «Элементы stretch -характера»

*Теория:* Техника безопасности. Освоение методики выполнения.

*Практика:* Выполнение элементов 2-го года обучения; упражнения stretch-характера на проработку положения ноги в сторону и из положения frog-position с использованием рук; фиксируемые наклоны корпуса к ноге.

### 2.3. Тема «Силовые упражнения»

*Теория:* Освоение техники исполнения комбинации.

*Практика:* Выполнение упражнения уголок; горизонтальная «стойка» на локтях; пресс на различные группы мышц.

## III. Раздел «Музыкальная грамота»

### 3.1. Тема «Темп музыкального произведения»

*Теория:* Лекция. Темп музыкального произведения. Основные темпы в хореографии.

*Практика:* Творческие задания на определения темпа в музыке; игровые элементы на определения акцентных долей в музыке.

### 3.2. Тема «Музыкальный размер»

*Теория:* Основные музыкальные размеры. Понятие «затакт».

*Практика:* Игры, на определения затакта в музыкальном произведении; танцевальные элементы в различных музыкальных размерах.

### 3.3. Тема «Музыкально – ритмические игры»

*Теория:* Беседа о правилах и техники исполнения.

*Практика:* Игры на определение акцентных и неакцентных долей; метро – ритмическая игра «эхо».

#### IV. Раздел «Современный танец»

##### 4.1. Тема «Понятие современный танец»

*Теория:* Лекция. Представление о современной хореографии.

##### 4.2. Тема «Основные виды современных танцев»

*Теория:* Основные виды современной хореографии. Отличительные особенности.

*Практика:* Просмотр презентации; викторина «вопрос - ответ», на основе просмотренной презентации.

##### 4.3. Тема «Перемещение на сценической площадке»

*Теория:* Виды перемещений по сценической площадке.

*Практика:* Этюдные работы на рисунки танца; построение рисунков и линии перемещений на сцене.

#### V. Раздел «Танцевальная мозаика»

##### 5.1. Тема «Постановочная работа»

*Теория:* Освоение методики и техники исполнения движений.

*Практика:* Постановка хореографических композиций репертуарного плана.

##### 5.2. Тема «Репетиционная деятельность»

*Теория:* Совершенствование техники исполнения.

*Практика:* Работа над рисунками танца и перемещениями; отработка трюковых частей номера; синхронность исполнения.

##### 5.3. Тема «Танцевальные комбинации»

*Теория:* Лекция. Последовательность построения комбинации.

*Практика:* Изучение танцевальных комбинаций.

Итоговое занятие

*Практика:* выступление на отчётном концерте.

#### *Планируемые результаты третьего года обучения*

Образовательные	будут знать основные элементы современной хореографии, позиции ног и рук в классическом танце; будут исполнять элементы партерной гимнастики
Развивающие	будут развиты основные физические качества: сила, гибкость, выносливость, ловкость; разовьются психические процессы: улучшатся память, мышление, речь, воображение; разовьются музыкально-ритмические способности.
Воспитательные	сформируется культура поведения и общения в коллективе; сформируются нравственные качества (смелость, ответственность, решительность, коллективизм, доброта); будут привиты основы здорового образа жизни.



## **№ 2. «Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»**

*Календарный учебный график (приложение 1)*

Количество учебных недель – 108.

Количество учебных дней – 432.

Начало занятий групп первого года обучения – с 10 сентября, окончание занятий – 31 мая. Начало занятий групп второго и последующих годов обучения – с 1 сентября, окончание занятий – 25 мая.

Продолжительность каникул – с 1 июня по 31 августа.

### **Условия реализации программы**

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Для плодотворной и творческой работы коллектива необходимо:

1. Помещение (хореографический класс) должно быть хорошо освещённое, проветриваемое, просторное площадью не менее 40 кв.м (на 12-14 обучающихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (линолеумное покрытие), в связи с избежанием травм, так как многие элементы выполняются босыми ногами.

2. Балетные станки (палки) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трех стен, зеркала размером 7м x 2м на одной стене;

3. Очень важно на одной из стен установить зеркала. Это поможет юным танцорам проверить правильность исполнения движения, проследить за манерой и стилем исполнения, увидеть свои недостатки.

4. Наличие музыкального центра в классе;

5. Раздевалки для обучающихся и преподавателей;

6. На занятия воспитанники приходят в специальной тренировочной форме, обуви, девочки убирают волосы в пучок;

7 Костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений.

Информационное обеспечение:

1. Аудио - аппаратура;

2. Компьютер;

3. Фото - аппаратура;

4. Интернет-источники.

Кадровое обеспечение: специалист хореограф.

### **Формы аттестации**

Исходя из поставленных цели и задач, прогнозируемых результатов обучения, разработаны следующие формы отслеживания результативности данной образовательной программы:

педагогические наблюдения;

использование методов специальной диагностики, тестирования;  
беседы с детьми и их родителями;  
открытые занятия;  
концертные выступления;  
контрольные упражнения;  
отчетный концерт.

### **Оценочные материалы**

Оценка качества реализации программы «Современные танцы» включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.

Хорошей проверкой результативности обучения является самостоятельное исполнение обучающимися танцевальных номеров без помощи педагога, участие в различных конкурсах и концертах.

Каждый из видов контроля успеваемости учащихся имеет свои цели, задачи и формы.

Текущий контроль успеваемости направлен на поддержание учебной дисциплины, повышение уровня освоения текущего учебного материала. Он имеет воспитательные цели и учитывает индивидуальные психологические особенности учащихся.

Наиболее распространённой формой промежуточной аттестации учащихся являются контрольные и открытые уроки. Эти уроки направлены на выявление знаний, умений и навыков учащихся.

Итоговая аттестация определяет уровень и качество освоения образовательной программы. Экзамен по современному танцу проводится в выпускной группе (10 г.о.).

По итогам аттестации определяется уровень освоения программы «высокий», «средний», «низкий».

«Высокий» уровень: технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения; выступление (исполнение) может быть названо концертным, талантливость обучающегося проявляется в увлеченности исполнения, артистизме, своеобразии и убедительности интерпретации. Учащийся владеет танцевальной техникой, безупречен в исполнении экзерсиса у станка, танцевальных комбинаций на середине зала, имеет хороший баллон прыжка.

«Средний» уровень: отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном); владение хорошей исполнительской техникой, убедительная трактовка хореографических комбинаций, танцевальных номеров, выступление яркое, осознанное.

«Низкий» уровень: исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.; однообразное нестабильное исполнение.

## Методические материалы

Успешное решение поставленных задач на занятиях хореографией с дошкольниками возможно только при использовании педагогических принципов и методов обучения.

Принципы:

индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);

систематичности (непрерывность и регулярность занятий);

наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);

повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);

сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

*Методические приёмы:*

Игровой метод. Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является *игра*, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста.

Речь идёт не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

Наглядный метод – выразительный показ под счёт, с музыкой.

Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссёр, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребёнка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

Объяснительно-иллюстративный метод - педагог сообщает готовую информацию разными средствами, а учащиеся ее воспринимают, осознают и фиксируют в памяти.

Репродуктивный метод. Суть его состоит в повторении (многократном) способа деятельности по заданию педагога.

Метод стимулирования и мотивирования учебной деятельности. (Мотивация учебной деятельности, разного рода поощрения проделанной работы для формирования чувства ответственности, обязательств и интересов включает в себя метод стимулирования).

В работе с учащимися преподаватель должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала. Весь процесс обучения должен быть построен от простого к сложному и учитывать индивидуальные особенности ученика: интеллектуальные, физические, музыкальные и эмоциональные данные, уровень его подготовки.

В начале каждого учебного года проводится диагностирование уровня физических способностей, музыкальных данных, чувство ритма. В конце года проводятся открытые занятия, где подводятся итоги умений и знаний воспитанников, лучшие из которых по усмотрению педагога поощряются подарками, также организуется отчётный концерт для родителей и педагогов.

Формой организации образовательного процесса является групповое занятие.

#### *Примерный алгоритм построения занятия*

##### 1.Подготовительная часть

Начинать занятие нужно с движений небольшой амплитуды, требующих умеренной работы отдельных групп мышц – это небольшие приседания, пружинные шаги, различные движения руками, подъем на полупальцы и т.д. Затем с постепенным возрастанием амплитуды и темпа, следуют движения, вовлекающие мышцы бедра и корпуса – подъем и махи ног, наклоны, повороты. В конце тренажа идёт разминка по диагоналям. Во второй и третьей частях разминки рекомендуется давать небольшой отдых, чередуя трудные движения с лёгкими. Заканчивать тренаж рекомендуется также двумя – тремя нетрудными движениями, что позволяет стабилизировать дыхание исполнителей, снимает излишнее напряжение и создаёт оптимальную готовность к основной части урока.

##### 2.Основная часть

В основную часть занятия входит партерная гимнастика и растяжки. Вначале даются наиболее простые движения, которые могут легко воспроизводиться после показа, затем те же движения исполняются в других комбинациях с постепенным усложнением. Постепенно включаются упражнения на развитие координации. Наиболее трудное по координации движение рекомендуется исполнить отдельно, а затем сочетать с другими элементами. В этой части также разучиваются и повторяются музыкальные этюды, композиции. Рекомендуется использовать на занятиях метод частичного разучивания упражнений.

3.Заключительная часть – включает, в основном, движения для развития танцевально-ритмической координации и выразительности. Они также направлены на то, чтобы снять нервное и физическое напряжение, поднять эмоциональный тонус у детей. Совершенствование исполнительского мастерства и изучение нового материала должно базироваться на предварительно сформированных двигательных навыках и умениях.

Последовательность упражнений на занятии строго определена. Сначала подбираются упражнения, локально воздействующие на голеностопные, коленные и тазобедренные суставы, затем с постепенным увеличением амплитуды движений, включая в работу все более крупные группы мышц. Нагрузка во время занятий должна соответствовать возможностям обучающимся. Каждая часть занятия не затянута по времени. На занятиях должна быть доброжелательная обстановка. Следует избегать оценки «плохо» и тем более резкого замечания. Если ребёнок неправильно выполнил задание – это может понизить его самооценку и отбить желание танцевать. Необходимо ещё раз объяснить, как выполняется то или иное движение и где была сделана ошибка, а также подбодрить и уверить, что в следующий раз обязательно получится. Необходимо следить, чтобы в целом между детьми были хорошие отношения, не допускать конфликтов и разделения на группы, ведь дружный и сплочённый коллектив, когда все стремятся к одной цели – это залог успеха.

#### 4. Рефлексия.

*Формы организации учебного занятия:*

1. Беседа. Живое общение педагога с детьми.  
2. Занятие – лекция. Это занятия, на которых излагается значительная часть теоретического материала изучаемой темы.

3. Занятие - консультация. На занятиях данного типа проводится целенаправленная работа по ликвидации пробелов в знаниях учащихся и по развитию их умений. Педагог систематизирует затруднения в практических работах и теории учащихся. На этой основе он уточняет перечень различных вопросов и тренировочных работ, которые будут рассмотрены на консультации. Ребята приучаются, в свою очередь готовить к консультациям вопросы.

4. Занятие - презентация – публичное представление определенной темы или предмета росы и задания, вызывающие затруднения.

5. Занятие - практикум. Занятия-практикумы, помимо своей специальной задачи - усиления практической направленности обучения, должны быть не только тесным образом связаны с изученным материалом, но и способствовать прочному, неформальному их усвоению.

6. Занятие – викторина.

7. Интерактивное занятие. Современная педагогика богата целым арсеналом интерактивных подходов, среди которых можно выделить следующие:

творческие задания;

работа в малых группах;

дискуссия;

обучающие игры (ролевые игры, имитации, деловые игры и образовательные игры);

разработка проекта (метод проектов);

тренинги (стрессоустойчивости, командообразования, коммуникативности).

Основной формой их проведения являются практические работы, во время которых учащиеся имеют возможность применять на практике теоретические знания и умения.

*Педагогические технологии:*

В настоящее время наряду с традиционными технологиями обучения используются современные образовательные технологии, обеспечивающие личностное развитие ребёнка за счёт уменьшения доли репродуктивной деятельности (воспроизведение оставшегося в памяти) в учебном процессе, можно рассматривать как ключевое условие повышения качества образования, снижения нагрузки учащихся, более эффективного использования учебного времени.

К числу современных образовательных технологий можно отнести:

информационно-коммуникационные технологии;

здоровьесберегающие технологии - рациональное чередование учебной и досуговой деятельности, индивидуальное дозирование объёма сложности, мониторинг состояния содержания мастерской и инструментов, беседы и просветительская работа с обучающимися;

развивающее обучение — это принципиально иное построение учебной деятельности, ничего общего не имеющей с репродуктивным обучением, основанным на натаскивании и зазубривании. Суть ее концепций заключается в создании условий, когда развитие ребенка превращается в главную задачу как для учителя, так и для самого ученика. Способ организации, содержание, методы и формы развивающего обучения ориентированы на всестороннее развитие ребенка.

проблемное обучение - такое обучение основано на получении учащимися новых знаний при решении теоретических и практических задач в создающихся для этого проблемных ситуациях. В каждой из них учащиеся вынуждены самостоятельно искать решение, а учитель лишь помогает ученику, разъясняет проблему, формулирует ее и решает;

коллективную систему обучения - Имеет несколько названий: «организованный диалог», «работа в парах сменного состава». Формируется адекватная самооценка личности, своих возможностей и способностей, достоинств и ограничений; обсуждение одной информации с несколькими сменными партнёрами увеличивает число ассоциативных связей, а следовательно, обеспечивает более прочное усвоение

технологии использования в обучении игровых методов: ролевых, деловых и других видов обучающих игр - В игре воссоздаются условия ситуаций, какой—то вид деятельности, общественный опыт, а в результате складывается и совершенствуется самоуправление своим поведением;

обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа).

### Список литературы для педагогов

1. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. – М., 2006
2. Барышкинова Т. Азбука хореографии. – М., 1999
3. Ваганова А.Я., Основы классического танца. – СПб., 2003
4. Дидковская Т.Н. Сборник музыкально-ритмических упражнений. – Надым: МОУ ДОД ЦДТ, 2006. – С. 86
5. Есаулов И.Г. Устойчивость и координация в хореографии. – Иж.: Удмуртский университет, 2007. – С. 130
6. Захаров Ф. Сочинение танца. – М., 1989
7. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов-на-Дону 2005
8. Золотарева А.В. Дополнительное образование детей.
9. Интегрированные занятия с детьми 6-8 лет: Книга для педагогов дополнительного образования и учителей начальных классов/Под ред. Т.С.Комаровой. – 2-е изд. – М.: АРКТИ, 2003. – 96 с. (Развитие и воспитание дошкольника).
10. Конова Е. Ритмика. – М., 1997
11. Н.А. Вихрева Экзерсис на полу – Москва, 2004г.
12. Полятков С.С. Основы современного танца. – М.: Феникс, 2003. – С. 325
13. Роберт Те. 5 минут растяжки – Минск, 1999г.
14. Т. Барышников Азбука хореографии – Ральф, 2000г.
15. Танцы – начальный курс. – М., 2001
16. Танцы для детей. – М., 1982
17. Тарасов Н. Классический танец. – СПб., 2005
18. Фирилева Ж. Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2000. – С.216
19. Шереметьевская Н.Е. Танец на эстраде. – М.: Один из лучших, 2008. – С.360
20. Школа танцев для юных. – СПб., 2003

### Литература, рекомендуемая для учащихся и родителей

1. Браиловская Л.В., Володина О.В., Цыганкова Р.В. Танцуют все. – Ростов-на-Дону 2007
2. Беликова А.Н., Пуртова Т.В., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2003
3. Белостоцкая Е.М., Виноградова Т.Ф. Каневская Л.Я. Гигиенические основы воспитания детей. – М., 1987
4. Васильева Т.К. Секрет танца. – СПб., 1997
5. Конова Е. Ритмика. – М., 1997
6. Лифиц И.В. Ритмика. – М., 1992
7. Пасютинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985
8. Танцы для детей. – М., 1982
9. Танцы – начальный курс. – М., 2001
10. Тарасов Н. Классический танец. – СПб., 2005
11. Шпилова С.Г. Танцевальные упражнения. – М., 2004

12. Шукшина З. Ритмика. – М., 1976
13. Школа танцев для юных. – СПб., 2003



## Календарный учебный график первого года обучения

№ п/п	Месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	сентябрь	Занятие-беседа	2	Вводное занятие	Кабинет № 5	
2.		Беседа	2	Техника безопасности в зале		
3.		Интерактивное занятие	2	Начальная диагностика		
4.		Занятие - лекция	2	Введение в образовательную программу		
5.		Занятие - практикум	2	Поклон. Разминка на середине зала		
6.		Занятие - практикум	2	Ритмика		
7.		Занятие - консультация	2	Танцевальные игры		
8.		Занятие - консультация	2	Повторение изученного материала		
9.	октябрь	Занятие - практикум	2	Танцевальные элементы		
10.		Занятие - лекция	2	Понятие рисунок танца		
11.		Творческие задания	2	Творческие задания		
12.		Занятие - практикум	2	Упражнения для развития голеностопа		
13.		Интерактивное занятие	2	Музыкально – игровое творчество		
14.		Практическое занятие	2	Ритмика		
15.		Изучение нового материала	2	Этюды на середине зала		
16.		Занятие - практикум	2	Разминка по кругу		
17.		Занятие - консультация	2	Повторение изученного материала		
18.		ноябрь	Интерактивное занятие	2	Развивающие игры	
19.	Занятие - лекция		2	Прыжки		
20.	Интерактивное		2	Музыкальные		

		занятие		игры	
21.		Практическое занятие	2	Ритмика	
22.		Занятие - практикум	2	Силовые упражнения	
23.		Интерактивное занятие	2	Танцевальные элементы	
24.		Занятие – викторина	2	Развитие музыкально-ритмических навыков	
25.		Занятие - практикум	2	Разминка по диагоналям	
26.		Занятие - консультация	2	Повторение	
27.	декабрь	Работа в малых группах	2	Правильная осанка. Упражнения у станка	
28.		Занятие - практикум	2	Растяжки на середине зала	
29.		Интерактивное занятие	2	Развивающие игры	
30.		Занятие - практикум	2	Танцевальные элементы	
31.		Занятие - практикум	2	Упражнения для головы, плеч, рук, корпуса	
32.		Занятие - лекция	2	Основные виды рисунков танца	
33.		Тренинг	2	Тренинг памяти	
34.		Занятие - консультация	2	Закрепление пройденного материала	Открытое занятие
35.	январь	Занятие - практикум	2	Ритмика	
36.		Занятие - практикум	2	Постановка корпуса	
37.		Занятие - практикум	2	Упражнения на середине зала	
38.		Тренинг	2	Координация движений	
39.		Интерактивное занятие	2	Танцевальные элементы	
40.		Занятие - консультация	2	Закрепление	
41.	февраль	Занятие - практикум	2	Разминка на середине зала	
42.		Занятие - практикум	2	Ритмика	
43.		Занятие - лекция	2	Метро –	

				ритмические способности	
44.		Занятие - практикум	2	Упражнения сидя на полу	
45.		Занятие - практикум	2	Прыжки	
46.		Занятие - практикум	2	Упражнения для развития стопы	
47.		Занятие - практикум	2	Разогрев на середине зала	
48.		Занятие - практикум	2	Упражнения для развития сухожилий	
49.	март	Интерактивное занятие	2	Развивающие игры	
50.		Занятие - практикум	2	Положение корпуса в пространстве	
51.		Занятие - консультация	2	Тренинг памяти	
52.		Занятие - практикум	2	Ритмика	
53.		Занятие - практикум	2	Упражнения на середине зала	
54.		Тренинг	2	Танцевальные элементы	
55.		Интерактивное занятие	2	Игры на определения акцентных долей в музыке	
56.		Занятие - консультация	2	Закрепление изученного материала	Итоговые упражнения
57.	апрель	Занятие - лекция	2	Рисунок танца	
58.		Интерактивное занятие	2	Этюды на рисунок танца	
59.		Занятие - практикум	2	Упражнения для развития голеностопа	
60.		Занятие - практикум	2	Упражнения на координацию	
61.		Занятие - практикум	2	Прыжки	
62.		Интерактивное занятие	2	Развивающие игры	
63.		Занятие - практикум	2	Разминка по диагоналям	
64.		Занятие - практикум	2	Растяжки	
65.		Занятие - консультация	2	Повторение пройденного	

				материала	
66.	май	Занятие - практикум	2	Танцевальные элементы	
67.		Интерактивное занятие	2	Развивающие игры	
68.		Занятие - практикум	2	Ритмика	
69.		Занятие - практикум	2	Упражнения на середине зала	
70.		Занятие - консультация	2	Закрепление пройденного материала	Открытое занятие
71.		Занятие - практикум	2	Подготовка к итоговому занятию	
72.		Комбинированное занятие	2	Итоговое занятие	Отчетный концерт

*Календарный учебный график второго года обучения*

№ п/п	Месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	сентябрь	Занятие-путешествие	2	Вводное занятие	Кабинет № 5	Беседа
2.		Дискуссия	2	Начальная диагностика		
3.		Занятие - практикум	2	Поклон. Разминка на середине зала.		
4.		Занятие - практикум	2	Партерная гимнастика		
5.		Занятие – лекция	2	Понятие «препарасьон»		
6.		Занятие - практикум	2	Упражнения на координацию движений		
7.		Занятие - практикум	2	Прыжки		
8.		Занятие – викторина	2	Игры на ориентацию в пространстве		
9.	октябрь	Интерактивное занятие	2	Танцевальные элементы		
10.		Занятие - практикум	2	Партерная гимнастика		
11.		Занятие - практикум	2	Упражнения на координацию движений		
12.		Занятие - практикум	2	Разминка по диагоналям		

13.		Занятие – лекция	2	Акцентные и неакцентные доли в музыке	
14.		Занятие – викторина	2	Музыкальные игры	
15.		Занятие - практикум	2	Этюдные постановки	
16.		Занятие - практикум	2	Упражнения стрейч-характера	
17.		Занятие - консультация	2	Повторение изученного	
18.	ноябрь	Интерактивное занятие	2	Танцевальный калейдоскоп	
19.		Занятие - консультация	2	Тренинг памяти	
20.		Занятие - практикум	2	Препарасьон – значение	
21.		Занятие - практикум	2	Упражнения лежа на спине	
22.		Занятие - практикум	2	Позиций ног в классическом танце	
23.		Занятие – лекция	2	Постановка корпуса у станка	
24.		Занятие - практикум	2	Растяжки	
25.		Занятие – лекция	2	Ориентация в пространстве	
26.		Занятие - консультация	2	Закрепление	
27.	декабрь	Обучающая игра	2	Постановочная работа	
28.		Занятие - практикум	2	Упражнения для развития голеностопа	
29.		Образовательная игра	2	Танцевальные движения	
30.		Занятие – лекция	2	«Препарасьон» как основа движения	
31.		Занятие - практикум	2	Партерная гимнастика	
32.		Занятие - практикум	2	Силовые упражнения	
33.		Интерактивное занятие	2	Репетиционная работа	
34.		Занятие - консультация	2	Закрепление изученного материала	Открытое занятие

35.	январь	Занятие - практикум	2	Партерная гимнастика		
36.		Занятие – лекция	2	Метро – ритмические способности		
37.		Интерактивное занятие	2	Этюды		
38.		Занятие - практикум	2	Позиций рук в классическом танце		
39.		Занятие - практикум	2	Упражнения для укрепления мышц спины		
40.		Занятие - практикум	2	Разогрев на середине зала		
41.	февраль	Занятие - практикум	2	Тренинг памяти		
42.		Занятие - практикум	2	Упражнения для развития сухожилий		
43.		Занятие – лекция	2	Понятие ритм и темп в танцах		
44.		Занятие - практикум	2	Комплекс упражнений для отдельных групп мышц		
45.		Занятие – лекция	2	Понятие об акценте, метрической пульсации, паузах, длительности		
46.		Обучающая игра	2	Игры на определения акцентных долей в музыке		
47.		Занятие - практикум	2	Этюды на ориентацию в пространстве		
48.		Занятие - консультация	2	Повторение		
49.	март	Занятие - практикум	2	Партерная гимнастика		
50.		Образовательная игра	2	Игры, содержащие танцевальные элементы		
51.		Занятие - практикум	2	Разминка на середине зала		
52.		Занятие – лекция	2	Ритм. Основные характеристики		
53.		Интерактивное	2	Ритмические		

		занятие		игры	
54.		Занятие - практикум	2	Танцевальные комбинации	
55.		Занятие - практикум	2	Партерная гимнастика	
56.		Занятие - консультация	2	Закрепление изученного материала	
57.	апрель	Занятие - практикум	2	Упражнения на середине зала	
58.		Занятие – викторина	2	Ориентация в пространстве	
59.		Занятие - практикум	2	Упражнения для развития голеностопа	
60.		Обучающая игра	2	Тренинг памяти	
61.		Занятие - консультация	2	Повторение пройденного материала	
62.		Занятие - практикум	2	Разминка по диагоналям	
63.		Занятие - практикум	2	Комбинации на развитие координации	
64.		Занятие - практикум	2	Партерная гимнастика	
65.		Занятие - практикум	2	Развитие метро – ритмических способностей	
66.		май	Занятие - практикум	2	Разминка по кругу
67.	Занятие - практикум		2	Упражнения стрейч - характера	
68.	Занятие - практикум		2	Прыжки	
69.	Занятие - консультация		2	Закрепление пройденного материала	Открытое занятие
70.	Занятие - практикум		2	Партерная гимнастика	
71.	Интерактивное занятие		2	Подготовка к итоговому занятию	
72.	Комбинированное занятие		2	Итоговое занятие	Отчетный концерт

*Календарный учебный график третьего года обучения*

№ п/п	Месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	сентябрь	Беседа	2	Вводное занятие	Кабинет № 5	
2.		Тренинг	2	Организационное занятие, повторение прошлогоднего материала		
3.		Работа в малых группах	2	Поклон, разминка на середине зала		
4.		Тренинг	2	Координация движений		
5.		Беседа	2	Основные положения позиций ног и рук		
6.		Занятие - практикум	2	Партерная гимнастика		
7.		Занятие – лекция	2	Упражнения у станка		
8.		Занятие - практикум	2	Комплекс упражнений для отдельных групп мышц: для шеи, рук, ног, бедер и корпуса		
9.	октябрь	Занятие - практикум	2	Разминка в паре на середине зала		
10.		Творческое задание	2	Работа над рисунком танца		
11.		Занятие - практикум	2	Партерная гимнастика		
12.		Занятие - практикум	2	Allegro		
13.		Занятие – лекция	2	Понятие современная хореография		
14.		Интерактивное занятие	2	Постановочная работа		
15.		Занятие – лекция	2	Основные положения корпуса, рук и ног		
16.		Занятие - консультация	2	Растяжки на середине зала		
17.		Беседа	2	Повторение	Тест	



				изученного материала		
18.	ноябрь	Занятие - практикум	2	Танцевальная комбинация		
19.		Занятие – лекция	2	Упражнения на пластику тела		
20.		Занятие - практикум	2	Партерная гимнастика		
21.		Презентация	2	Основные виды современных танцев		
22.		Занятие - практикум	2	Разминка на середине зала		
23.		Занятие - практикум	2	Постановочная работа		
24.		Занятие – лекция	2	Положение анфас		
25.		Занятие – лекция	2	Перемещения на сценической площадке		
26.		Занятие - практикум	2	Работа над прессом и выносливостью мышц		
27.		декабрь	Занятие - практикум	2	Координация движений	
28.	Занятие - практикум		2	Allegro		
29.	Занятие - практикум		2	Разогрев всех групп мышц		
30.	Практическое занятие		2	Партерная гимнастика		
31.	Дискуссия		2	Ориентация в пространстве		
32.	Интерактивное занятие		2	Репетиционная работа		
33.	Занятие - практикум		2	Силовые упражнения		
34.	Занятие - консультация		2	Закрепление пройденного материала	Контрольные упражнения	
35.	январь		Занятие - практикум	2	Партерная гимнастика	
36.			Занятие - практикум	2	Танцевальные комбинации	
37.		Интерактивное занятие	2	Работа над рисунком танца		
38.		Занятие – лекция	2	Танцевальный калейдоскоп		
39.		Занятие - практикум	2	Разминка по диагоналям		

40.		Практическое занятие	2	Танцевальные этюды на основе изученного материала	
41.	февраль	Занятие - практикум	2	Упражнения на координацию	
42.		Занятие - практикум	2	Партерная гимнастика	
43.		Презентация	2	Современная хореография. Базовые движения	
44.		Занятие - практикум	2	Allegro	
45.		Занятие - практикум	2	Растяжки на середине зала в паре	
46.		Занятие - практикум	2	Укрепление мышц спины	
47.		Занятие - консультация	2	Позиции ног и рук в современном танце	
48.		Занятие - практикум	2	Разминка в диагоналях	
49.		март	Интерактивное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа
50.	Интерактивное занятие		2	Отработка изученного материала	
51.	Занятие – лекция		2	Современный танец	
52.	Занятие - практикум		2	Партерная гимнастика	
53.	Дискуссия		2	Положение корпуса в современной хореографии	
54.	Занятие - практикум		2	Упражнения на расслабление мышц спины и стоп	
55.	Занятие – лекция		2	Основные элементы современного танца	
56.	Занятие - консультация		2	Закрепление	
57.	апрель		Интерактивное занятие	2	Отработка танца
58.		Занятие -	2	Упражнения на	

		практикум		развитие подвижности суставов	
59.		Тренинг	2	Тренинг памяти	
60.		Занятие - практикум	2	Партерная гимнастика	
61.		Занятие - практикум	2	Танцевальные комбинации	
62.		Занятие - практикум	2	Allegro	
63.		Занятие - практикум	2	Растяжки у станка	
64.		Занятие - практикум	2	Силовые упражнения	
65.		Занятие - консультация	2	Повторение изученного материала	
66.	май	Интерактивное занятие	2	Репетиционная работа	
67.		Занятие - практикум	2	Партерная гимнастика	
68.		Занятие - практикум	2	Подготовка к открытому уроку	
69.		Дискуссия	2	Закрепление пройденного материала	Открытый урок
70.		Занятие - консультация	2	Подготовка к итоговому занятию	
71.		Интерактивное занятие	2	Отработка номеров	
72.		Комбинированное занятие	2	Итоговое занятие	Отчётный концерт

## Календарный план воспитательных событий

<b>Сроки проведения</b>	<b>Название мероприятия</b>	<b>Место проведения</b>	<b>Ответственные</b>
Сентябрь	Праздник-посвящение «Посвящение в Тамбовчата»	Каб.№5	Леонова К.В. Лебедева Е.Е.
Октябрь	Концерт «Танцующее детство»	Актальный зал	Леонова К.В.
Октябрь	День пап – «Папы – наша опора»	Каб.№5	Леонова К.В. Медведева А.Н.
Ноябрь	Познавательная-развлекательная игра «Твой друг — автомобиль». Профилактика ДТП	Каб.№5	Леонова К.В. Сотрудники Центра
Ноябрь	Праздничный концерт «Мамы разные нужны. Мама разные важны»	Актальный зал	Леонова К.В. Лебедева Е.Е.
Декабрь	Концертное выступление «Дарить радость детям»	Актальный зал	Леонова К.В.
Декабрь	Конкурсно-игровая программа «Танцевальный Новый Год!»	Каб.№5	Леонова К.В.
Январь	Конкурсно-игровая программа «Планета детства»	Каб.№5	Леонова К.В. Лебедева Е.Е.
Январь	Беседа «Я горжусь своей Родиной»	Каб.№5	Леонова К.В.
Февраль	Тематический праздник «Красота родного края»	Каб.№5	Леонова К.В.
Февраль	Огонек, посвященный 23 февраля	Каб.№5	Леонова К.В.
Март	Концерт к 8 марта: «Чтобы солнышко светило»	Актальный зал	Леонова К.В.
Март	Фольклорный праздник «Веселье большое – масленица»	Каб.№5	Леонова К.В. Четвертакова Н.Н
Апрель	Конкурсно-игровая программа «День Танца»	Каб.№5	Леонова К.В.
Апрель	Экскурсия «Памятные места города Тамбова»	Экскурсия по городу	Леонова К.В.
Май	Беседа «День Победы – праздник всей страны»	Каб.№5	Леонова К.В.
Май	Ролевая игра «Планета друзей»	Каб.№5	Леонова К.В. Лебедева Е.Е.

## Формы аттестации по годам обучения

### *Первый год обучения:*

#### *1. Первичная диагностика*

##### Цель:

определение общего уровня развития ребёнка и его склонности к занятиям современными танцами.

##### Задачи:

определение общего уровня развития ребёнка;

выявление природных способностей к современному танцу;

выявление уровня информированности в области современных танцев;

определение мотивации к занятиям.

Форма проведения: собеседование, выполнение контрольных упражнений.

##### Содержание:

###### *Теоретическая часть:*

ребёнку предлагают ответить на следующие вопросы

Нравится ли тебе танцевать?

Кто посоветовал заниматься современными танцами?

Имеется ли начальная хореографическая подготовка или подготовка другого вида (например, спортивная)?

###### *Практическая часть:*

ребёнку предлагают выполнить следующие задания:

упражнения на ритмичность;

упражнения на координацию;

упражнения на ориентировку в пространстве

#### *2. Промежуточная аттестация.*

Форма проведения: открытое занятие.

##### Содержание:

###### *Теоретическая часть:*

знание основных элементов ритмики;

знание основных позиций рук, ног, головы;

знание правил поведения в танцевальном коллективе.

###### *Практическая часть:*

определение характера музыки, темпа, воспроизведение на хлопках разнообразные ритмические рисунки;

исполнение комплекса упражнений для постановки корпуса, рук, ног и головы;

исполнение развивающих игр - превращений, игр на ориентирование в пространстве;

исполнение упражнений на умение держать осанку.

*Второй год обучения:*

*Промежуточная аттестация.*

Форма проведения: открытое занятие.

Содержание:

*Теоретическая часть:*

психологический тест;

устный опрос на знание терминологии движений;

знание различных типов шагов и видов бега (шаги с носочка, на пятках, бег на полупальцах и другие, подскоки, галоп, прыжки);

знание упражнений на координацию.

*Практическая часть:*

практический тест по разделу «Музыкальная грамота»;

элементы ритмики;

упражнения на середине зала.

*Третий год обучения:*

*Промежуточная аттестация.*

Форма проведения: открытое занятие.

Содержание:

*Теоретическая часть:*

Тестирование на знание танцевальных терминов:

значение preparation (препарасьон) в движениях;

положение en face (ан фас);

en dedans (ан дедан) и en dehors (ан деор);

значение термина demi (деми) и grand (гранд);

перевод plie (плие);

releve (релеве).

Устный опрос:

виды и история возникновения современных стилей танца;

сколько существует позиций ног в классическом танце.

позиции рук в классическом танце.

что такое рисунок танца. Основные рисунки танца.

понятие акцентные и неакцентные доли в музыке;

какое количество точек в пространстве.

*Практическая часть:*

постановка корпуса;

упражнения на середине зала;

элементы партерной гимнастики;

творческие игры на воображение и фантазию.

