

Департамент образования и науки Костромской области
Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования Костромской области
«Дворец творчества»



Принята
педагогическим советом
Протокол № 1 от
«3» сентября 2018 года

«Утверждаю»
Директор ГБУ «Дворец творчества»
Иноземцева С. П.
Приказ № 236 от
«4» сентября 2018 года



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

Танец

Центр творчества «Алмазные россыпи»

направленность: художественная

Возраст обучающихся – 5-6 лет
Срок реализации программы – 2 года/272 часа

Авторы-составители:
Лебедева Наталья Николаевна
педагог дополнительного образования,
Ступакова Людмила Алексеевна
концертмейстер

Кострома, 2018 г.

Департамент образования и науки Костромской области
Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования Костромской области
«Дворец творчества»



Принята
педагогическим советом
Протокол № 1 от
«3» сентября 2018 года

«Утверждаю»
Директор ГБУ «Дворец творчества»
_____ Иноземцева С. П.
Приказ № 236 от
«4» сентября 2018 года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

Танец

Центр творчества «Алмазные россыпи»

направленность: художественная

Возраст обучающихся – 5-6 лет
Срок реализации программы – 2 года/272 часа

Авторы-составители:
Лебедева Наталья Николаевна
педагог дополнительного образования,
Ступакова Людмила Алексеевна
концертмейстер

Кострома, 2018 г.

Содержание

1. Пояснительная записка
2. Учебный план
3. Содержание программы
4. Формы аттестации
5. Обеспечение программы
6. Список источников
7. Приложения

Пояснительная записка

1.1. Общие сведения о программе:

Направленность программы – художественная. Программа стартового уровня освоения.

Нормативно-правовые основы разработки программы:

– Федеральный закон №273-ФЗ от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации»;

– Приказ Министерства образования и науки РФ № 1008 от 29 августа 2013 г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ №41 от 04.07.2014 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

– Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые), разработанных Министерством образования и науки Российской Федерации в 2015 году;

– Примерные требования к программам дополнительного образования детей (из письма Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 №06-1844);

– Устав государственного бюджетного учреждения дополнительного образования Костромской области «Дворец творчества» (далее – Учреждение).

Актуальность программы. Актуальность разработки программы обусловлена нормативно-правовыми документами, которые определяют, в том числе и развитие в условиях дополнительного образования личности творческой и профессионально-ориентированной в средствах хореографического искусства.

Хореография – искусство танца, где чувства, переживания человека выражаются в пластичной художественно-образной форме. Искусство танца глубоко связано с общей культурой народа, эстетикой и этикой своего времени. Оно выражает определенные эстетические идеалы и нравственные категории, определенное мировоззрение человека. Прекрасное в танце, заключено в единстве формы и содержания, в гармонии движений, композиции, координации, пластике.

Программа «Танец» носит комплексный характер и направлена на удовлетворение образовательных потребностей обучающихся в сфере хореографического искусства, она помогает развитию творческих способностей и интересов детей, в решении проблем их самоопределения и самореализации. Программа рассчитана на семилетний курс обучения.

Обучение хореографией – важное средство эстетического воспитания, развития творческих способностей, формирующих личность человека. У обучающихся воспитывается ощущение красоты движений, способность передавать в них различные эмоциональные состояния, настроения, переживания, чувства, развивается гибкость, координация движений, укрепляется опорно-двигательный аппарат. Воспитанники получают знания сохранения и поддержки физического здоровья, красоты, умение вести здоровый образ жизни.

Программа «Танец» является модифицированной. При ее разработке изучены типовые и авторские образовательные программы различных школ, студий, обобщен многолетний педагогический опыт работы. Специфика программы состоит в том, что обучение идет по нескольким предметам хореографического искусства. Это предметы: классический танец, современный танец, народный танец. Отсюда содержание программы емко отвечает целям и задачам дополнительного образования. Программа вариативна.

Новизна и оригинальность состоит в логике освоения ее содержания, которое начинается с создания у обучающихся определенного запаса элементарных эстетических впечатлений и знаний об искусстве хореографии, без которых не могут возникнуть склонность и интерес к эстетически значимым явлениям.

Цели и задачи программы.

Целью обучения: является удовлетворение познавательных интересов ребенка и формирование у него достаточной базы знаний по хореографическому искусству, умений и навыков, необходимых для реализации своих творческих возможностей, адаптации в современном обществе.

Основными задачами обучения являются:

- формирование эстетики движений;
- формирование индивидуальной культуры каждого обучающегося;
- воспитание культуры общения;
- развитие художественного вкуса;
- физическое развитие (осанка, посадка головы, походка, сила, ловкость, координация движений, развитие музыкальных способностей).

Организация образовательного процесса.

Участники программы – обучающиеся от 5 до 6 лет, не имеющих медицинских противопоказаний для занятий хореографией.

Срок освоения программы. Программа «Танец» рассчитана на 2 года обучения, *Общее количество учебных часов по программе 272 часа за 2 года обучения.*

По каждому году обучения количество часов распределено следующим образом:

1 год – 136 ч в год, 4 ч в неделю (ритмика 2 ч и 2 ч партерная гимнастика)

2 год – 136 ч в год, 4 ч в неделю (ритмика 2 ч и 2 ч партерная гимнастика)

Содержание программы включает ключевые предметы – основы танцевальной практики – классический танец, современный танец, народный танец.

На первой ступени обучающиеся готовятся к изучению основы танцевальной практики. Содержание программы содержит такие предметы как ритмика и партерная гимнастика. Здесь выявляются способности обучающихся к хореографии.

На второй ступени, в содержание программы вводятся элементы обучения народному и классическому танцам, .

Режим занятий – периодичность и продолжительность занятий.

Нагрузка от 2 до 4 занятий в неделю.

Число и продолжительность занятий в день: 2 ч по 30 мин. Два раза в неделю

Особенности комплектования групп. Программа рассчитана на работу в учебном классе с группой обучающихся и предполагает повышенное внимание к творчески одарённым детям.

Наполняемость групп зависит от года обучения:

- не менее 12 человек – группы 1-го года обучения;
- не менее 10 человек – группы 2-го года обучения;

Форма обучения – очная.

Формы организации образовательного процесса – групповые, фронтальные, индивидуальные.

Виды занятий:

- мастер-класс;
- творческая встреча;
- концертная программа;
- творческий отчёт;
- класс-концерт;
- экскурсия;
- музыкально-игровое занятие

Планируемые результаты программы

По мере освоения данной программы у обучающихся формируются следующие навыки:

1. Правильная осанка и походка.
2. Правильное дыхание при выполнении различных движений.
3. Перестраиваться в различные танцевальные рисунки, ориентироваться в закрытом пространстве.

4. Выполнять различные pas выразительно, артистично.
5. Слушать музыку, чувствовать ритм и максимально точно его повторить.

А также по мере освоения данной программы у обучающихся происходит развитие:

1. Физических данных (гибкость, устойчивость, сила ног, выворотность и подвижность в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах; выработан танцевальный шаг, эластичность мышц ног, рук и корпуса).
2. Координации.
3. Пластичности тела.

Учебный план

№ пп	Название раздела, темы	Количество часов						Формы контроля/аттестации
		1 год			2 год			
		В	Т	П	В	Т	П	
1	Ритмика	68	20	48	68	20	48	Контрольный урок, зачет,
2	Партерная гимнастика	68	20	48	68	20	48	Контрольный урок, зачет, экзамен
	итого	136	40	96	136	40	96	

Содержание программы

1 год обучения

1. Ритмика

Теория: знакомство с предметом.

Практика: связь ритма и темпа через движение; содержание рисунка через движение в основе обучения, игра через движение и музыку.

2. Партерная гимнастика

Теория: знакомство с основными понятиями партерной гимнастики.

Практика: укрепление мышц тела через партерную гимнастику. Упражнения на полу, сидя, лёжа на животе и спине

2 год обучения

1. Ритмика

Теория: знакомство с предметом, введение в мир танца.

Практика: в основе обучения - игра через движение и музыку; знакомство с понятиями ритм и темп, содержание рисунка через движение.

2. Партерная гимнастика

Теория: основные понятия партерной гимнастики

Практика: укрепление мышц тела через комплекс упражнений на выворотность, гибкость, эластичность

Формы аттестации (Способы отслеживания результатов)

Проверка, контроль результатов обучения проходит в форме контрольных уроков, а также в форме выступлений на концертах.

В классе в течение учебного года проводятся показательные выступления, а в конце 2 года обучения – экзамен, где по итогам оценок ребенок зачисляется 1 класс.

Для решения воспитательных задач программой предусмотрена педагогическая диагностическая деятельность, которая направлена на изучение личности обучающихся, коллектива обучающихся, семьи, комфортности образовательной среды.

Педагог изучает направленность личности обучающегося, его интересы, склонности, уровень развития, воспитанности, типологических свойства, эмоционально-волевую сферу, познавательные интересы. Для этого используются методы наблюдения, анкетирования, тестирования беседы с воспитанником и его родителями. Педагог также изучает коллектив обучающихся, его организованность, сплоченность. Для более полного решения учебных и воспитательных задач педагог изучает воспитательные возможности семьи, социального окружения обучающихся для дальнейшего построения взаимодействия и сотрудничества, а также изучает комфортность условий образовательного процесса для оптимального достижения образовательных результатов.

Основным показателем успеваемости обучающегося являются оценки.

Успеваемость обучающихся проверяется на различных выступлениях: контрольных уроках, зачетах, концертах, конкурсах, просмотрах к ним и т.д.

Текущий контроль успеваемости учащихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, зачетов. Контрольные уроки, зачеты и экзамены проводятся в виде просмотров концертных номеров. Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на предмет. Экзамены проводятся за пределами аудиторных учебных занятий.

Итоговая аттестация проводится в форме выпускного экзамена. По итогам выпускного экзамена выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Для аттестации обучающихся в графике образовательного процесса запланированы экзаменационные недели, в течение которых проходят просмотры (зачеты, экзамены). По итогам исполнения программы на контрольном уроке, зачете и экзамене выставляется оценка по пятибалльной шкале:

5 («отлично») технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения;

4 («хорошо») отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном);

3 («удовлетворительно») 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.;

2 («неудовлетворительно») комплекс недостатков, являющийся следствием нерегулярных занятий, невыполнение программы учебного предмета.

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;

- оценка на зачете (экзамене);

- другие выступления ученика в течение учебного года. Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

Обеспечение реализации программы

Кадровое обеспечение. Программу реализует 2 педагога, 2 концертмейстера.

Материально-техническое обеспечение учреждения соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

1) Учебные классы оборудованы станками, зеркалами – 2;

Музыкальный инструмент (фортепиано) – 2; Аккордеон -1

2) Костюмы и обувь;

3) Реквизит танцевальных номеров;

4) Телевизор – 2;

5) DVD плеер – 2;

6) Музыкальный центр – 2;

7) Компьютер – 1;

8) Интернет.

Методическое обеспечение. К процессу художественно-эстетического обучения и воспитания средствами хореографии применимы все общепедагогические принципы. Однако, отражая специфику хореографии, они получили особое содержание и реализуются особыми средствами и способами.

Особенностям обучения двигательным действиям наибольшей степенью отвечают следующие принципы:

- сознательности и активности;
- наглядности;
- систематичности;
- постепенности;
- последовательности;
- индивидуализации;
- доступности.

Приоритетным является принцип сознательности и активности. Обучающиеся должны понимать цель и задачи хореографического образования, осознать значения тренировочной работы упражнений. Одним из ведущих требований является создание у обучающихся цели устремленности, т. е. сознательной направленности на достижения отдаленной по времени цели, несмотря на возникающие трудности и неудачи.

Созданию и укреплению целеустремленности способствует конкретизация цели. Если эта цель ближайшая – овладение движением – то каждое занятие нужно проводить таким образом, чтобы учащиеся занимались не вообще, а, овладев конкретным учебным материалом, уходя с занятий, осознавали, что они чего-то достигли. Неопределенность цели не способствует поддержанию целеустремленности, снижает мобилизованность и старательность учеников, приводит к снижению работоспособности.

Целеустремленность тесно связана с принципом доступности, т.к. она воспитывается только в преодолении трудностей. Слишком легкое задание не эффективно для воспитания целеустремленности. Слишком трудное может вызвать отрицательную реакцию. Принцип сознательности диктует осмысленное отношение к учебному материалу: понимание значения выполняемых движений, контроль, осознание ошибок в разучиваемых упражнениях, поиск путей их устранения. От начинающего ученика не надо требовать полного понимания. По мере совершенствования двигательных навыков и знаний следует направлять обучающихся на осмысление, расширять границы сознательного отношения к процессу обучения.

Обучающиеся должны уметь анализировать свои успехи и неудачи. Это оберегает их от излишней самоуверенности или от необоснованного разочарования.

Реализация в учебном процессе принципа сознательности приводит к выработке активности. Активность будет выражаться в посещении занятий, желании самостоятельно заниматься, помогать преподавателю в организации занятий, искать пути развития своих физических данных.

Начальной ступенью в практическом познании является живое созерцание. Обеспечение этой созерцательности и является условием реализации принципа наглядности. Образ разучиваемого движения формируется за счет сигналов, поступающих с органа зрения.

Наглядность обучения может создаваться лишь при одновременном использовании образного, наглядного и словесного описания движений. На первом этапе обучения значительное место отводится показу или демонстрации движений различными методами: демонстрация рисунков, фотографий, фильмов, показ движения педагогом или учеником.

У одних восприятие происходит с опорой на зрительный анализатор, у других на слуховой, поэтому при использовании принципа наглядности следует учитывать ведущий для данного человека анализатор.

Осуществлять принцип наглядности нужно во всех возрастных группах.

Однако, следует иметь в виду возрастные особенности психического развития детей.

В младшем возрасте преобладает чувство восприятия, в более старшем – (в связи с приобретением знаний и развитием абстрактного мышления) повышается значение объясняющего образного слова.

Систематичность является неперенным условием создания высокого уровня обучения. Систематичность обучения нужна для укрепления, суммирования успехов.

Образование двигательных навыков и умений связано с закреплением в памяти достигнутого. Выработка навыка тоже длительный процесс повторения движения с закреплением правильных элементов и отсеиванием ошибочных. Это просеивание сознательного контроля элементов навыка, а так же закрепление в двигательной памяти достигнутого, происходит в том случае, если каждое повторение движения начинается на следах от прежде выполненного. Система занятий по хореографии должна строиться на основе процессов, происходящих в организме при мышечной деятельности.

Для этого нужно руководствоваться положениями:

упражнение оказывает стойкое влияние только при условии их повторения;

физические движения приводят к утомлению, поэтому нужны перерывы для восстановления сил;

физические движения должны иметь оптимальные по длительности интервалы отдыха, чтобы остались положительные сдвиги от предыдущих занятий.

Длительность восстановления сил зависит и от уровня подготовки и натренированности тела. Систематичность занятий должна базироваться на постепенном нарастании требования трудностей.

Принцип постепенности заключается в прогрессивном нарастании объема интенсивности нагрузок, в усложнении техники выполняемых движений; в расширении технического арсенала в повышении волевых качеств, позволяющих преодолевать препятствия на пути к достижению цели.

Воздействие должно быть прямо пропорционально ответным реакциям организма. Нужно учитывать возможности обучающихся, находить оптимальные по величине нагрузки, которые зависят от уровня тренированности, индивидуальных, возрастных, половых особенностей и т.д.

С ростом тренированности организма меняется реакция на нагрузку. Применение большой нагрузки в начале учебного процесса бесполезно. Чем больше человек физически подготовлен, реакция на нагрузку уменьшается, т.е. происходит адаптация к нагрузке. Чтобы сохранить реакцию организма на высоком уровне, нужно постепенно увеличивать нагрузку. Принцип последовательности выражается в применении двух правил: от освоенного к неосвоенному; от легкого к трудному. Новые двигательные навыки возникают на базе старых, ранее приобретенных. Содержание каждого предыдущего занятия становится ступенькой к освоению нового материала. Хотя есть случаи, когда новое должно разучиваться без опоры на старое.

Трудность или легкость танцевальных движений зависит не только от координации, сложности, но и от величины затрачиваемых физических усилий. Трудность и легкость определяются и психологическими факторами. Движения по координации, совпадающие с естественными двигательными навыками, осваиваются легко. Часто упражнения более сложные с точки зрения структуры осваиваются учащимися легче, чем более простые.

Под индивидуализацией в процессе хореографического образования понимается учет индивидуальных особенностей обучающихся с целью наибольшего развития их способностей. Необходимость индивидуального обучения возникает в связи:

- с различным уровнем физической подготовки каждого человека;
- с половыми и возрастными различиями;
- с индивидуально-типологическими и личностными особенностями в реагировании на учебную нагрузку и на факторы внешней среды;
- с индивидуальным стилем учебной работы.

При изучении техники исполнения движения используется способ работы с целой группой, потому что основы являются для всех общими. По совершенствованию техники исполнения используется индивидуальный метод обучения каждого ученика в отдельности,

т.е. после групповых занятий можно переходить к персональным заданиям. Это значит, что один и тот же материал ученики осваивают разными методами.

Показателем реализации всех принципов обучения является доступность учебного материала на каждом этапе обучения и прочность его освоения.

Педагог должен владеть определенными методами обучения. Знание характеристик методов обучения позволяют правильно ориентироваться в многообразии этих способов и отбирать наиболее эффективные для решения учебных задач.

Ни один метод не может быть универсальным. Одни методы эффективно действуют в одних ситуациях, а другие в других. Все методы делятся на 3 группы. Каждая из них представлена методами, неравными по частоте использования в практической деятельности:

- словесные – объяснение, описание, разбор, беседа, задание, указание, оценка, счет, команда, рассказ;
- наглядные – показ, музыкальная раскладка, демонстрация, видеометод, наблюдение, звуковая и световая сигнализация, репетиция в костюмах, иллюстрация;
- практические – разучивание движений, отработка, музыкальные игры, соревнование, импровизация.

Применение всех трех групп методов обеспечивает освоение учеником с изучаемых движений в полной мере: ученик слушает, смотрит, запоминает, ощущает и воспроизводит движения.

Воспитательная деятельность педагога, реализующего программу «Хореография». Процесс воспитания направлен на воспитание и развитие свободной, жизнелюбивой, талантливой личности, обогащенной знаниями, эстетически развитой, готовой к созидательной, творческой деятельности и нравственному поведению.

Воспитание средствами хореографии, являясь составной частью всего воспитательного процесса, развивает способности чувствовать и любить, движение, музыку, формирует художественный вкус, побуждает к творческой деятельности.

Организация воспитывающих мероприятий для более полной и успешной работы с коллективом обучающихся построена на сотрудничестве с другими преподавателями, влияющими на формирование личности воспитанников, на работе с родителями, социумом.

Необходимо регулярно знакомить обучающихся с новинками танцевального искусства. По возможности посещать концерты профессиональных хореографических ансамблей.

Основные направления воспитательной деятельности педагога, реализующего программу:

- организация коллективных творческих мероприятий с обучающимися: концерты, смотры-конкурсы, творческие вечера, отчеты и пр.
- распространение психолого-педагогических знаний и знаний среди родителей (групповые и индивидуальные беседы, методические рекомендации, консультации, организация участия в проведении совместных мероприятий с детьми).

Начальным условием воспитательного процесса является создание в детском коллективе атмосферы доброжелательности, уважения, атмосферы взаимного доверия. Создание воспитательной среды, строящейся на гуманных отношениях между людьми, важная задача преподавателю реализующего данную образовательную программу.

Педагог использует следующие группы методов воспитания:

- методы формирования сознания личности (взглядов, убеждений, идеалов): лекции, беседы, рассказы, доклады, диспуты;
- методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения: педагогические требования, поручение, создание воспитывающих ситуаций;
- методы стимулирования деятельности и поведения: поощрения, порицания, соревнование.

Педагог направляет усилия на воспитание внимания, необходимости систематических занятий хореографией на протяжении всего периода обучения, на воспитание навыков самостоятельности в выполнении тренировочных упражнений,

привитие интереса к процессу обучения, к содержанию учебной работы, на пробуждение заинтересованности и увлечённости. Учитывает желание ученика исполнить ту или иную хореографическую постановку. Необходимо воспитывать внимание и развивать память воспитанников. Повторять пройденный материал и ранее выученные постановки.

Для создания определённого эмоционального настроения обучающихся, возможности общения и сопереживания успехов других используются и разные формы. Проведение отчётных концертов для родителей, в которых участвуют все ученики хореографического класса даёт возможность им увидеть друг друга, сравнить свои успехи с успехами других, а педагогу, анализируя работу обучающихся, увидеть, прежде всего, положительные моменты в продвижении каждого ученика и определить перспективы дальнейшей работы. Концерты сплачивают коллектив, дают возможность каждому видеть результаты своего труда, воспитывают исполнительскую волю и уверенность в себе. Одним из важных средств воспитательной работы является воспитание общественной активности и самостоятельности детей, организация общественно-полезных дел.

Участие родителей, особенно в первоначальный период, является важным фактором для достижения успехов в обучении и воспитании. Неоценимую помощь могут оказать родители своим детям, знакомя их с лучшими достижениями художественной культуры, через совместное посещение театров и концертных залов.

Очень важным моментом для педагога является критерии оценки успехов обучающегося.

На первый план выступает не столько уровень профессионального исполнения, сколько любой, даже самый малый элемент творчества, внесённый им в процесс занятий, настроение, с которым учащийся приходит на урок и работает; внешний вид, подтянутость. При этом очень существенно, чтобы общая оценка урока была положительной и давала ученику заряд для дальнейшей работы.

На занятиях в объединении используются ритмические игры (примерные варианты)
«Ритм-загадка»

Без музыкального оформления. Руководитель легкими хлопками задает ритмический рисунок в муз. размере 2\4,3/4,4/4. Ученики отвечают движениями: хлопки, притопы, шаги, вальсовые движения, па польки.

«Вопрос-ответ»

Играющие делятся на две команды. Педагог делит танец на движения по 8 счетов и просит одну команду танцевать первые 8 движений («вопрос»), вторую - продолжать следующие 8 движений («ответ»). Во время исполнения одной командой, вторая стоит, и наоборот. Во время этой игры можно закрепить любой разучиваемый танец, научиться слушать музыкальные фразы.

Игра-танец «Бесконечный»

Музыка польки или галопа. Дети встают по кругу парами, лицом друг к другу. Одна пара берется за руки «лодочкой», а остальные, не держась за руки, встают на расстоянии 1-2 шагов друг от друга так, чтобы получился бесконечный коридор по кругу. Танец начинается с того, что пара, держащаяся за руки, начинает двигаться галопом, проходя внутри коридора, образованного другими парами. Остальные дети в это время хлопают в ладоши. Как только первая пара прошла мимо второй, вторая пара берется за руки и двигается вслед за первой и т. д. Каждая пара должна пройти целый круг и вернуться на место. Вернувшись на место, нужно обязательно разойтись друг от друга, чтобы остальные пары могли свободно пройти внутри коридора.

«Зеркало»

Под любую ритмичную музыку учитель показывает разные танцевальные движения. Остальные повторяют за ней. Лучший исполнитель занимает место учителя. Желательно, чтобы в роли учителя побывали все дети.

«Сделай этак, сделай так»

Играющие становятся в круг, выполняя под музыку различные движения. Педагог в это время говорит следующие слова: «Сделай этак!» и показывает какое-либо танцевальное

движение. Играющие дети повторяют это движение за ним. Но, если педагог, сделав следующее движение, говорит: «Сделай так!», повторять за ним это движение уже нельзя.

Хореографические упражнения

общеразвивающие упражнения:

- поклон.
- марш под музыку на месте, по кругу, вокруг себя, вправо, влево.
- рисунки танца: круг, диагональ, линия, строй, шахматный порядок, звездочка.
- шаги: танцевальный шаг, пружинистый шаг, приставные шаги, шаги на носках, на пятках, шаги накрест, шаги с остановкой (носок у колена), боковые шаги с носка и каблука.
- бег: бег на носках, бег с захлестом голени назад, бег ножницами, подскоки, галоп.

комбинации на координацию движений:

- хлопки, притопы,
- упражнения для рук,
- ходьба, сидя на корточках,
- прыжки: «мячик», прыжки по 6-ой поз. по точкам, повороты вправо, влево; прыжки - разножка, прыжки с поджатыми ногами

Музыкально-подвижные игры по ритмике

- передача образа в танцевальной постановке. Рисунок танца.
- разучивание комбинаций, отработка их.

Примерный репертуар: «Мама», «Марш снеговиков», «Гномики», танец снежинок..., «Кто быстрее», «Бабочки», «Сорока-ворона», «Попрыгаем вместе», «Мишка и зайка», «Кто выше».

Танцевально-ритмическая гимнастика

- постановка корпуса на середине зала.
- позиции ног –1, 2, 3, 6.
- постановка рук - подготовительная, 1, 2, 3, позиции.
- повороты и наклоны головы.

Танцевальные этюды

Танцевальные этюды педагог ставит сам: они служат ступенью, подготовкой к дальнейшим номерам. Танцевальные этюды – обучающиеся импровизируют под музыку. Это поиск пластического образа, состояния настроения.

Упражнения для правильной постановки ног:

- сокращение и вытягивание стоп по VI позиции одновременно и поочерёдно
- в положении «сидя»;
- круговые вращения стоп (одной, двумя)
- раскрывание сокращённых стоп из VI позиции в I позицию с возвращением в VI позицию
- раскрывание вытянутых стоп из VI позиции в I позицию с возвращением в VI позицию
- сокращение стоп по VI позиции раскрывание сокращённых стоп в I позиции-вытягивание стоп по I позиции с возвращением в VI позиции, и в обратном направлении

Элементы на гибкость и упражнения для позвоночника

- наклон корпуса вперёд, ноги вытянуты, стопы вытянуты по VI позиции
- в положении «сидя»;
- наклон корпуса назад
- из положения «лёжа на животе с вытянутыми ногами»;
- «кошечка» - выгибание спины вверх и прогибание спины вниз, стоя на коленях, прямые руки на полу на уровне плеч.
- «колечко» - из положения «лёжа на животе с вытянутыми ногами»;
- «мостик» - из положения «лёжа на спине» (с помощью педагога).

Упражнения на развитие мышц живота

–подъём вытянутых ног на 90° из положения «лёжа на спине, ноги вытянуты по VI позиции» плавно, с касанием пола (4-8 раз);

–подъём корпуса и наклон вперёд из положения «лёжа на спине, ноги вытянуты по VI позиции», и возвращение в исходное положение (4-8 раз);

–«горка» - одновременное вытягивание ног вверх с удержанием положения

–из положения «сидя, ноги согнуты, руки сзади корпуса, ладонина полу» (4 раза).

Упражнения на развитие мышц спины

–«лодочка» - одновременный подъём корпуса и вытянутых ног с удержанием из положения «лёжа на животе с вытянутыми ногами» (4раза);

–бросок вытянутых ног назад с опусканием корпуса из положения «упор на руках, лёжа на животе», и возвращение в исходное положение (4-8 раз);

–«корзиночка» - одновременный подъём рук и ног с удержанием из положения «лёжа на животе с руками, держащими стопы» (2-4 раза).

Упражнения для улучшения осанки, развития подвижности суставов и укрепления мышц рук

–«замочек» - одна рука, согнутая в локте, переносится через плечо ладонью внутрь; другая рука, согнутая в локте, заводится за спину ладонью наружу; взять пальцы обеих рук в «замок», задержать в этом положении и вернуть в исходное положение. Исходное положение – руки в стороны, ноги в положении «сидя на пятках» или на «лягушке»;

–«мотылёк» - поднимание корпуса на одной руке с поворотом на бок и с удержанием положения, свободная рука плавно поднимается и опускается

–из положения «сидя, руки на полу сзади корпуса, ноги вытянуты».

Упражнения для развития подвижности суставов и укрепления мышц ног

– опускание бёдер с правой и с левой стороны от ног и возвращение в исходное положение

–из положения «стоя на коленях, руки вытянуты вперёд»;

–«кузнечик» - сесть между пятками, удержать положение, подняться на колени

–из положения «стоя на коленях, ноги на ширине плеч, руки вытянуты вперёд».

Маховые упражнения

–бросок вытянутой ноги вперёд из положения «лёжа на спине с вытянутыми ногами» (4-8 раз);

–бросок вытянутой ноги назад с опусканием корпуса из положения «упор на руках, лёжа на животе », и возвращение в исходное положение (4-8 раз).

Упражнения для развития выворотности и танцевального шага

–поднимание вытянутой ноги вперёд, в сторону из положения «лёжа на спине с вытянутыми ногами» (2-4 раза);

–«лягушка» - колени согнуты, лежат на полу, стопы соприкасаются

–в положении «сидя», «лёжа на спине», «лёжа на животе»;

–шпагат с правой, левой ноги, поперечный шпагат;

–наклоны в сторону, вперёд сидя на поперечном шпагате.

Акробатические упражнения

–стойка на лопатках с касанием пола вытянутыми пальцами ног (руки поддерживают спину)

–из положения «лёжа на спине с вытянутыми ногами»

Силовые упражнения для мышц живота

- Упражнения на пресс: поднятие ног.
- Упражнения для развития паховой выворотности «Бабочка».
- Упражнения для растягивания ахилового сухожилия «Чемоданчик».
- Упражнение «Велосипед».
- Упражнение «Змейка».
- Упражнение «Самолётик».
- Упражнение «Лягушка».

- Упражнение «Корзинка».
- Упражнение «Качели».
- Упражнение «Мостик».
- Упражнение «Солнышко».
- Упражнение «Колобок».
- Упражнение «Столик».

Комбинации на координацию.

- «Комбинация с руками».
- «Комбинация в линиях».
- «Комбинация в малых группах».
- Комбинация «Ручеёк».
- Комбинация «Мы матросы».
- Комбинация «Чайки».
- Комбинация «Цветы».

Список источников

1. Всеобщая декларация прав человека
2. Конвенция о правах ребенка.
3. Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012г.
4. Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. №1008.
5. Базарова Н. Классический танец. Методика четвертого и пятого года обучения. – Л.: Искусство, 1984-199с.
6. Базарова Н. Мей В. Азбука классического танца. Первые три года обучения. – Л.-М.: Искусство, 1983.-207с.
7. Безрукова В.С. Педагогика. – Екатеринбург: Издательство «Деловая книга», 1996.- 344 с.
8. Бондаренко Л.; Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях. – Киев.: Музыка Украина, 1985.
9. Бондаренко А.К., Матусик А.И. Воспитание детей в игре. – М.:Просвещение, 1983.
10. Бочаров А., Лопухов А., Ширяев А., Основы характерного танца. – М. –Л: Искусство, 1939
11. Ваганова А. Основы классического танца. – Л.: Искусство, 1980.-193с.
12. Головкина С. Уроки классического танца в старших классах. – М.: Искусство, 1989-160с.
13. Давыдов В.В., Дубровина И.В. Психолого-педагогические проблемы становления личности и индивидуальности в детском возрасте. – М., 1980.
14. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманянц Е. Народно-сценический танец. – М.: Искусство, 1967.
15. Зимица А.Н. Музыкальные игры и этюды в детском саду. – М.:Просвещение, 1971.
16. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов.– М.:Просвещение, 2000.
17. Кононова Н.Г. Музыкально-дидактические игры дошкольников.– М.:Просвещение, 1988.
18. Корчак Я. Как любить ребенка. – М.: «Дом», 1990.- 446с.
19. Костровская В. Писарев А., Школа классического танца. – Л.: Искусство, 1986-262с.
20. Лифиц И.В. Ритмика. Учебное пособие.–М.: «Академа», 1999.

21. Лихачев Д.С. Письма о добром и прекрасном. – М.,1985.
22. Методика воспитательной работы / Под ред. В.А. Слостенина. М., 2002. / Глава
2. Воспитательная система школы и социума. С.19 –41.
23. Мид М. Культура и мир детства. - М., 1988.
24. Надеждина Н., Русские танцы – М.: Госкультпросвет издат, 1951.
25. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Продолжение обучения.–М.:ВЦХТ, 2001.
26. Образовательная программа детских объединений в учреждениях дополнительного образования: Методические рекомендации в помощь педагогическим работникам учреждений дополнительного образования детей, молодежных социальных служб, реабилитационных центров. Под редакцией Т.Е. Макаровой. Авторы-составители Т.Е.Макарова, В.В.Юсупова, Н.В.Рылова – Самара: СЦВО «Творчество». 2001 – 60 с.
27. Педагогическое диагностирование нравственной воспитанности учащихся. / Сост. Т.Е.Макарова. - Самара. 2000. 44 с.
28. Подласый И.П. Педагогика. – М.: Просвещение, 1996. – 432 с.
29. Практическая психология образования. / Под ред. И.В. Дубровиной: Учебник для студентов высших и средних специальных учебных заведений. – М.: ТЦ «Сфера», 1997. – 528 с.
30. Профессиональная диагностика школьников: Методические рекомендации для студентов и учителей. / Сост. Т.Е. Макарова. - Самара, 1998. - 36 с.
31. Рахматшаева В.А. Психология взаимоотношений: Кн. для учителя. – М.:Просвещение, 1996 г. – 272 с.
32. Щуркова Н.Е. и др. Новые технологии воспитательного процесса. – М.: Новая школа, 1994.
33. Ткаченко Т., Народный танец. – М.: Искусство, 1967.
34. Яковлева Е.Л. Методические рекомендации учителям по развитию творческого потенциала учащихся. / Под ред. В.И.Панова. - М.: «Молодая гвардия», 1997. – 78 с.

Приложения

Приложение 1

Календарный учебный график

1 год обучения Ритмика

№пп	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения
1	сентябрь	11.09	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Знакомство с предметом	
2	сентябрь	13.09	17.00-18.00	Обучающее тренировочное	2ч	Проучивание ритмической игры 1	
3	сентябрь	18.09	17.00-18.00	Обучающее тренировочное	2ч	Проучивание ритмической игры 2	
4	сентябрь	20.09	17.00-18.00	Обучающее тренировочное	2ч	Проучивание ритмической игры 3	
5	сентябрь	25.09	17.00-18.00	Обучающее	2ч	«Ритм-загадка	
6	сентябрь	27.09	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Комбинация с руками».	
7	октябрь	2.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	«Комбинация в линиях».	
8	октябрь	4.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Изучение движений на координацию	
9	октябрь	9.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Обработка движений на координацию	
10	октябрь	11.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Игра «Вопрос-ответ»	
11	октябрь	16.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Игра бесконечный	
12	октябрь	18.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Игра зеркало	
13	октябрь	23.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Игра сделай так	
14	октябрь	25.10	17.00-18.00	закрепляющее	2ч	Закрепление пройденного материала	
15	октябрь	30.10	17.00-18.00	Обучающее тренировочное	2ч	Изучение поклона	
16	ноябрь	1.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Марш на месте	
17	ноябрь	6.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Марш по кругу	
18	ноябрь	8.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Марш вправо влево	

19	ноябрь	13.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Рисунок танца круг	
20	ноябрь	15.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Рисунок танца диагональ	
21	ноябрь	20.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Рисунок танца линия	
22	ноябрь	22.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Рисунок танца шахматный порядок	
23	ноябрь	27.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Рисунок танца звездочка	
24	ноябрь	29.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Обработка пройденного материала	
25	декабрь	4.12	17.00-18.00	закрепляющее	2ч	Закрепление пройденного материала	
26	декабрь	6.12	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Подготовка к контрольному уроку	
27	декабрь	11.12	17.00-18.00	тренировочное	2ч	Разбор теоретических вопросов контрольного урока	
28	декабрь	13.12	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Разбор практических вопросов контрольного урока	
29	декабрь	18.12	17.00-18.00	тренировочное	2ч	Контрольный урок	
30	декабрь	20.12	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Закрепление материала	
31	декабрь	25.12	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Проучивание прыжков	
32	декабрь	27.12	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка прыжков	
33	январь	15.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Повторение материала пройденного за полугодие	
34	январь	17.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Изучение танцевального шага	
35	январь	22.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Изучение пружинистого шага	
36	январь	24.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Изучение приставных шагов	
37	январь	29.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Изучение шага на носках	
38	январь	31.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Изучение шага на пятках	
39	февраль	5.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Изучение шага накрест	
40	февраль	7.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Изучение шага с остановкой	
41	февраль	12.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Изучение шага носок у колена	
42	февраль	14.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка танцевального шага	
43	февраль	19.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка пружинистого шага	
44	февраль	21.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка приставного шага	
45	февраль	26.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка шагов на носках	
46	февраль	28.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка шагов на пятках	
47	март	5.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка шагов накрест	
48	март	12.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка шагов с остановкой	

49	март	14.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание шагов носок у колена	
50	март	19.03	17.00-18.00	закрепляющее	2ч	Закрепление пройденного материала	
51	март	21.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Изучение боковой шаг с носка	
52	март	26.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание боковой шаг с носка	
53	март	28.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Изучение баковые шаги на каблук	
54	апрель	2.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание боковые шаги на каблук	
55	апрель	4.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Изучение бега	
56	апрель	9.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание бега	
57	апрель	11.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Изучение бег с захлестом голени назад	
58	апрель	16.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание бег с захлестом голени назад	
59	апрель	18.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Изучение бег ножницы	
60	апрель	23.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание бег ножницы	
61	апрель	25.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Изучение подскоки и галопа	
62	апрель	30.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание подскоки галопа	
63	май	7.05	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Закрепление пройденного материала	
64	май	14.05	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Подготовка к контрольному уроку	
65	май	16.05	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Обрабатывание контрольного урока	
66	май	21.05	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Подготовка к контрольному уроку	
67	май	23.05	17.00-18.00	закрепляющее	2ч	Контрольный урок	
68	май	28.05	17.00-18.00	закрепляющее	2ч	Повторение пройденного материала за год	
					136		

Партерная гимнастика

№пп	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения
1	сентябрь	11.09	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Водный урок	
2	сентябрь	13.09	17.00-18.00	Обучающее тренировочное	2ч	Знакомство с предметом	
3	сентябрь	18.09	17.00-18.00	Обучающее тренировочное	2ч	Изучение поклона	
4	сентябрь	20.09	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Подготовка детей к занятиям партером	

				тренировочное			
5	сентябрь	25.09	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Упражнения для растягивания ахилового сухожилия «Чемоданчик».	
6	сентябрь	27.09	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка упражнения для растягивания ахилового сухожилия «Чемоданчик».	
7	октябрь	2.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Упражнения для развития паховой выворотности «Бабочка».	
8	октябрь	4.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка Упражнения для развития паховой выворотности «Бабочка».	
9	октябрь	9.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Упражнение «Велосипед	
10	октябрь	11.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Упражнение «Велосипед Отработка	
11	октябрь	16.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Упражнение «Змейка	
12	октябрь	18.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка Упражнение «Змейка	
13	октябрь	23.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Упражнение «Самолётик».	
14	октябрь	25.10	17.00-18.00	закрепляющее	2ч	Отработка упражнения самолетик	
15	октябрь	30.10	17.00-18.00	Обучающее тренировочное	2ч	Упражнение «Лягушка».	19
16	ноябрь	1.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка движения лягушка	
17	ноябрь	6.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Упражнение «Корзинка».	
18	ноябрь	8.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка упражнения корзинка	
19	ноябрь	13.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Упражнение «Качели	
20	ноябрь	15.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка движения качели	
21	ноябрь	20.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Упражнение «Мостик».	
22	ноябрь	22.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка упражнения мостик	19
23	ноябрь	27.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Упражнение «Солнышко».	
24	ноябрь	29.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка упражнения солнышко	
25	декабрь	4.12	17.00-18.00	закрепляющее	2ч	Закрепление пройденного материала	
26	декабрь	6.12	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Подготовка к контрольному уроку	
27	декабрь	11.12	17.00-18.00	тренировочное	2ч	Подготовка к контрольному уроку	
28	декабрь	13.12	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Подготовка к контрольному уроку	
29	декабрь	18.12	17.00-18.00	тренировочное	2ч	Контрольный урок	
30	декабрь	20.12	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Работа над ошибками контрольного урока	
31	декабрь	25.12	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Закрепление материала пройденного	

						материала	
32	декабрь	27.12	17.00-18.00	Воспитательное	2ч	Новогодние игры	
33	январь	15.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Работа над корпусом	
34	январь	17.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Упражнение «Колобок».	
35	январь	22.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка упражнения колобок	
36	январь	24.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Упражнение «Столик	
37	январь	29.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка упражнения столик	
38	январь	31.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Упражнения на пресс: поднятие ног.	
39	февраль	5.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка Упражнения на пресс: поднятие ног.	
40	февраль	7.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Постановка корпуса на середине зала.	
41	февраль	12.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	<i>Акробатические упражнения:</i> стойка на лопатках с касанием пола вытянутыми пальцами ног (руки поддерживают спину 4т 2/4	
42	февраль	14.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание движения стойка на лопатках 4т 2/4	
43	февраль	19.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Стойка из положения «лёжа на спине с вытянутыми ногами» 4т 2/4	
44	февраль	21.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание. Стойка из положения «лёжа на спине с вытянутыми ногами» 4т 2/4	
45	февраль	26.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Поперечный шпагат. Разбор выполнения шпагата.	
46	февраль	28.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Растяжка мышц для выполнения поперечного шпагата	
47	март	5.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Выполнение поперечного шпагата	
48	март	12.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Работа над ошибками по выполнению поперечного шпагата	
49	март	14.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Выполнение упражнений для исполнения поперечного шпагата	
50	март	19.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Наклоны в сторону, вперёд сидя на поперечном шпагате	
51	март	21.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание наклоны в сторону, вперёд сидя на поперечном шпагате	

52	март	26.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Шпагат с правой ноги, поперечный шпагат;	
53	март	28.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Шпагат с левой ноги, поперечный шпагат;	
54	апрель	2.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание шпагатов	
55	апрель	4.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	лягушка» - колени согнуты	
56	апрель	9.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание лягушка» - колени согнуты	
57	апрель	11.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	лягушка лежат на полу, стопы соприкасаются	
58	апрель	16.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание лягушка лежат на полу, стопы соприкасаются	
59	апрель	18.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	лягушка в положении «сидя	
60	апрель	23.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание лягушка в положении «сидя	
61	апрель	25.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	«лягушка «лёжа на спине», «лёжа на животе»;	
62	апрель	30.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание –«лягушка «лёжа на спине», «лёжа на животе»;	
63	май	7.05	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Закрепление пройденного материала	
64	май	14.05	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Подготовка к контрольному уроку	
65	май	16.05	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Обработка контрольного урока	
66	май	21.05	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Подготовка к контрольному уроку	
67	май	23.05	17.00-18.00	закрепляющее	2ч	Контрольный урок	
68	май	28.05	17.00-18.00	закрепляющее	2ч	Повторение пройденного материала за год	

2 год обучения

Ритмика

№пп	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения
1	сентябрь	11.09	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Вводный урок	ааб №
2	сентябрь	13.09	17.00-18.00	Обучающее тренировочное	2ч	Вспоминание материала пройденного в 1 году	
3	сентябрь	18.09	17.00-18.00	Обучающее тренировочное	2ч	Подготовка детей к изучению нового материала	
4	сентябрь	20.09	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Изучение движений на координацию	

				тренировочное			
5	сентябрь	25.09	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Комбинация с руками	
6	сентябрь	27.09	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Комбинация в линиях	
7	октябрь	2.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Комбинация в малых группах	
8	октябрь	4.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Комбинация ручеек	ааб №
9	октябрь	9.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Комбинация мы матросы	
10	октябрь	11.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Комбинация чайки	
11	октябрь	16.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Комбинация цветы	
12	октябрь	18.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Комбинация хлопки	
13	октябрь	23.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	отрабатывание движений на координацию	
14	октябрь	25.10	17.00-18.00	закрепляющее	2ч	отрабатывание комбинация с руками	
15	октябрь	30.10	17.00-18.00	Обучающее тренировочное	2ч	Отрабатывание Комбинация в линиях	ааб №
16	ноябрь	1.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание Комбинация в малых группах	
17	ноябрь	6.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание Комбинация ручеек	
18	ноябрь	8.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание комбинация мы матросы	
19	ноябрь	13.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание Комбинация чайки	
20	ноябрь	15.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание Комбинация цветы	
21	ноябрь	20.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание Комбинация хлопки	
22	ноябрь	22.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Постановка этюда экспозиции	ааб №
23	ноябрь	27.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Постановка этюда развитие действия	
24	ноябрь	29.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Постановка этюда кульминации	
25	декабрь	4.12	17.00-18.00	закрепляющее	2ч	Постановка этюда развития	
26	декабрь	6.12	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Закрепление пройденного материала	
27	декабрь	11.12	17.00-18.00	тренировочное	2ч	Работа над ошибками по итогам закрепления	
28	декабрь	13.12	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Выполнение композиций контрольного урока	
29	декабрь	18.12	17.00-18.00	тренировочное	2ч	Подготовка к контрольному уроку	ааб №
30	декабрь	20.12	17.00-18.00	закрепляющий	2ч	Контрольный урок	
31	декабрь	25.12	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Закрепление материала пройденного за	

						полугодие	
32	декабрь	27.12	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание материала пройденного за полугодие	
33	январь	15.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Повторение пройденного	
34	январь	17.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Комбинация притопов	
35	январь	22.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка комбинации притопы	
36	январь	24.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Комбинация ходьбы с разными ритмическими рисунками	ааб №
37	январь	29.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка Комбинация ходьбы с разными ритмическими рисунками	
38	январь	31.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Упражнения для рук	
39	февраль	5.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание упражнений для рук	
40	февраль	7.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Изучение прыжков	
41	февраль	12.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание прыжков	
42	февраль	14.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Прыжки мячик	
43	февраль	19.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание прыжков мячик	ааб №
44	февраль	21.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Изучение прыжков по 6 п	
45	февраль	26.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание прыжков по 6 п	
46	февраль	28.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Прыжки по точкам	
47	март	5.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание Прыжки по точкам	
48	март	12.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Повороты вправо влево	
49	март	14.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание повороты вправо влево	
50	март	19.03	17.00-18.00	закрепляющее	2ч	Прыжки разножка	
51	март	21.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание Прыжки разножка	
52	март	26.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Прыжки с поджатыми ногами	
53	март	28.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание Прыжки с поджатыми ногами	
54	апрель	2.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Комбинации на передачу эмоций	
55	апрель	4.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание Комбинации на передачу эмоций	
56	апрель	9.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Рисунок танца	
57	апрель	11.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание Рисунок танца	
58	апрель	16.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Проучивание комбинаций на	

						ритмический рисунок	
59	апрель	18.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание комбинаций на ритмический рисунок	
60	апрель	23.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Проучивание этюда гномы	
61	апрель	25.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Работа над рисунком этюда гномы	
62	апрель	30.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Работа над элементами этюда гномы	
63	май	7.05	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Закрепление пройденного материала	
64	май	14.05	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Подготовка к контрольному уроку	
65	май	16.05	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Обработка контрольного урока	
66	май	21.05	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Подготовка к контрольному уроку	
67	май	23.05	17.00-18.00	закрепляющее	2ч	Контрольный урок	
68	май	28.05	17.00-18.00	закрепляющее	2ч	Повторение пройденного материала за год	

Партерная гимнастика

№пп	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения
1	сентябрь	11.09	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Водный урок	
2	сентябрь	13.09	17.00-18.00	Обучающее тренировочное	2ч	Ознакомительный урок	
3	сентябрь	18.09	17.00-18.00	Обучающее тренировочное	2ч	Работа над движениями натянутостью носков	
4	сентябрь	20.09	17.00-18.00	Обучающее тренировочное	2ч	позиции ног –1, 2, 3,6.	
5	сентябрь	25.09	17.00-18.00	Обучающее	2ч	поднимание вытянутой ноги вперёд из положения «лёжа на спине с вытянутыми ногами»	
6	сентябрь	27.09	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка поднимание вытянутой ноги вперёд из положения «лёжа на спине с вытянутыми ногами	
7	октябрь	2.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Поднимание вытянутой ноги в сторону из положения «лёжа на спине с вытянутыми	

						ногами»	
8	октябрь	4.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка поднимание вытянутой ноги в сторону из положения «лёжа на спине с вытянутыми ногами»	
9	октябрь	9.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	поднимание вытянутой ноги назад из положения «лёжа на спине с вытянутыми ногами»	
10	октябрь	11.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отработка поднимание вытянутой ноги назад из положения «лёжа на спине с вытянутыми ногами	
11	октябрь	16.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	<i>Упражнения для развития танцевального шага</i>	
12	октябрь	18.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	<i>Отрабатывание Упражнения для развития танцевального шага</i>	
13	октябрь	23.10	17.00-18.00	Обучающее	2ч	<i>Упражнения для развития выворотности коленного сустава</i>	
14	октябрь	25.10	17.00-18.00	закрепляющее	2ч	<i>Отрабатывание Упражнения для развития выворотности коленного сустава</i>	
15	октябрь	30.10	17.00-18.00	Обучающее тренировочное	2ч	опускание бёдер с правой и с левой стороны от ног и возвращение в исходное положение	
16	ноябрь	1.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание опускание бёдер с правой и с левой стороны от ног и возвращение в исходное положение	
17	ноябрь	6.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	опускание бёдер с правой и с левой стороны из положения «стоя на коленях, руки вытянуты вперёд	
18	ноябрь	8.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание опускание бёдер с правой и с левой стороны из положения «стоя на коленях, руки вытянуты вперёд	
19	ноябрь	13.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	«кузнечик» - сесть между пятками, удержать положение, подняться на колени	
20	ноябрь	15.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание – «кузнечик» - сесть между пятками, удержать положение, подняться	

						на колени	
21	ноябрь	20.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	опускание бёдер с правой и с левой стороны из положения «стоя на коленях, ноги на ширине плеч, руки вытянуты вперёд	
22	ноябрь	22.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание опускание бёдер с правой и с левой стороны из положения «стоя на коленях, ноги на ширине плеч, руки вытянуты вперёд	
23	ноябрь	27.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	<i>Упражнения для развития подвижности суставов и укрепления мышц ног</i>	
24	ноябрь	29.11	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание <i>Упражнения для развития подвижности суставов и укрепления мышц ног</i>	
25	декабрь	4.12	17.00-18.00	закрепляющее	2ч	<i>Маховые упражнения</i>	
26	декабрь	6.12	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание <i>Маховые упражнения</i>	
27	декабрь	11.12	17.00-18.00	тренировочное	2ч	Закрепление пройденного материала на середине	
28	декабрь	13.12	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Закрепление пройденного материала по диагонали	
29	декабрь	18.12	17.00-18.00	тренировочное	2ч	Подготовка к контрольному уроку середины	ааб №
30	декабрь	20.12	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Подготовка к контрольному уроку на ковриках	
31	декабрь	25.12	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Подготовка к контрольному уроку диагонали	
32	декабрь	27.12	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Контрольный урок	
33	январь	15.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Повторение пройденного материала	
34	январь	17.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	бросок вытянутой ноги вперёд из положения «лёжа на спине с вытянутыми ногами»	
35	январь	22.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание бросок вытянутой ноги вперёд из положения «лёжа на спине с вытянутыми ногами»	

36	январь	24.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	бросок вытянутой ноги назад с опусканием корпуса из положения «упор на руках, лёжа на животе », и возвращение в исходное положение	
37	январь	29.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание бросок вытянутой ноги назад с опусканием корпуса из положения «упор на руках, лёжа на животе », и возвращение в исходное положение	
38	январь	31.01	17.00-18.00	Обучающее	2ч	<i>Упражнения для улучшения осанки, развития подвижности суставов и укрепления мышц рук</i>	
39	февраль	5.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание <i>Упражнения для улучшения осанки, развития подвижности суставов и укрепления мышц рук</i>	
40	февраль	7.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Упражнение из положения «сидя, руки на полу сзади корпуса, ноги вытянуты	
41	февраль	12.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание упражнения из положения «сидя, руки на полу сзади корпуса, ноги вытянуты	
42	февраль	14.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Упражнение мотылёк»	
43	февраль	19.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание упражнения мотылёк»	
44	февраль	21.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Упражнение замочек	
45	февраль	26.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание упражнения замочек	
46	февраль	28.02	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Упражнение –«корзиночка»	
47	март	5.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание упражнения – «корзиночка»	
48	март	12.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	бросок вытянутых ног назад с опусканием корпуса из положения «упор на руках, лёжа на животе», и возвращение в исходное положение	
49	март	14.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание бросок вытянутых ног назад с опусканием корпуса из положения «упор на руках, лёжа на животе», и возвращение в исходное положение	

50	март	19.03	17.00-18.00	закрепляющее	2ч	Упражнение «лодочка»	
51	март	21.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	<i>Упражнения на развитие мышц спины</i>	
52	март	26.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание <i>Упражнений на развитие мышц спины</i>	
53	март	28.03	17.00-18.00	Обучающее	2ч	<i>Упражнения на развитие мышц живота</i>	
54	апрель	2.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание <i>упражнений на развитие мышц живота</i>	
55	апрель	4.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	постановка рук - подготовительная, 1, 2, 3, позиции	
56	апрель	9.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание постановка рук - подготовительная, 1, 2, 3, позиции	
57	апрель	11.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	повороты и наклоны головы	
58	апрель	16.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	<i>Упражнения для правильной постановки ног</i>	
59	апрель	18.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	<i>Элементы на гибкость и упражнения для позвоночника</i>	
60	апрель	23.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Постановка этюда	
61	апрель	25.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание этюда ах лето	
62	апрель	30.04	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Отрабатывание рисунков этюда	
63	май	7.05	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Закрепление пройденного материала	
64	май	14.05	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Подготовка к контрольному уроку	
65	май	16.05	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Обработка контрольного урока середины	
66	май	21.05	17.00-18.00	Обучающее	2ч	Подготовка к контрольному уроку	
67	май	23.05	17.00-18.00	закрепляющее	2ч	Контрольный урок	
68	май	28.05	17.00-18.00	закрепляющее	2ч	Повторение пройденного материала за год	

Оценочные материалы

Содержание каждой формы аттестации включает, в том числе следующие виды, творческих работ:

- решение ситуационных танцевальных задач;
- представление ответа в виде художественного образа, проигрывание творческой ситуации;

Качество знаний и эффективность обучения в рамках указанных форм контроля оценивается по 4-х бальной шкале:

5 («отлично») – обучающийся демонстрирует технически качественное и художественно осмысленное исполнение хореографических задач, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения; знает терминологию и осознанно ее применяет

4 («хорошо») – отметка отражает грамотное исполнение хореографических задач с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном); знает терминологию и осознанно ее применяет

3 («удовлетворительно») – исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, незнание методики исполнения изученных движений и т.д., знает терминологию, знает и частично ее применяет.

«не аттестован» – комплекс недостатков, являющийся следствием нерегулярных занятий, невыполнение программы учебного предмета; отражает недостаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения; частично владеет терминологией

Освоение образовательной программы завершается экзаменами практики.

Приобретенные обучающимися знания и действия, продемонстрированные в ходе экзаменационных испытаний оцениваются аттестационной комиссией по 4-бальной системе, указанной выше.

Кроме того при итоговой аттестации учитываются следующие личностные проявления за последний год обучения:

- самостоятелен в решении учебных задач;
- в коллективе пользуется авторитетом;
- социально-активен
- активно участвует в концертной деятельности школы-студии.

По итогам успешно выдержанных экзаменов и наличию перечисленных личностных качеств обучающиеся зачисляется в 1 класс.