

Министерство образования и науки республики Бурятия  
Комитет по образованию Администрации г. Улан-Удэ  
МАОУ ДО «Городской дворец детского (юношеского) творчества» г. Улан-Удэ

«Принято»  
на Педагогическом совете  
МАОУ ДО «ГДДЮТ»  
Протокол №1  
«30» августа 2023 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**  
Хореографического кружка «Планета Танца»

***Направленность:*** художественная

***Возраст обучающихся:*** 7 -17 лет

***Срок реализации:*** 3 года

***Уровень:*** стартовый

***Автор//разработчик:***  
Дулмаева Баира Чингисовна ,  
педагог дополнительного образования

г. Улан-Удэ,  
2023

# **I. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы**

## **1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### *Основные характеристики программы*

#### **Нормативно-правовое обоснование программы:**

Адаптированная дополнительная общеобразовательная программа (общеразвивающая) «Планета танца» (далее - Программа) имеет художественную направленность. Модификация данной программы заключается в первую очередь в адаптации и спецификации программы для детей с ОВЗ, расширении круга решаемых задач и методов их осуществления, доработки условий реализации программ.

Программа разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Конвенция о правах ребенка (принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 г.);
2. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ;
3. Указ Президента РФ от 7 мая 2012 года N 597 «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики»;
4. Указ Президента РФ от 7 мая 2012 г. N 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки»;
5. Указ Президента РФ от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
6. Указ Президента РФ от 29.05.2017 г. № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства»;
7. Национальный проект «Образование» (паспорт утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. № 16);
8. Распоряжение Министерства просвещения РФ от 21 июня 2021 г. N p-126 об утверждении ведомственной целевой программы «Развитие дополнительного образования детей, выявление и поддержка лиц, проявивших выдающиеся способности»;
9. Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации// Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 №678-р;
10. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», Приказ Минтруда и соц. защиты РФ от 05.05.2018 № 298н;
11. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
12. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14 (с изменениями на 27 октября 2020 года).
13. Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных

образовательных технологий (Приложение к письму Министерства просвещения РФ от 31 января 2022 г. N1ДГ 245/06);

14. Методические рекомендации «Об использовании государственных символов Российской Федерации при обучении и воспитании детей и молодежи в образовательных организациях, а также организациях отдыха детей и их оздоровления» (Письмо Минпросвещения России от 15.04.2022 № СК-295/06);

15. Закон Республики Бурятия «Об образовании в Республике Бурятия» от 13 декабря 2013 года № 240-в (с изменениями на 6 марта 2023 года)

16. Распоряжение Правительства Республики Бурятия N 512-р от 24 августа 2015 г. N 512-р. Концепция развития дополнительного образования детей в Республике Бурятия;

17. Распоряжение Правительства Республики Бурятия N 285-р от 25 мая 2017 г. Стратегия развития воспитания в республике Бурятия на период до 2025года.

18. Распоряжение Правительства Республики Бурятия №247-р от 26.05.21 г. План мероприятий по реализации в 2021-2025 годах Стратегии развития воспитания в Республике Бурятия на период до 2025 года;

19. Устав муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Городской Дворец детского (юношеского) творчества г. Улан – Удэ»;

20. Программа развития МАОУ ДО «Городской Дворец детского (юношеского) творчества г. Улан – Удэ»;

21. Иных локальных нормативных актов МАОУ ДО «ГДДЮТ» г. Улан-Удэ, регламентирующих образовательный процесс.

## **1.2 Актуальность программы:**

В соответствии с новым Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» (статья 5.п.5.1) в целях реализации права каждого человека на образование в РФ создаются необходимые условия для получения без дискриминации качественного образования лицами с ограниченными возможностями здоровья, для коррекции нарушений развития и социальной адаптации, оказания ранней коррекционной помощи на основе специальных педагогических подходов и наиболее подходящих для этих лиц языков, методов и способов общения и условия, в максимальной степени способствующие получению образования определенного уровня и определенной направленности, а также социальному развитию этих лиц, в том числе посредством организации инклюзивного образования для лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Одним из психолого-педагогических ресурсов социальной интеграции и социальной адаптации детей с ОВЗ в сообществе сверстников, развития детско-родительских отношений является дополнительное образование.

**Ритмика** является начальной ступенью танца. Ритмика – это разнообразные движения под музыкальное сопровождение. Занятия ритмикой развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.)

Ритмика развивает в ребенке, в первую очередь, хорошее владение собственным телом, что является одной из приоритетных задач для детей с ОВЗ.

Также на занятиях ритмикой важным является элемент игры. Задания даются с учетом дидактических принципов: от простого к сложному, с учетом естественного интереса и желания обучающихся, их психологических и физиологических особенностей и способностей, а также творческих возможностей детей. Очень часто именно по этой

причине, сценариями танцев являются сюжеты сказок про лес и деревья, времена года, жизнь зверей или же используются специальные фонограммы для детей.

### **1.3. Отличительные особенности (новизна) программы:**

Программа «Планета танца» разработана на основе дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ «Ритмика и танец» (Е.В. Ротчев, преподаватель, заведующий хореографическим отделением Детской школы искусств имени С.П. Дягилева города Москвы), «Хореография. Ансамбль песни и пляски имени В.С. Локтева. Начальная хореография для детей 5 – 6 лет» (Коротеев И.В., педагог дополнительного образования).

Содержание программы предлагает обширный материал, включающий в себя разные виды деятельности: тренировочные упражнения, выполнение танцевальных движений и этюдов, прослушивание музыки и сказок, игровой материал, которые используются на всех занятиях.

Содержание материала постепенно усложняется. На следующий год обучения педагог возвращается к пройденному материалу на более высоком уровне, на новом музыкальном материале с учетом возрастных особенностей детей. Педагог проявляет определенную гибкость в подходе к каждой конкретной группе детей, учитывая при этом состав группы, физические данные и возможности детей.

Программа направлена на обучение детей умению танцевать красиво, двигаться в свободной непринужденной манере и владеть ритмопластикой танца, а также решение оздоровительных задач.

### **1.5. Цель и задачи программы**

**Цель программы** - создание условий для творческой социализации, социальной адаптации, социального взаимодействия детей с ОВЗ, развитие у ребенка творческого потенциала, психологической уверенности в собственной социальной значимости.

### **1.6. Задачи программы:**

#### **Задачи программы:**

1. Помощь ребенку в процессе самопознания и саморазвития. Максимальное раскрытие его творческих возможностей, гармонизация процессов роста.

2. Активизация познавательных интересов, расширение горизонтов познания.

3. Помощь в овладении навыками межличностного общения и сотрудничества, продуктивной индивидуальной и коллективной деятельности.

#### *В обучении:*

- формирование интереса к хореографическому искусству, раскрытие его многообразия и красоты;

- ознакомление с основами хореографии;

- умение ориентироваться в пространстве;

- обучение восприятию произведения танцевального искусства;

- научиться пользоваться своим мышечным аппаратом;

- освоение работы в группе, в паре с партнером;

- формирование ориентировки в пространстве, умения исполнять движения в комбинации;

- развитие памяти движений.

#### *В развитии:*

- развитие умения и навыка слышать и слушать музыку, передавать ее в движение;

- развить чувство ритма;

- развивать эмоциональную отзывчивость на музыку;

- развивать танцевальную выразительность, выносливость, координацию;

- развивать и укреплять костно-мышечный аппарат;

- развивать выразительность, выносливость, координацию;

#### *В воспитании:*

- воспитание коммуникативных и коллективистских навыков, навыков социального взаимодействия;

- воспитание необходимых психологических качеств танцора - актёра: внимания, быстроты реакции, воображения, чуткого и внимательного отношения к партнёру по сцене, друзьям и близким; раскрепощенности и свободы действий в обыгрывании танца на сцене

### **1.7. Возраст обучающихся:**

Занятия в проводятся в соответствии с возрастными психофизиологическими особенностями обучающихся в группах, а также индивидуальные занятия в возрастных группах от 7 до 17 лет.

Численность группы – от 4-8 человек. Это обусловлено тем, что дети с ОВЗ, имеют специальные условия для воспитания (проведения занятий), кроме того, данная наполняемость групп позволяет более качественной социализации детей с ОВЗ.

**1.8. Формы проведения занятий:** учебное занятие, беседа, репетиция, отчетный концерт, фестиваль, конкурс, праздник.

Занятия проводятся в группах, также могут индивидуально с одним ребенком.

## **2. Объем программы:**

**2.1. Срок реализации программы -** Программа рассчитана на 3 года обучения. Общая продолжительность образовательного процесса составляет 360 часов:

1-ый год обучения – 72 часа (36 недель× 2 часа в неделю);

2-ый год обучения – 144 часа (36 недель × 4 часа в неделю).

3-й год обучения – 144 часа (36 недель x 4 часа в неделю)

**2.2 Режим занятий-** Занятия по образовательной программе «Планета танца» на протяжении всего курса обучения проводятся:

- для детей 1 года обучения – 1 раз в неделю продолжительностью 1 час 10 минут («по 35 минут с 15 минутным перерывом) – всего 72 часа в год;
- для детей 2 года обучения – 2 раз в неделю по 1 часу 10 минут (2 по 35 минут с 15 минутным перерывом после каждого часа занятий), всего – 4 часа в неделю (в год - 144 ч.)
- Для детей 3 года обучения - 2 раз в неделю по 1 часу 10 минут (2 по 35 минут с 15 минутным перерывом после каждого часа занятий), всего – 4 часа в неделю ( в год - 144 ч.)

## **3. Планируемые результаты**

### **3.1. Прогнозируемые результаты для детей 1 года обучения:**

Точность, музыкальность и выразительность исполнения танцевальных комбинаций и этюдов;

Умение работать в ансамбле и владение навыками сольного исполнения танцевальных фрагментов;

### **Прогнозируемые результаты для детей 2 года обучения:**

Ребенок должен знать единые требования по правилам поведения в хореографическом классе, на сцене;

требования к внешнему виду на занятиях;

музыкальные размеры, темп и характер музыки;

хореографические термины изученных элементов;

повторить заданный ритм хлопками, упражнениями;

владеть корпусом во время исполнения движений;  
 ориентироваться в пространстве;  
 координировать движения;  
 исполнить хореографический этюд в группе;  
 единые требования по правилам поведения в хореографическом классе, на сцене;  
 требования к внешнему виду на занятиях.

### **Прогнозируемые результаты для детей 3 года обучения:**

Знать классические позиции рук и ног (1,2,4) и их названия;  
 выполнять простейшие классические движения у станка и на середине: plie, tendu, releve, jete, port de bras, grand battement, адажио;  
 откликаться на динамические оттенки в музыке,  
 выполнять простейшие ритмические рисунки;  
 реагировать на музыкальное вступление;  
 красиво и правильно исполнять танцевальные элементы;  
 давать характеристику музыкальному произведению;  
 хорошо ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;  
 исполнять движения в парах, в группах;  
 классическое положение рук и ног, соединение их с движениями (прыжками);  
 знать и понимать танцевальную терминологию на французском языке.

### **Прогнозируемые результаты для детей 7-12 лет:**

Уметь исполнять жанровый танец в соответствующей манере;  
 через движение передавать характер, особенность танца того или иного народа, заставить зрителя смеяться или грустить:  
 уметь двигаться в различных ритмах  
 выполнять средние и маленькие прыжки по диагонали, адажио на середине в соединении с движениями рук.

### **Прогнозируемые результаты для детей 13-18 лет:**

Уметь выполнять движения классического танца, усложняя танцевальные комбинации, используя весь изученный арсенал хореографической лексики;  
 исполнять различные движения в соответствии с характером танца;  
 раскрыть свою исполнительскую индивидуальность и работать в ансамбле.  
 Механизм выявления результатов

Отслеживание результативности освоения программного материала осуществляется в течение всего периода обучения на занятиях разных видов: учебные, зачетные, открытые.

Для оценки усвояемости материала по итогам занятий можно применять следующую систему оценок:

### **3.2. Способы и формы проверки результатов:**

Программа ритмика «Планета танца» включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию обучающихся. Успеваемость учащихся проверяется на различных концертах, контрольных занятиях, просмотрах и тд.

## **2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **2.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

№ п/п	СОДЕРЖАНИЕ	1 год обучения
1	<i>Теоретические занятия</i>	10
2	<i>Практические занятия</i>	62
3	<i>Форма контроля</i>	Педагогические наблюдения, зачет
	<b>ВСЕГО ЧАСОВ</b>	<b>72 ч.</b>

№ п/п	СОДЕРЖАНИЕ	2 год обучения
1	<i>Теоретические занятия</i>	20
2	<i>Практические занятия</i>	124
3	<b>Форма контроля</b>	Педагогические наблюдения, зачет
	<b>ВСЕГО ЧАСОВ</b>	<b>144 ч.</b>

№ п/п	СОДЕРЖАНИЕ	3 год обучения
1	<i>Теоретические занятия</i>	20
2	<i>Практические занятия</i>	124
3	<b>Форма контроля</b>	Педагогические наблюдения, зачет
	<b>ВСЕГО ЧАСОВ</b>	<b>144 ч.</b>

## 2.2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 1-ый год обучения

1 год обучения	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		теория	практика	Всего	
1.	Вводное занятие	0,5	0,5	1	Первичная диагностика. собеседование
2.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.	5	20	25	
3.	Партерная гимнастика.	5	20	25	Педагогическое наблюдение, Промежуточная аттестация
4.	Танцевальные этюды, игры, танцы.	5	15	20	
5.	Итоговое занятие		1	1	Итоговая
<b>Всего:</b>		<b>15,5</b>	<b>56,5</b>	<b>72</b>	

**Учебный (тематический) план  
2-й год обучения**

2 год обучения №		Раздел, тема	Количество часов		Формы аттестации/ контроля
		теория	практика	Всего	
1.	Вводное занятие	0,5		0.5	Первичная диагностика – собеседование
2.	Современная хореография и элементы танцевальных движений.	9	38	47	Педагогическое наблюдение
3.	Партерная гимнастика.	9	38	47	Педагогическое наблюдение, Промежуточная аттестация
4.	Танцевальные этюды, игры, танцы.	9,5	39	48.5	Педагогическое наблюдение
5.	Итоговое занятие	-	1	1	Итоговая аттестация
<b>Всего:</b>		<b>28</b>	<b>116</b>	<b>144</b>	



**Учебный (тематический) план  
3-й год обучения**

3 год обучения №		Раздел, тема	Количество часов		Формы аттестации/ контроля
			теория	Практика	
1.	Вводное занятие	0,5		0.5	Первичная диагностика – собеседован ие
2.	Современны й тане. Основы.	8,5	38	46.5	Педагогичес кое наблюдение
3.	Партерная гимнастика.	9	38	47	Педагогичес кое наблюдение, Промежуточ ная аттестация
4.	Танцевальн ые этюды, танцы. Развитие чувства ритма, темпа.	10	39	49	Педагогичес кое наблюдение
5.	Итоговое занятие	-	1	1	Итоговая аттестация
<b>Всего:</b>		<b>28</b>	<b>116</b>	<b>144</b>	

## 2.3. Содержание тем 1 года обучения:

### Тема 1.3 Вводное занятие

**Теория.** Познакомить с основными правилами и требованиями ЦПМСС «Зеленая ветка». Привести в установленный порядок репетиционную форму. Инструктаж по технике безопасности.

**Практика.** Беседы, с родителями, детьми, устное тестирование на выявление у детей способности к занятиям хореографией. Дать название, номер группы, символ, девиз, способствовать формированию коллектива детей.

### Тема 2.3 Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.

**Теория.** Объяснения правил исполнения элементов танцевальных движений. Эмоциональное исполнение движений. Умение объяснить исполнение движений.

#### Практика.

- ходьба: двойной шаг, шаги на пятках, носочках;
  - бег в разных темпах, с вытянутыми ногами, бег «лошадки»
  - упражнение «воображаем» - выставление ноги на носок перед собой, нос вверх;
  - хлопки в сочетании с хлопками в разных темпах.
  - упражнения с атрибутами (мягкая игрушка, цветы, колокольчики)
- Выполнение проученных элементов танцевальных движений.
- Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве.
- упражнения и игры по ориентации в пространстве;
  - построение в два круга (в процессе игры)
  - построение в колонну
  - построение в шеренгу, две линии

### Тема 3.3. Партерная гимнастика. Понятие партерной гимнастики.

**Теория.** Понятие партерной гимнастики. Рассказ о том, как надо заниматься гимнастикой в домашних условиях.

**Практика.** Совершенствование и усложнение движений на полу (на ковриках). Помощь друг другу при исполнении некоторых упражнений. Упражнения в парах «рыбка» - прогиб назад за руки, ноги лежат в первой позиции.

Растяжка на шпагаты самостоятельно и в парах, растяжка с дополнительным подъемом (одна из ног находится на высоте 20см или более от пола).

«Пережат с фиксированием» - согнутые в коленях ноги за голову, затем покачивания в таком положении.

Исполнение экзерсиса на полу полностью. Увеличение нагрузки при исполнении движений, направленных на развитие пресса.

Разрабатывание стопы с помощью педагога. Совершенствование исполнения «шпагатов», «лягушки», «мостика», «щучки».

Уделяется больше внимания амплитуде выполнения, участия как можно большего количества групп мышц. При выполнении рекомендуется менять темп, периодически увеличивать время задержки в конкретном положении (для усиления эффекта).

«Домики» - поднимание корпуса и выпрямление подколенного сустава (не отрывая рук) из сидячего положения на четвереньках. Руки как можно ближе к коленям – стойка на подъемах, стойка на полупальцах с постановкой пяток на пол. «Дощечка» - прямое отклонение корпуса в стойке на коленях.

Растяжка ног в положение «лягушка» (сидя и лежа на спине) - в парах. Конечная нагрузка осуществляется полным весом.

### **Тема 4.3 Танцевальные этюды. Танцы.**

**Теория.** Техника правильного выполнения упражнений.

**Практика.** Исполнение правильно, четко, синхронно:

повороты на двух ногах; вынос ноги на пятку; прыжки; изучение простых танцевальных комбинаций. ознакомление детей с танцевальными рисунками; проведение игр для развития ориентации детей в пространстве; выполнение прочерченных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве.

### **Тема 5.3 Итоговые занятия и мероприятия**

- Слушание музыки, сказок и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов.
- Отгадывание музыкальных загадок.
- показ родителям прочерченного материала;
- выступление на школьных мероприятиях с танцевальным номером.

## **Содержание тем 2 года обучения:**

### **1.3 Вводное занятие**

**Теория.** Познакомить с основными правилами и требованиями ЦПМСС «Зеленая ветка». Привести в установленный порядок репетиционную форму. Инструктаж по технике безопасности.

**Практика.** Беседы, с родителями, детьми, устное тестирование на выявление у детей способности к занятиям хореографией. Дать название, номер группы, символ, девиз, способствовать формированию коллектива детей.

### **2.3 Партерная гимнастика. Понятие партерной гимнастики.**

**Теория.** Понятие партерной гимнастики. Рассказ о том, как надо заниматься гимнастикой в домашних условиях.

**Практика.** Совершенствование и усложнение движений на полу (на ковриках). Помощь друг другу при исполнении некоторых

упражнений. Упражнения в парах «рыбка» - прогиб назад за руки, ноги лежат в первой позиции.

Растяжка на шпагаты самостоятельно и в парах, растяжка с дополнительным подъемом (одна из ног находится на высоте 20см или более от пола).

«Перекат с фиксированием» - согнутые в коленях ноги за голову, затем покачивания в таком положении.

Исполнение экзерсиса на полу полностью. Увеличение нагрузки при исполнении движений, направленных на развитие пресса.

Разрабатывание стопы с помощью педагога. Совершенствование исполнения «шпагатов», «лягушки», «мостика», «щучки».

Уделяется больше внимания амплитуде выполнения, участия как можно большего количества групп мышц. При выполнении рекомендуется менять темп, периодически увеличивать время задержки в конкретном положении (для усиления эффекта).

«Домики» - поднимание корпуса и выпрямление подколенного сустава (не отрывая рук) из сидячего положения на четвереньках. Руки как можно ближе к коленям – стойка на подъемах, стойка на полупальцах с постановкой пяток на пол. «Дощечка» - прямое отклонение корпуса в стойке на коленях.

Растяжка ног в положение «лягушка» (сидя и лежа на спине) - в парах. Конечная нагрузка осуществляется полным весом.

### **Тема 3.3 Современная хореография и элементы танцевальных движений.**

**Теория.** Знакомство с современным танцем. Характер исполнения в паре и соло. Просмотр видеоматериалов по заданной теме.

#### **Практика. Изучение.**

- Постановка корпуса соло и в паре
- Постановка рук
- Постановка головы
- партер
- работа с корпусом

### **Тема 4.3 Танцевальные этюды. Танцы.**

**Теория.** Техника правильного выполнения упражнений.

**Практика.** Исполнение правильно, четко, синхронно:

повороты на двух ногах; вынос ноги на пятку; прыжки; изучение простых танцевальных комбинаций. ознакомление детей с танцевальными рисунками; проведение игр для развития ориентации детей в пространстве; выполнение проученных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве.

### **Тема 5.3. Итоговые занятия и мероприятия**

- Слушание музыки, придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов.
- показ родителям проученного материала;

- выступление на школьных мероприятиях с танцевальным номером.

### Содержание тем 3 года обучения:

#### Тема 1.3 Вводное занятие

**Теория.** Познакомить с основными правилами и требованиями ЦПМСС «Зеленая ветка». Привести в установленный порядок репетиционную форму. Инструктаж по технике безопасности.

**Практика.** Беседы, с родителями, детьми, устное тестирование на выявление у детей способности к занятиям хореографией. Дать название, номер группы, символ, девиз, способствовать формированию коллектива детей.

#### Тема 2.3 Партерная гимнастика. Понятие партерной гимнастики.

**Теория.** Понятие партерной гимнастики. Рассказ о том, как надо заниматься гимнастикой в домашних условиях.

**Практика.** Совершенствование и усложнение движений на полу (на ковриках). Помощь друг другу при выполнении некоторых упражнений. Упражнения в парах «рыбка» - прогиб назад за руки, ноги лежат в первой позиции.

Растяжка на шпагаты самостоятельно и в парах, растяжка с дополнительным подъемом (одна из ног находится на высоте 20см или более от пола).

«Пережат с фиксированием» - согнутые в коленях ноги за голову, затем покачивания в таком положении.

Исполнение экзерсиса на полу полностью. Увеличение нагрузки при выполнении движений, направленных на развитие пресса.

Разрабатывание стопы с помощью педагога. Совершенствование исполнения «шпагатов», «лягушки», «мостика», «щучки».

Уделяется больше внимания амплитуде выполнения, участия как можно большего количества групп мышц. При выполнении рекомендуется менять темп, периодически увеличивать время задержки в конкретном положении (для усиления эффекта).

«Домики» - поднимание корпуса и выпрямление подколенного сустава (не отрывая рук) из сидячего положения на четвереньках. Руки как можно ближе к коленям – стойка на подъемах, стойка на полупальцах с постановкой пяток на пол. «Дощечка» - прямое отклонение корпуса в стойке на коленях.

Растяжка ног в положение «лягушка» (сидя и лежа на спине) - в парах. Конечная нагрузка осуществляется полным весом.

#### Тема 3.3 Танцевальные этюды. Танцы.

**Теория.** Техника правильного выполнения упражнений.

**Практика.** Исполнение правильно, четко, синхронно: повороты на двух ногах; вынос ноги на пятку; прыжки; изучение простых танцевальных комбинаций. ознакомление детей с танцевальными рисунками;

проведение игр для развития ориентации детей в пространстве; выполнение проученных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве.

### **Тема 4.3. Основы современного танца. Возникновение современных направлений.**

**Теория.** Объяснение основ современного танца. Названий движений. Возникновение современных направлений.

**Практика.** Приставной шаг вперед, назад. Попеременное сгибание рук в локтевом суставе с последующим энергичным выпрямлением вперед, вверх, в стороны. Ходьба на полупальцах с броском ноги. Колесо (без пауз), на одной руке. ПолуШпагат в положении «березка». Броски ног из положения «кобра», две ноги сразу. Мостик из положения стоя, удержание равновесия с одной ногой на воздухе. «Волна». Перевороты через шпагат.

Комбинации переворотов в группировках и шпагатах, с использованием кувырков. Расслабление мышц одной руки из положения руки вперед, руки в стороны. Одновременное расслабление обеих рук.

Расслабление мышц корпуса (наклоны вперед) с одновременным расслаблением рук в плечевых суставах с последующим раскачиванием рук, находясь в наклонном положении.

Круглый полуприсяд (приседание с вращением корпуса) и приседание с последовательным выпрямлением, стоя у опоры. Боковая «волна». Упражнения с предметом: лентой, веревкой, скакалкой. Тур на простом прыжке. Тур на прыжке с захлестом голени назад. Комбинации из перескоков и прыжков «сиссон». Вращения на перескоках. Броски перекидное. Гран жете боковое.

Дополнительно даются новые комбинации из пройденных элементов для намеченной постановки, новые элементы из разных танцевальных стилей.

### **Тема 5.3 Итоговые занятия и мероприятия**

- Слушание музыки, придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов.
- показ родителям проученного материала;
- выступление на школьных мероприятиях с танцевальным номером.

## 2.4. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

### Календарно-учебный график (1й год обучения)

№	месяц	недел я	Форма занятия	Кол-во часов	Тема Занятия	Форма контроля	
1.	Сентябр ь	4	Беседа	2	Вводное занятие. Формирование межличностных отношений. Техника безопасности	Опрос	
2.	Сентябр ь	11	групповая	2	Степ аэробика	Текущий контроль	
3.	Сентябр ь	18	групповая	2	Партерная гимнастика		
4.	Сентябр ь	25	групповая	2	Танец сладкоежки. Учим	Наблюде ние	
5.	Октябрь.	2	Групповая	2	Повторение материала	Текущий контроль	
6.	Октябрь.	9	Групповая	2	Координация в пространстве	Наблюде ние	
7.	Октябрь.	16	Групповая	2	Прыжки		
8.	Октябрь.	23	Групповая	2	Рисунок танца		
9.	Октябрь.	30	Групповая	2	счет в танце 2 и $\frac{3}{4}$	Опрос	
10	Ноябрь.	20	Групповая	2	Партерная гимнастика. Работа над дикцией.	Наблюде ние	
11	Ноябрь.	27	Групповая	2	Повторение материала		
12	Декабрь.	4	Групповая	2	Характеристика высоких, и низких прыжков		
13	Декабрь.	11	Групповая	2	Ансамбль- темповый, ритмический		
14	Декабрь.	18	Групповая	2	Степ-аэробика		
16	Декабрь.	25	Групповая	2	Приемы ансамблевого выступления		
18	Январь.	15	Групповая	2	Повторение материала		
19	Январь.	22	Групповая	2	Танец . изучение		
20	Январь.	29	Групповая	2	Отработка танца		Опрос
21	Февраль	5	групповая	2	Повторение материала		Наблюде ние
22	Февраль	12	Групповая	2	Танец. Прыжки	Наблюде ние	
23	Февраль	19	Групповая	2	Партерная гимнастика	Наблюде ние	
24	Февраль	26	Групповая	2	Работа над отработкой	Текущий контроль	
25	Март	5	Теория	2	Сценическая культура	Текущий контроль	
26	Март	12	Групповая	2	Рисунок танца. Перестроение		
27	Март	19	Групповая	2	Отработка сценических движений		
28	Март	26	Групповая	2	Поторение материала		
29	Апрель	9	Групповая	2	Партерная гинастика		
30	Апрель	16	Групповая	2	Отработка танцев		
31.	Апрель	23	Групповая	2	Силовые нагрузки		
32	Апрель	30	Групповая	2	Диагностика	Наблюде	

33	Май	7	Групповая	2	Работа над сценическим образом	ние
34	Май	14	Групповая	2	Повторение репертуара танц. композиции 1 и 2 полугодия. Работа над ошибками.	
35	Май	21	Групповая	2	Контрольный урок	
36	Май	28	Групповая	2	Повторение материала	

### Календарно-учебный график (2-й год обучения)

№	месяц	Число	Форма занятия	Кол -во часов	Тема Занятия	Форма контроля
1.	Сентябрь	4	Групповая	2	Вводное занятие. Техника безопасности	Опрос
2.	Сентябрь	7	Групповая	2	Рисунок танца. (круг, линии)	Текущий контроль
3.	Сентябрь	11	Групповая	2	Степ разминка. Прыжки	
4.	Сентябрь	14	групповая	2	Дыхательные упражнения. гимнастика	Наблюдение
5.	Сентябрь.	18	групповая	2	Изучение танца	Текущий контроль
6.	Сентябрь.	21	групповая	2	Повторение материала.	Наблюдение
7.	Сентябрь.	25	групповая	2	Прыжки с 2 ног на 1	
8.	Сентябрь	28	групповая	2	Постановка танца.	
9.	Октябрь.	2	Групповая	2	Отработка материала	Опрос
10	Октябрь.	5	Групповая	2	Партерная гимнастика	Наблюдение
11	Октябрь.	9	Групповая	2	Повторение материала	
12	Октябрь.	12	Групповая	2	Прыжки высокие и низкие.	
13	Октябрь	16	Групповая	2	Ансамбль- темповый, ритмический.	
14	Октябрь	19	Групповая	2	Партерная гимнастика.	
16	Октябрь	23	Групповая	2	Степ-аэробика.	
18	Октябрь.	26	Групповая	2	Музыкальная разминка.	
19	Октябрь.	30	Групповая	2	Эстрадный имидж	Опрос
20	Октябрь.		Групповая	2	Характеристика высоких, низких прыжков	
21	Октябрь.		Групповая	2	Сценический образ в танце	Наблюдение
22	Ноябрь.	9	Групповая	2	Счет в танце 2\4 и 3\4	Наблюдение
23	Ноябрь.	13	Групповая	2	Разбор танца по квадратам.	Наблюдение
24	Ноябрь.	16	Групповая	2	Танец. Отработка	Текущий контроль
25	Ноябрь.	20	Групповая	2	Сценическая культура	
26	Ноябрь.	23	Групповая	2	Повторение материала	
27	Ноябрь.	27	Групповая	2	Координация в пространстве.	
28	Ноябрь.	30	Групповая	2	Соловые упражнения. Руки,ноги)	



29	Декабрь.	4	групповая	2	Повторение материала	Наблюдение
30	Декабрь.	7	Групповая	2	Степ-аэробика.	
31.	Декабрь.	11	Групповая	2	Прыжки . Гимнастика.	
32	Декабрь.	14	Групповая	2	Работа со стопами.	
33	Декабрь.	18	Групповая	2	Повторение материала	
34	Декабрь.	21	Групповая	2	Повторение репертуара 1 полугодия. Работа над ошибками.	
35	Декабрь.	28	Групповая	2	Партерная гимнастика	
36	Январь.	11	Групповая	2	Танец. Отработка	
37	Январь.	15	Групповая	2	Сказкотерапия	
38	Январь.	18	Групповая	2	Повторение материала	
39	Январь.	22	групповая	2	Музыкальный размер.	Наблюдение
40	Январь.	25	групповая	2	Муз. Разминка. Рисунок танца	Текущий контроль
41	Январь.	29	Групповая	2	Повторение материала.	Наблюдение
42	Февраль.	1	Групповая	2	Работа над выразительным исполнением	
43	Февраль.	5	Групповая	2	Степ-аэробика	
44	Февраль.	8	групповая	2	Артикуляция. Пение на legato staccato	
45	Февраль	12	Групповая	2	Работа по партиям	
46	Февраль	15	Групповая	2	Работа над выразительным исполнением	
47	Февраль	19	Групповая	2	Работа над интонацией при пении гаммы и трезвучий	
48	Февраль	22	Групповая	2	Работа по партиям	
49	Февраль	26	Групповая	2	Работа над выразительным исполнением	
50	Март	1	групповая	2	Степ-аэробика.	
51	Март	5	Групповая	2	Танец. Повторение.	Зачет
52	Март	12	групповая	2	Отработка материала	Наблюдение
53	Март	15	Групповая	2	Прыжки. Работа с корпусом	Наблюдение
54	Март	19	Групповая	2	Понятие плие, гранд плие.	Текущий контроль
55	Март	22	групповая	2	Работа над ритмом, темпом.	наблюдение
56	Апрель	5	Групповая	2	Повторение материала	
57	Апрель	9	групповая	2	Отработка танц. комбинации	
58	Апрель	12	групповая	2	Танц. Связка на 4-8ки Дикци.	
59	Апрель	16	Групповая	2	Силовые упражнения.	
60	Апрель	19	Групповая	2	Отработка материала	
61	Апрель	23	Групповая	2	Координация в совр.танце	

62	Апрель	26	Групповая	2	Знакомство с танц. Направлением.	Наблюдение
63	Апрель	30	Групповая	2	Хип-хип. Контемп.	
64	Май	3	Групповая	2	Отработка танц. композиции	
65	Май	7	Групповая	2	Повторение материала	
66	Май	10	Групповая	2	Исполнение ритмических упражнений. Работа над ритмом.	
67	Май	14	Групповая	2	Рисунок танца.	Наблюдение
68	Май	17	Групповая	2	Степ аэробика.	
69	Май	21	Групповая	2	Повторение материала	Текущий контроль Зачет
70	Май	24	Групповая	2	Танец. Отработка	
71	Май	28	Групповая	2	Контрольный урок	
72	Май	31	Групповая	2	Повторение материала	Зачет

### Календарно-учебный график (3-й год обучения)

№	месяц	Число	Форма занятия	Кол-во часов	Тема Занятия	Форма контроля
1.	Сентябрь	4	Групповая	2	Вводное занятие. Техника безопасности	Опрос
2.	Сентябрь	7	Групповая	2	Рисунок танца. (круг, линии)	Текущий контроль
3.	Сентябрь	11	Групповая	2	Степ разминка. прыжки	
4.	Сентябрь	14	групповая	2	Дыхательные упражнения. гимнастика	Наблюдение
5.	Сентябрь.	18	групповая	2	Изучение танца	Текущий контроль
6.	Сентябрь.	21	групповая	2	Повторение материала.	Наблюдение
7.	Сентябрь.	25	групповая	2	Прыжки с 2 ног на 1	
8.	Сентябрь	28	групповая	2	Постановка танца.	
9.	Октябрь.	2	Групповая	2	Отработка материала	Опрос
10	Октябрь.	5	Групповая	2	Партерная гимнастика	Наблюдение
11	Октябрь.	9	Групповая	2	Повторение материала	
12	Октябрь.	12	Групповая	2	Прыжки высокие и низкие.	
13	Октябрь	16	Групповая	2	Ансамбль- темповый, ритмический.	
14	Октябрь	19	Групповая	2	Партерная гимнастика.	
16	Октябрь	23	Групповая	2	Степ-аэробика.	
18	Октябрь.	26	Групповая	2	Музыкальная разминка.	
19	Октябрь.	30	Шрупповая	2	Эстрадный имидж	Опрос
20	Октябрь.		Групповая	2	Характеристика высоких, низких прыжков	
21	Октябрь.		Групповая	2	Сценический образ в танце	Наблюдение

						ние
22	Ноябрь.	9	Групповая	2	Счет в танце 2\4 и 3\4	Наблюдение
23	Ноябрь.	13	Групповая	2	Разбор танца по квадратам.	Наблюдение
24	Ноябрь.	16	Групповая	2	Танец. Отработка	Текущий контроль
25	Ноябрь.	20	Групповая	2	Сценическая культура	Наблюдение
26	Ноябрь.	23	Групповая	2	Повторение материала	
27	Ноябрь.	27	Групповая	2	Координация в пространстве.	
28	Ноябрь.	30	Групповая	2	Соловые упражнения. (Руки,ноги)	
29	Декабрь.	4	групповая	2	Повторение материала	
30	Декабрь.	7	Групповая	2	Степ аэробика.	
31.	Декабрь.	11	Групповая	2	Прыжки . Гимнастика.	
32	Декабрь.	14	Групповая	2	Работа со стопами.	
33	Декабрь.	18	Групповая	2	Повторение материала	
34	Декабрь.	21	Групповая	2	Повторение репертуара 1 полугодия. Работа над ошибками.	
35	Декабрь.	28	Групповая	2	Партерная гимнастика	
36	Январь.	11	Групповая	2	Танец. отработка	
37	Январь.	15	Групповая	2	Сказкотерапия	
38	Январь.	18	Групповая	2	Повторение материала	
39	Январь.	22	групповая	2	Музыкальный размер.	Наблюдение
40	Январь.	25	групповая	2	Муз. Разминка. Рисунок танца	Текущий контроль
41	Январь.	29	Групповая	2	Повторение материала.	Наблюдение
42	Февраль.	1	Групповая	2	Работа над выразительным исполнением	
43	Февраль.	5	Групповая	2	Степ-аэробика	
44	Февраль.	8	групповая	2	Артикуляция. Пение на legato staccato	
45	Февраль	12	Групповая	2	Работа по партиям	
46	Февраль	15	Групповая	2	Работа над выразительным исполнением	
47	Февраль	19	Групповая	2	Работа над интонацией при пении гаммы и трезвучий	
48	Февраль	22	Групповая	2	Работа по партиям	
49	Февраль	26	Групповая	2	Работа над выразительным исполнением	
50	Март	1	групповая	2	Степ-аэробика.	
51	Март	5	Групповая	2	Танец. Повторение.	Зачет
52	Март	12	групповая	2	Отработка материала	Наблюдение

53	Март	15	Групповая	2	Прыжки. Работа с корпусом	Наблюдение	
54	Март	19	Групповая	2	Понятие плие, гранд плие.	Текущий контроль	
55	Март	22	групповая	2	Работа над ритмом, темпом.	наблюдение	
56	Апрель	5	Групповая	2	Повторение материала		
57	Апрель	9	групповая	2	Отработка танц. комбинации		
58	Апрель	12	групповая	2	Танц. Связка на 4-8ки Дикци.		
59	Апрель	16	Групповая	2	Силовые упражнения.		
60	Апрель	19	Групповая	2	Отработка материала		
61	Апрель	23	Групповая	2	Координация в совр.танце		
62	Апрель	26	Групповая	2	Знакомство с танц. Направлением.		
63	Апрель	30	Групповая	2	Хип-хип. Контемп.		Наблюдение
64	Май	3	Групповая	2	Отработка танц. композиции		
65	Май	7	Групповая	2	Повторение материала		
66	Май	10	Групповая	2	Исполнение ритмических упражнений. Работа над ритмом.		
67	Май	14	Групповая	2	Рисунок танца.		
68	Май	17	Групповая	2	Степ аэробика.	Наблюдение	
69	Май	21	Групповая	2	Повторение материала		
70	Май	24	Групповая	2	Танец. Отработка	Текущий контроль Зачет	
71	Май	28	Групповая	2	Контрольный урок	Зачет	
72	Май	31	Групповая	2	Основы сценического мастерства		

### **III. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ И ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ**

#### **3.1 Методическое обеспечение программы**

Занятия проходят в форме музыкальных игр и импровизационных заданий, способствующих развитию музыкальности: формируют музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки, развивают чувство ритма.

Это игры с музыкальными заданиями, с элементами соревнования (плетень, один лишний), импровизационные задания: образное перевоплощение под музыку (животные, снежинки, игрушки).

Занятия хореографией можно разделить на несколько видов:

1. **Обучающие занятия:** детально разбирается движение. Раскладка и разучивание упражнений в медленном темпе. Объяснение приема его исполнения. На занятии может быть введено не более 3-4 комбинаций.

2. **Закрепляющие занятия:** повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других, или идет соревнование - игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.

3. **Итоговые занятия:** обучающиеся практически самостоятельно, без подсказки, выполняют все заученные ими движения и танцевальные комбинации, демонстрируют знания и владение основной терминологией.

4. **Импровизационная работа:** на этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

**Занятия на каждом этапе обучения строятся по следующей схеме:** подготовительная часть, основная часть, заключительная часть.

При обучении и разучивании танцев важное место на занятиях отводится тренажу — это определённая система тренировочных упражнений, которые помогают обучающимся легче разучить и усвоить танцевальный репертуар. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям, и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины и ног, способствуют координации движений. Каждый элемент танца раскладывается на ряд более простых движений. По мере усвоения схемы движения добавляются детали, постепенно доводящие данный элемент до его законченной формы.

Обычно педагог показывает и объясняет движения, проделывает их совместно с детьми сначала в медленном темпе, со счётом вслух, без музыкального сопровождения; затем с музыкой — в спокойном темпе, пока они не будут усвоены обучающимися.

На последнем занятии повторяются и закрепляются эти движения, постепенно совершенствуя их и сочетая с элементами танца.

Параллельно с отработыванием движений ног, рук и корпуса, идет работа над выразительностью мимики лица, выражением глаз. Чувствуя и пропуская через себя образ, который дети воплощают в танце, они с большим удовольствием работают над артистичностью исполнения танца.

На первых годах обучения преобладает подражательный характер усвоения программы, тогда как на третьем и четвёртом годах - поисковый, коммуникативный.

Теоретическая часть даётся по ходу занятий в соответствии с содержанием нового материала /историческая справка, сведения о жизни и творчестве выдающихся танцоров, характере музыкальных произведений в

сочетании с танцевальными движениями, этике поведения и сценической культуре/.

Практическая часть зависит от уровня навыков, желания ребёнка (особенно на начальном этапе), сложности отдельных элементов танца.

**Основная часть занятия** — разучивание танца. Сначала даётся общее представление о цели — показ танца в законченной форме. Приступая к разбору и разучиванию танца, сначала прослушивается музыка к нему, определяется характер, стиль, разучиваются отдельные движения танца и лишь затем вся композиция. Главным приёмом в работе над танцем является развитие самостоятельности и инициативы у ребят, подчёркивание их индивидуальности.

Детям предлагается составлять небольшие танцевальные композиции, вносить элементы импровизации, способствуя развитию творческой активности.

Организация творческой деятельности позволяет педагогу увидеть характер в ребёнке, выявить движения его души, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, потребности в данного рода деятельности, выявить и развить его творческий потенциал.

На выявление и развитие индивидуальности обучающихся, отводится не менее 5 минут на каждом занятии. Это и работа с детьми, требующими повторного показа, дополнительного объяснения или подсказки педагога, как легче и грамотнее выполнить то или иное упражнение, танцевальное движение или сложный элемент танца. Вся работа по индивидуализации процесса обучения строится в тесной взаимосвязи с родителями. Тесный контакт с родителями, беседы с ними открывают многое в характере того или иного обучающегося. Также этому способствует период совместной творческой деятельности с коллективом педагогов ансамбля по созданию концертных номеров, разработке костюмов, организации и участию в концертных программах, конкурсах и различных праздниках.

Для изучения или закрепления новых, сложных или трудных движений танца используется приём выполнения упражнений детьми по очереди с последующим анализом результатов педагогом или самими обучающимися (сравнение, выявление удач и ошибок), показ элементов движений педагогом или детьми, усвоившими разучиваемое движение.

Все замечания по ходу занятия делаются в спокойной, требовательной, но доброжелательной форме, без намёка на унижение личности ребёнка, с обязательными элементами поощрения и похвалы даже самых *незначительных успехов* обучающегося.

Занятия проводятся по группам, и в зависимости от цели и задач занятия обучение проводится совместно или отдельно - мальчики и девочки. Группы формируются по годам обучения с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.

Коллективная форма проведения занятий и разноуровневые возрастные группы дают возможность более продуктивно влиять на выработку у детей норм и правил высоконравственного поведения, добиваться сплочения

коллектива, наладить дружбу, здоровые отношения между членами коллектива чему способствует дружеская атмосфера совместного творчества, делового содружества, взаимопонимания и полного доверия между педагогами и детьми.

Важным моментом в реализации данной программы является создание творческой атмосферы, которая позволяет ненавязчиво, исподволь заниматься обучением и воспитанием с учётом специфики занятий ритмикой. Это творческие ситуации, творческие и проблемные задания, игровые приёмы (индивидуальные и коллективные).

В структуру каждого занятия по ритмике входят все элементы основных частей программы:

1. партерная гимнастика – растяжка и разогрев основных групп мышц, которые преимущественно будут задействованы на данном занятии;
2. занятие классическим (народным) тренажем у станка (опоры) – работа над техникой исполнения;
3. занятие классическим (народным) тренажем на середине зала – работа над устойчивостью, прыжками и т.д.;
4. диагональ – отработка ритмических элементов, элементов танцев;
5. постановочная работа – работа над постановкой и отработкой новых танцевальных композиций, разучивание новых композиционных рисунков (перестроений);
6. игра (импровизация) – музыкальные игры организующего порядка, различные задания на импровизацию, просмотр номеров, придуманных обучающимися.

Целостный процесс обучения танцам можно условно разделить на три этапа:

- начальный этап - обучению упражнению (отдельному движению);
- этап углубленного разучивания упражнения;
- этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, повторить упражнение.

При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.)

Начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным движениям (например, разнонаправленные движения руками, ногами, головой в упражнениях танцевального характера) педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнению.

При удачном выполнении упражнения целесообразно его повторить несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о нем.

Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствования ритма, свободного и слитного выполнения упражнения.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его в умение высшего порядка. Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями.

Этап совершенствования упражнений можно считать завершенным лишь только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей. Только после этого данное упражнение можно применить с другими, ранее изученными упражнениями, в различных комбинациях, комплексах и танцах.

Одной из форм обучения и подведения итогов усвоения программы является участие обучающихся в различных концертах, конкурсах и фестивалях по хореографии.

### **3.2 Условия реализации программы**

Перечень учебно-методического обеспечения для реализации программы:

- Хореографический класс с зеркальным оформлением стен.
- Учебники, методические пособия по всем разделам хореографической деятельности.
- Аудиокассеты, CD – диски, флеш-карты.
- Аппаратура для озвучивания занятий: магнитофон, музыкальный центр.
- Коврики.
- Форма для занятий ритмикой.
- Костюмы для концертной деятельности.



### 3.3. Список литературы

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: изд. «Искусства», 1983
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Санкт-Петербург, 1996.
3. Богатырев П.Г. Вопросы теории народного искусства. М., 1971.
4. Богданов Г. Самобытность русского танца. М., 2002.
5. Богданов Г. Хореографическое образование. М., 2001.
6. Буданова Г.П. Материалы по определению качества обучения в дополнительном образовании. – М., 1999.
7. Ваганова А.Я. Основы классического танца. С-Пб., 2003.
8. Возрастная и педагогическая психология /Под ред. Петровского. – М.: Педагогика.
9. Заикин Н. Областные особенности русского народного танца. М., 2002.
10. Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Пособие для практических работников ДОУ. М., 2005
11. Климов А. Основы русского народного танца. М., 2002.
12. Климов А. Особенности русского народного танца. М., 2002.
13. Климов А. Русский народный танец. М., 2002.
14. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. М., 1994.
15. Классический танец: Методическая разработка для преподавателей школ искусств. – М., 1988
16. Кон И.С. Психология ранней юности. – М., 1989
17. Федорова Г. Танцы для развития детей. М., 2000.
18. Источники интернет ресурсов.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 266592536671298867531651571396054376186336389038

Владелец Рогачёва Марина Павловна

Действителен с 09.04.2024 по 09.04.2025