

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Иркутской области
Управление образования Иркутского районного муниципального образования
МОУ ИРМО «Марковская СОШ»

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

 /А.М.Мунгалова

Протокол №2

от «30» августа 2024 года

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора по УВР

 /Н.Н.Гаученова/

от «30» августа 2024 года

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОУ ИРМО «Марковская СОШ»

 /Е.В.Ехлакова/

Приказ № 03-02-525

от «03» сентября 2024 года



Рабочая программа
«Хореографического коллектива «Чудесники»

Возраст учащихся: 7-11 лет

на 2024-2025 учебный год

Составитель программы:
Джусупова Евгения Александровна,
педагог дополнительного образования

р. п. Маркова, 2024г.

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе образовательной программы хореографического коллектива «Чудесники» (автор-составитель Джусупова Евгения Александровна), которая предусматривает систематическое и последовательное обучение, эстетическое воспитание детей посредством танца. Данная программа утверждена директором МУК СКЦ Марковского МО Иванченко И.В. в 2017г. и напечатана в сборнике «Программно-методическое обеспечение деятельности клубных формирований самодеятельного народного творчества»

При проектировании и реализации программы были учтены положения и требования следующих нормативных документов:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Концепция развития дополнительного образования детей.
- Конвенция о правах ребёнка;
- Национальная доктрина образования в РФ на период до 2025 г.;
- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41);
- Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 9 ноября 2018г. № 196 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе «с Методическими рекомендациями по проектированию ДООП»;
- Устав МОУ ИРМО «Марковская СОШ»;
- Положение о рабочих программах учебных предметов, факультативных курсов, курсов внеурочной деятельности, учебных модулей НОО в условиях ФГОС-2021.

В современной системе образования и воспитания важное место занимает искусство, являющееся неотъемлемой частью человеческой деятельности. Приобщение детей к искусству на любом качественном уровне (восприятие, познание, творческая деятельность) развивает эмоционально-нравственную и духовную культуру растущего человека, пробуждает способность видеть, ценить и создавать красоту.

Программа является адаптированной для дополнительного образования школьников.

Общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореографического коллектива «Чудесники» имеет художественную направленность по уровню освоения – общекультурная.

Новизна, актуальность и педагогическая целесообразность программы. Ее место в программе воспитания.

Занятия искусством создаёт благоприятные условия для творческого развития ребёнка, среди которых, хореография занимает особое место. Хореография как синтетическое искусство представляет собой полихудожественную систему развития и воспитания детей на основе слияния музыки и пластики, а также интеграции различных видов искусств (литература, живопись, театр, поэзия, музыка). Поэтому занятия танцем служит хорошей основой для успешного развития не только специальных художественных способностей, но и всеобщей универсальной способности к творчеству. Танцевальные занятия, наполненные красотой музыки и радостью движения, стимулируют духовные силы и творческий потенциал личности, несут положительную энергию, что в целом даёт хорошую базу для успешного гармоничного развития личности ребёнка.

Занятия хореографией в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность. Постепенно ученики

преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку. С использованием элементов костюма и декорации.

Первым этапом освоения хореографии является ритмика, которая дает детям первоначальную хореографическую подготовку, развивает музыкальность, чувство ритма и сформировывает у них основные двигательные качества и навыки, необходимые для занятий классическим, народно-сценическим и историко-бытовым танцем. В настоящее время дети проявляют желание к хореографическому искусству.

Новизна программы заключается в поэтапном освоения курса хореографии. На освоение каждого этапа отводится 2-3 года. Только после усвоения материала ребенок переводится на следующий этап.

Цель программы: гармоничное развитие личности ребёнка, его художественно-творческих умений, нравственных качеств и творческих способностей средствами хореографического искусства.

Задачи программы:

Образовательные:

1. Познакомить:

- с основами хореографии;
- с положением рук, ног, головы, корпуса во время танца;
- с классическим и современным танцами.

2. Формировать музыкально-ритмические навыки: восприятие общего характера музыкальных произведений, развитие музыкальной памяти, чувства музыкальной формы, ритма, способность различать музыкальные размеры, темпы, динамику.

2. Обучить умению свободно двигаться и ориентироваться в пространстве;

Развивающие:

Развивать:

1. художественно-творческие способности: способность воспринимать, чувствовать и переживать художественные произведения; способность к импровизации и сочинению музыкально-двигательных образов и танцевальных комбинаций;

2. воображение, фантазию, образное мышление;

3. физические качества: двигательные навыки, гибкость и пластичность суставов;

4. координацию движений;

5. умения:

- анализировать и оценивать музыкальные и хореографические произведения.
- соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата;

- самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи;

- самостоятельно планировать пути достижения целей;

- продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

- владения основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности

Воспитательные:

Воспитывать:

- нравственно-коммуникативные качества у учащихся: умения вести себя в группе во время движения (танцевальный этикет); чувство такта и культурных привычек в процессе группового общения со сверстниками и взрослыми, дружелюбности;

- аккуратность и трудолюбие;

- чувство ответственности и уверенности;

- стремление к здоровому образу жизни..

- волевые качества: работоспособность, инициативность, ответственность, доброжелательность.

Цели и задачи программы по годам обучения

Младшая группа

Цель: развитие интереса к хореографическому искусству, развитие художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

Задачи

обучающие:

1.формирование знаний:

- о положении рук, ног, головы;
- о позициях в классическом танце;
- по постановке корпуса;

2.обучение:

- экзерсису у станка и на середине;
- припаданию, боковому шагу;

развивающие:

1.развитие:

- навыка исполнения переменного хода, лёгкого шага с носка на пятку;
- навыка исполнения элементов русского танца;
- умения выразить образ в разном эмоциональном состоянии;
- умения изображать в танцевальном шаге повадки животных кошки, лисы и других животных;

- навыка тактирования руками музыкальных размеров $2/4$, $3/4$, $4/4$.

- навыка шага в такт музыке, сохраняя красивую осанку;

- умения передать в шаге маршевый характер;

воспитательные:

1.воспитание

- бережного отношения друг к другу;
- интереса обучающихся к совместной деятельности;
- уважительного и толерантного отношения к различным хореографическим и музыкальным жанрам.

Средняя группа

Цель: овладение обучающимися основами техники классического танца.

Задачи

обучающие:

1.обучение

- правилам постановки рук;

- присядочным движениям;

2.формирование знаний

- о движении препарасьон;

- о выворотном положении ног;

- об акцентировании шага на первую долю такта в марше ($2/4$, $4/4$), в вальсе, полонезе, мазурке ($3/4$).

развивающие:

1.развитие умения

- умения исполнить препарасьон (открытие и закрытие рук и);

- умения импровизировать на свободную тему;

- навыка общения в паре;

- умения исполнить движения у станка;

воспитательные:

1.воспитание

- навыка коллективной работы;

- ответственности за общее дело.

Старшая группа

Цель: совершенствование специальных знаний, умений и навыков с увеличением силовой нагрузки.

Задачи

обучающие:

1.формирование знаний

- об основных движениях классического танца;
- о положении стопы, пятки и носка рабочей ноги;

2.обучение разновидностям батманов во всех направлениях;

3.формирование и развитие представлений о танцевальной культуре;

развивающие:

1.развитие

- навыка исполнения движения с затакта;
- навыка исполнения скрёстного шага, приставных шагов, батманов;
- навыка исполнения элементов вальса;
- умений выражать чувства;

воспитательные:

1.воспитание и развитие

- коммуникативных способностей;
- ответственности, трудолюбия, активности.

Для решения поставленных в программе задач предлагается использовать следующие **общепедагогические методы:**

- репродуктивный (вербальный и невербальный);
- проблемно-поисковый;
- креативный (творческий).

Отличительные особенности программы

Настоящая программа отличается от программ по хореографии тем, что её содержание адаптировано к условиям дополнительного образования детей. Её содержание комплексное: развитие хореографических умений и навыков и общая физическая подготовка.

Специфика обучения хореографии связана с постоянной физической нагрузкой. Но и физическая нагрузка сама по себе не имеет для ребенка воспитательного значения. Она обязательно должна быть совместима с творчеством, с умственным трудом и эмоциональным выражением.

Программа, в отличие от других подобных программ, является универсальной. В ней содержится необходимый комплекс танцевальных дисциплин, необходимых для занятий в хореографической студии по мере творческого роста воспитанника.

Возраст

Программа рассчитана на младших и средних школьников (от 7 до 15 лет) по группам в зависимости от возраста и года обучения.

Младшая группа (7-8 лет) – 1 час 3 раза в неделю (до 15 человек)

Средняя группа (9-12 лет) – 2 часа 3 раза в неделю (до 12 человек)

Старшая группа (13-15 лет) – 2 часа 3 раза в неделю на освоение программы (до 12 человек).

В младшую группу принимаются все дети без особой танцевальной подготовки. В среднюю и старшую группу принимаются дети с танцевальной подготовкой, прошедшие предварительный отсмотр на пробном занятии.

Срок реализации программы: 3 года: младшая группа, средняя и старшая группа. В младшей группе 102 часов в год, в средней и старшей по 204 часов в год.

Формы и режим занятий в объединении:

- групповые, подгрупповые теоретические и практические занятия;
- индивидуальные занятия;

- комплексные занятия;
- беседы;
- лекции;
- экскурсии;
- видеофильмы;
- элементы тренинга, релаксации;
- репетиции
- сюжетно-ролевые игры.

Программа предусматривает кроме групповых занятий и индивидуальную работу с детьми, т.к. образовательный процесс строится в соответствии с возрастными, психологическими возможностями и особенностями детей, ориентированный на личность ребенка и предполагает возможную необходимую коррекцию времени и режима занятий. Расписание строится из расчета 3 занятия в неделю по 45 минут в младшей группе по 2 урока по 45 минут с переменой в средней и старшей группах.

Методическое обеспечение программы

Для реализации программы необходимы видео- и аудио- пособия по хореографическому искусству, разработки сценариев праздников, внеклассных мероприятий и т.д.

Материально-технические:

1. аппаратура: аудио - и видеотехника, проектор, фотоаппарат, CD и DVD диски, акустическая система для проведения концертов;
2. просторное помещение, оборудованное специальными станками и зеркалами, отвечающее санитарно-гигиеническим требованиям, мебель.

1.2.Содержание программы

I раздел «Музыкальная азбука»

Данный раздел включает в себя изучение музыкальной азбуки и знакомство с основными понятиями:

1. характер музыки, темп, ритм, музыкальный размер;
2. динамические оттенки в музыке (форте, пиано), характер исполнения (легато, стоккато);
3. строение музыкальной речи, длительность звука, такт, фраза, предложение;
4. эмоциональная выразительность.

В процессе второго года обучения, полученные ранее понятия, расширяются и закрепляются.

Третий год обучения продолжает закрепление пройденного материала на более сложных примерах.

II раздел «Общая физическая подготовка»

Раздел включает комплекс физических упражнений, гимнастических и акробатических элементов необходимых для укрепления и формирования различных групп мышц. Кроме того, каждый урок ОФП пронизан элементами стретчинга. Все упражнения даются в виде танцевальных комбинаций.

III раздел «Элементы классического танца»

Данный раздел включает в себя знакомство с балетным искусством (видео, беседы, поездки в театр). Понятие о жанрах хореографии. Практические занятия предполагают выработку осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов, координации движений, развитие устойчивости. Последовательность упражнений (экзерсис) у станка, на середине зала и увеличение силовой нагрузки на каждый год обучения педагогом определяется в соответствии с уровнем природных способностей и физического развития воспитанников. Материал усложняется только в том случае, когда дети хорошо освоили предыдущий.

Изучение классического танца начинается с постановки корпуса, освоения основных позиций. Далее последовательно с усложнением дети изучают все элементы у станка и на середине. Необходимо тщательно подбирать музыкальное сопровождение занятий.

Одной из важнейших задач педагога-хореографа является исправление дефектов осанки, если они обнаружатся (кифоз, лордоз, сколиоз), неправильным.

IV раздел «Народный танец».

В данном разделе изучаются характерные особенности русского народного танца. Дети знакомятся с основными жанрами русского танца (видео, беседы, выезды на концерты, фестивали). Практическое освоение начинается с изучения характерных положений рук и ног, танцевальных ходов. В начале дети осваивают основные элементы русского танца в чистом виде, а затем в виде танцевальных комбинаций. Усложнение материала зависит от уровня подготовки и природных способностей воспитанников.

Раздел включает теоретические и практические занятия. Изучение танцев других народов начинается с третьего года обучения, когда дети уже имеют представление о русском танце. На третьем году обучения дети осваивают особенности белорусского, украинского танца и танцы народов Прибалтики. Занятия включают характерный тренаж (станок) и танцевальный репертуар.

V раздел «Современный танец»

Современный танец вводится на третьем году обучения, когда у детей поставлен корпус, и они хорошо ориентируются в пространстве. На первых занятиях по современному танцу дети овладевают техникой расслабления и напряжения мышц. В данном разделе изучаются элементарные техники джазового танца и контемптори. Дети узнают историю возникновения и становления современного танца, а также характерные особенности (видео, рассказы, беседы, концерты). Занятия начинаются с освоения изолированных движений, после чего переходят к их координации. Затем изучаются основные элементы, которые соединяются в танцевальные комбинации.

VI раздел «Актерское мастерство»

Цель занятий по данному разделу направлены на развитие игрового поведения, эстетического чувства, способности творчески относиться к любому делу, уметь общаться со сверстниками и взрослыми людьми в различных жизненных ситуациях. Использование упражнений на развитие выдержки, согласованности действий, тренировку зрительного и слухового внимания, наблюдательности, быстроты реакции, фантазии.

На занятиях дети учатся раскрепощаться, импровизировать, фантазировать.

VII раздел «Постановочная и репетиционная работа»

Постановочная и репетиционная работа пронизывает весь учебно-воспитательный процесс и способствует развитию творческих и актерских способностей воспитанников, углубление понимания содержательности танцевального образа. В ходе постановочной работы, на репетициях воспитанники осваивают музыкально-танцевальную природу искусства, развивается творческая инициатива детей воображение, умение передать музыку и содержание образа движением. Подготовка учащихся к концертному выступлению дает возможность личностному росту воспитанников. Темы сценических постановок должны соответствовать интересам детей, их возрастным особенностям, отражая в танцевальной форме круг жизненных явлений, включая мир природы, школы, героев литературы, сказок и песен, а также хореографических номеров, передающих характер музыки, ее настроение.

Содержание программы по годам обучения

Первый год обучения

Основная задача первого года обучения дать детям первоначальную хореографическую подготовку, развить общую музыкальность, чувство ритма и сформировать у них основные двигательные качества и навыки, необходимые для занятия танцем. На данном этапе дети обучаются азам хореографического искусства.

Следует учитывать, что недостаточное музыкальное развитие детей на первом этапе обычно является основным тормозом в развитии их музыкальных и хореографических способностей.

Необходимо чередовать физическую нагрузку с этюдной работой над небольшими сюжетными танцами, отражающими сказочные сюжеты, животных птиц, явления природы.

В процессе обучения следует учитывать так же физическую нагрузку, не допуская перенапряжение детей, не злоупотребляя партерной гимнастикой и прыжковыми движениями, так как дети в этом возрасте очень быстро устают.

Второй год обучения

При ограниченном количестве часов на предмет «классический танец» и «народный танец» второй класс оказывает решающее влияние на все последующее обучение и его конечный результат. В случае возникновения существенных пробелов и недостатков в качестве подготовки во втором классе исправить их в последующих классах практически невозможно. Это налагает большую и особую ответственность на преподавателя, требует его глубоко продуманного планирования перспектив работы класса на весь учебный год, тщательного отбора материала и мастерства ведения урока.

На втором году обучения закладывается фундамент для формирования всего комплекса знаний и навыков, умений, качеств учащихся.

Выполнение этой задачи предполагает выработку правильной балетной осанки на основе принятой в классическом и народном танцах постановки корпуса, ног, рук, головы; усвоение основных движений классического экзерсиса на основе выработки мышечных ощущений; формирование координации движений; работу над развитием природных данных; овладение основными приемами и навыками работы на уроке.

Говоря о выработке правильной балетной осанки, необходимо иметь ввиду, что на хореографических отделениях именно этот период является наиболее сложным, переломным, требующем преодоления ряда трудностей как физического, так и психологического характера. В первую очередь это связано с недостаточными данными учащихся. Правильная постановка корпуса – не только основа обучения умению танцевать, но и, в первую очередь фундамент, исходная база, на которой осуществляется как эстетическое воспитание средствами хореографии, так и воспитание личности в целом. Выработка этих качеств – сложная и неоднозначная задача, требующая учета очень много моментов, среди которых – и общие закономерности, и конкретные особенности, возникающие в рабочей обстановке.

Третий год обучения

Сохраняя и развивая навыки и умения, полученные во втором классе практические занятия третьего класса продолжают формирование фундаментальных основ танцевального исполнительства, ставя задачей: развитие силы стопы, укрепление стопы, развитие устойчивости, овладение начальными приемами исполнения прыжков, подготовку начал координации и танцевальности путем введения в экзерсис более сложных элементов.

Меняется отношение к музыке за счет понимания ее структурного построения, ритмического рисунка. Появляется предмет современный танец.

Наряду с новыми движениями очень полезно повторять движения проученные во втором классе в чистом виде, проверяя правильность их исполнения. Движения, появляющиеся впервые в программе третьего класса изучают сначала в чистом виде.

1.3 Планируемые результаты:

Предметные:

Знания:

- основ хореографии;
- положения рук, ног, головы, корпуса во время танца;
- классический, народный и современный танцы.

Умения и навыки

- грамотно, музыкально, красиво исполнять классические, народные и современные танцы;

- музыкально-ритмические: восприятие общего характера музыкальных произведений, музыкальная память, чувства музыкальной формы, ритма, различать музыкальные размеры, темпы, динамику.

- импровизировать, сочинять музыкально-двигательные образы и танцевальные комбинации;

Наличие:

- гибкости и пластичности суставов;
- координации движения;
- выразительности движения;
- воображения, фантазии, образного мышления.

Личностные:

- нравственно-коммуникативные качества у учащихся;
- аккуратность и трудолюбие;
- чувство ответственности и уверенности;
- стремление к здоровому образу жизни;
- волевые качества: работоспособность, инициативность, ответственность, доброжелательность.
- коммуникативная компетентность в общении;
- толерантное сознание и поведение, готовность и способность вести диалог с другими людьми;
- достижение самореализации воспитанников в творческой деятельности.

Метапредметные:

- Преодоление физических недостатков, связанных с нарушением опорно-двигательного аппарата: сколиоза, кифоза, лордоза и др.;
- Ориентация воспитанников на общечеловеческие ценности (истина, добро, красота).

Умения и навыки:

- анализа и объективной оценки результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата;
- планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- владения основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности

Формы подведения итогов реализации программы.

Применяемые формы контроля: открытые уроки, уроки-показы, контрольные уроки, конкурсы, наблюдения, контрольные задания с самостоятельным решением творческих задач, отчетный концерт, участие в конкурсах.

Педагог создает на занятиях творческую атмосферу, постоянно контролируя выполнение заданий и фиксируя внимание воспитанников на качестве выполнения своей работы. Поэтому обязательна оценочная деятельность педагога. Как правило, она практикуется в форме одобрения. При оценке педагог учитывает индивидуальные

способности, уровень усвоения знаний воспитанником, всегда оценивая его личные успехи, без сравнения с достижениями другого ребенка.

Поощрением является:

- похвала воспитанника, который правильно выполняет все задания и требования педагога:

- просьба педагога к сильным воспитанниками позаниматься с теми, кто по болезни или по другим причинам пропустил занятия, после чего педагог проверяет эту работу:

- участие в концертных выступлениях:

- беседа с родителями об успехах воспитанника.

Критериями оценки является определенный набор умений, знаний и навыков, которые должен получить воспитанник в процессе образования, завысти от возрастной группы и этапа освоения программы

Основными критериями оценки освоения программного материала остаются результаты участия в хореографических фестивалях и конкурсах разных уровней, а также активное участие в концертных мероприятиях поселка и города.

1.4. тематическое планирование

Название раздела	Количество часов					
	1 год		2 год		3 год	
	теория	практика	теория	практика	теория	практика
Музыкальная азбука	5	5	3	5	4	3
ОФП	8	30	13	37	7	32
Элементы классического танца	4	11	13	47	11	49
Народный танец	2	7	5	33	3	27
Современный танец					10	20
Актёрское мастерство	5	10	3	15	2	6
Постановочная и репетиционная работа.		15		30		30
Итого:	102		204		204	

1 год обучения

Название раздела	Количество часов		
	1 год		Общее количество часов
	теория	практика	
Музыкальная азбука	5	5	10
ОФП	8	30	38
Элементы классического танца	4	11	15
Народный танец	2	7	9
Актёрское мастерство	5	10	15
Постановочная и репетиционная работа.		15	15
	24	78	102

№	Тема, раздел, примерное количество часов	Предметное содержание
---	--	-----------------------

1	Вводный урок	
2	Раздел №1. Музыкальная азбука 10 часов	- Музыкальный характер. - Музыкальный характер. Повторение. - Музыкальный темп. - Метроритмический акцент. - Метроритмический акцент. Отработка. - Основы нотной грамоты. Длительности нот. - Музыкальный размер (2/4). - Музыкальный размер (3/4). - Танцевальный костюм. - Жанры хореографического искусства
3	Раздел №2. ОФП (Общая физическая подготовка) 38 часов	- Основные элементы танцевальной азбуки (поклон из первой невыворотной позиции, позиции ног естественные, положения рук). - Осанка. Постановка корпуса. - Танцевальный шаг. Правила исполнения. - Танцевальный бег. Бег с захлестом. - Танцевальный бег. Острый бег. - Галоп. Правила исполнения. - Координация. Упражнения на развитие координации. - Трамплинные прыжки. Правила исполнения. - Трамплинные прыжки. «Разножка». - Трамплинные прыжки. «Звёздочка». - Трамплинные прыжки. «Лягушка». - Повторение и отработка трамплинных прыжков. - Подскоки. Правила исполнения - Подскоки. Виды. Отработка. - Гимнастические элементы. «Мост». Правила исполнения. - Гимнастические элементы. «лягушка», «корзинка». - Акробатические элементы. Колесо. Правила исполнения. - Пресс. Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса. - Стретчинг. Различные виды. Правила растяжки. - Шпагат. Упражнения на растяжку. - Постановка стопы. «Птичка». Упражнения для формирования стопы. - Выворотность. Упражнения на развитие выворотности. - Кувырки и перекаты. - Устойчивость. Упражнения на развитие устойчивости. - Горцевание. Правила исполнения. - Повторение и отработка комбинации «Горцевание». - Большие броски. Правила исполнения. - Снятие мышечного напряжения. Расслабляющая гимнастика. - Хлопушки. Упражнения на развитие 4 музыкальности. - Повторение и отработка комбинации «хлопушка». - Выносливость. Формирование выносливости. - Вращения с продвижением по диагонали. Правила исполнения

		33. Вращения с продвижением по диагонали. Отработка. 34. -36Повторение танцевальных комбинаций. 37-38Подготовка к контрольному уроку за год.
4	Раздел№3. Элементы классического танца 15 часов	1. Классический танец. Характерные особенности. История балетного искусства. 2. Постановка корпуса у станка. 3. Позы в танце. 4. Основные позиции рук в классическом танце. 5. Основные позиции ног в классическом танце.(I, II, III) 6. Положение корпуса в пространстве. En face. Epaulement. 7. Demi- Plie. Правила исполнения. 8. Работа рук в классическом танце. 1Port de bras. 9. Работа рук в классическом танце. 2 Port de bras. 10. Releve. 11. battement tendu. Техника исполнения. 12. Double battement tendu. Правила исполнения. 13. Passe par terre лицом к станку. Правила исполнения. 14. Rond de jambe par terre. Demi-Rond. Правила исполнения. 15. Allegro. Saute. Правила исполнения
5	Раздел№4. Народный танец 9 часов	1. Русский танец. Характерные особенности. 2. Хороводный шаг. 3. Переменный ход. 4. Русский бег. Правила исполнения. 5. Port de bras в русском характере. 6. Дробный ход. 7. Ковырялочка. 8. Перекрёстная ковырялочка. 9. Моталочка.
6	Раздел№5. Актерское мастерство 15 часов	1. Изобразительность в танце «повадки животных». 2. Изобразительность в танце «характер животных». 3. Импровизация с предметом. 4. Музыка мне нарисовала. 5. Инсценирование стихотворного текста. 6. Творческое задание «Гусеница». 7. Танец с платочком. 8. 7Мимика. Эмоции. 9. Жесты. 10. Образный танец «бабочка». 11. Образный танец «цветок». 12. Творческое задание «музыка мне подсказала». 13. Творческое задание «Маска 2». 14. Творческое задание «Маска 1». 15. История рассказанная танцем.
7	Раздел№6. Постановочная и репетиционная работа 15 часов	1. Постановка танца 2. Повторение и отработка танца. 3. Репетиция танца.
8		Контрольный урок за год.
9		Заключительное занятие «Подведение итогов за год»

2 год обучения

Название раздела	Количество часов		
	2 год		
	теория	практика	Общее количество часов
Музыкальная азбука	3	5	8
ОФП	13	37	50
Элементы классического танца	13	47	60
Народный танец	5	33	38
Современный танец			
Актёрское мастерство	3	15	18
Постановочная и репетиционная работа.		30	30
Итого:	204		

№	Тема, раздел, примерное количество часов	Предметное содержание
1	Вводный урок.	
2	Раздел №1. Музыкальная азбука 8 часов	1. Характер музыки. 2. Музыкальные характеристики. Темп. Ритм 3. Метроритмический акцент. Сильная доля в музыке. 4. Динамические оттенки в музыке (форте, пиано). Характер исполнения. 5. Основы нотной грамоты. Длительности нот. 6. Балет. Опера. Симфония 7. История танца. Сюжет танца. Либретто 8. Музыкальный размер.
3	Раздел №2. ОФП (Общая физическая подготовка) 50 часов	1. Осанка. Упражнения на формирование осанки 2. Походка. Положение корпуса. 3. Прыжки. «Разножка». 4. Пресс. Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса. 5. Движение. Работа мышц. 6. Танцевальный шаг. 7. Танцевальный бег. 8. Галоп. Правила исполнения. 9. Галоп. Комбинации. 10. Трамплинные прыжки. Правила исполнения. 11. Трамплинные прыжки. Разновидности. 12. Прыжки. «Лягушка». 13. Тренировочные упражнения на разогрев мышц. 14. Тренировочные комбинации. Разучивание. 15. Стретчинг. Основные понятия о растяжках. 16. Стретчинг. Виды. 17. Подскоки. Правила исполнения. 18. Подскоки. Разновидности. Отработка. 19. Выносливость. Упражнения на выработку выносливости. 20. Выносливость. Формирование выносливости к длительным танцевальным нагрузкам. 21. Постановка стопы. «Подъём и птичка». 22. Стопа. Упражнения на формирование стопы. 23. Координация. Упражнения на развитие

		координации. 24. Координация. Значение. 25. Выворотность. Анатомическое строение. Возможности. 26. Выворотность. Упражнения на развитие выворотности. 27. Равновесие. Устойчивость. Значение. 28. Равновесие. Правила и способы сохранения равновесия. Упражнения на развитие устойчивости. 29. Танцевальная связка. 30. Акробатические элементы. Колесо. Правила исполнения 31. Связываем движения. 32. Мышечный тонус. Расслабляющая гимнастика. 33. Расслабляющая гимнастика. Снятие мышечного напряжения. 34. Большие броски. Правила исполнения, лёжа на полу. 35. Большие броски. Отработка. 36. Шпагат. Упражнения на растяжку. 37. Акробатические элементы. Колесо. Отработка. 38. Шпагат. Разновидности. 39. Гимнастические элементы. «Лягушка», «Корзинка». 40. Кувырки. Правила исполнения. 41. Гимнастические элементы. «Мост». 42. Перекаты. Правила исполнения. 43. Подготовка к контрольному уроку по ОФП. Повторение разминочных комбинаций. 44. Подготовка к контрольному уроку по ОФП. Повторение прыжковых комбинаций. 45. Контрольный урок по ОФП за год.
4	Раздел №3. Элементы классического танца 60 часов	1. История классического танца. 2. Классический танец. Характерные особенности. 3. Основные позиции рук в классическом танце. 4. Основные позиции ног в классическом танце. 5. План танцевального класса. 6. Постановка корпуса. 7. Demi-Plie лицом к станку. Правила исполнения 8. Demi-Plie лицом по I и II позициям. повторение. 9. Battement tendu лицом к станку из I позиции. Правила исполнения. 10. Battement tendu. Повторение. Отработка. 11. Demi-Plie по V позиции. 12. Grand-Plie по I и II позициям. 13. Battement tendu вперёд и назад. 14. Double battement tendu. Правила исполнения. 15. Allegro. Общее представление. 16. Saute по I и II позициям. Правила исполнения. 17. Battement tendu из V позиции в сторону. 18. Работа рук в классическом танце. Port de bras. 19. Battement tendu из V позиции вперёд и назад. 20. Работа рук в классическом танце. Первое Port de bras. 21. Работа рук в классическом танце. Третье Port de bras.

		22. Passe par terre лицом к станку. Правила исполнения. 23. Работа рук в классическом танце. Второе Port de bras. 24. Passe par terre. Повторение. Отработка. 25. Контрольный урок по классическому танцу за 1 полугодие. 26. Battement tendu jete. Отработка техники. 27. Battement fondu в сторону. Отработка техники исполнения. 28. Элементы классического танца. Rond de jambe par terre. Правила исполнения. 29. Sur le cou-de-pied (условное впереди, условное сзади). 30. Battement tendu jete. Правила исполнения. 31. Battement fondu в сторону. Правила исполнения. 32. Элементы классического танца. Rond de jambe par terre. Demi-Rond. Правила исполнения. 33. Sur le cou-de-pied (основное - обхватное). 34. Battement frappe. Правила исполнения. 35. Pas de bourre. Правила исполнения. 36. Balance. Правила исполнения. 37. Pas de bourre. Отработка техники исполнения. 38. Полуповороты. Правила исполнения. 39. Passe. Правила исполнения. 40. Battement releve lent. Отработка техники исполнения. 41. Battement developpe. Правила исполнения 42. Tours. Подготовка к турам. Отработка. 43. Полуповороты. Отработка. 44. Tours. Подготовка к турам. Правила. 45. Battement releve lent. Правила исполнения. 46. Battement developpe. Отработка техники исполнения. 47. Grand battement. Правила исполнения. 48. Grand battement. Отработка техники исполнения. 49. Allegro.Changement de pieds. Правила исполнения. 50. Положение корпуса в пространстве. En face. Epaulement. (Epaulement croisee, Epaulement efface). 51. Allegro.Changement de pieds.Отработка. 52. Позы в классическом танце. Arabesques. Правила исполнения. Виды. 53. Allegro. Pas Echarpe. Правила исполнения. 54. Повторение и отработка элементов классического танца. 55. Allegro. Повторение и отработка прыжков. 56. Повторение и отработка элементов классического танца у станка. 57. Повторение танцевальных комбинаций на середине зала. 58. Подготовка к контрольному уроку по классическому танцу. Отработка комбинаций у станка. 59. Подготовка к контрольному уроку по классическому танцу. Отработка прыжков. 60. Контрольный урок по классическому танцу за год.
5	Раздел №4. Народный	1. Русский народный танец. Характерные

	танец 38 часов	особенности. Жанры. 2. Постановка корпуса, рук в русском танце. 3. Основные положения рук и ног в русском танце. 4. Русские танцевальные ходы. Танцевальный шаг. 5. Русские танцевальные ходы. Хороводный шаг. 6. Русские танцевальные ходы. Переменный ход. Разновидности. 7. Русские танцевальные ходы. Переменный ход с <i>riqué</i>. 8. Работа рук в русском танце.(Port de bras в русском характере). 9. Работа рук в русском танце.(Port de bras в русском характере). Разновидности. 10. Элементы русского танца. Русский бег. Правила исполнения. 11. Русский бег с соскоком. 12. Элементы русского танца. Ёлочка. 13. Элементы русского танца. Гармошка 14. Элементы русского танца. Моталочка. Правила исполнения. 15. Элементы русского танца. Моталочка. Разновидности. 16. Элементы русского танца. Припадание. Правила исполнения. 17. Элементы русского танца. Упадание. Правила исполнения. 18. Элементы русского танца. Притопы. Одинарный притоп. Тройной притоп 19. Элементы русского танца. Двойная дробь. Отработка. 20. Элементы русского танца. Одинарная дробь. Комбинация. 21. Элементы русского танца. Соскоки. Правила исполнения. 22. Элементы русского танца. Соскоки. Разновидности. 23. Элементы русского танца. Дробные ходы. 24. Элементы русского танца. Дробные ходы. Разновидности. 25. Элементы русского танца. Одинарная дробь. 26. Элементы русского танца. Двойная дробь. Техника исполнения. 27. Элементы русского танца. Верёвочка. Правила исполнения. Разновидности 28. Элементы русского танца. Присядка. Правила исполнения. Виды. 29. Элементы русского танца. Хлопушка. Правила исполнения. 30. Элементы русского танца. Хлопушка. Комбинации. 31. Элементы русского танца. Вращения. Правила исполнения. 32. Подготовка к контрольному уроку по русскому танцу. 33. Повторение и отработка элементов русского танца. 34. Разучивание этюда в русском характере. 35. Повторение и отработка элементов русского танца.
--	---	---

		36. Повторение танцевальных комбинаций в русском характере. 37. Повторение и отработка танцевальной комбинации «Русский бег» 38. Контрольный урок по русскому танцу за год.
6	Раздел№5. Актерское мастерство 16 часов	1. Инсценирование песни. 2. Импровизация с предметом (на выбор). 3. Танец с воображаемым предметом. 4. Оригинальность. Танец с воображаемым предметом. 5. Образ. Выразительность. Изобразительность в танце. 6. Образный танец. 7. Танец под любимую песню. 8. «Сапоги пошли в пляс». Импровизация с предметом. 9. Импровизация в ограниченном пространстве. 10. Импровизация с пространством. 11. Маска 1. 12. Маска 2.Работа с маской. 13. Я балетмстер. 14. В роли постановщика. 15. Музыка мне подсказала. Генерирование идей. 16. Музыка мне подсказала. «Рождаются движения».
7	Раздел№6. Постановочная и репетиционная работа 30 часов	1.Постановка танца 2. Повторение и отработка танца. 3. Репетиция танца.
8		Заключительное занятие «Подведение итогов за год»

3 год обучения

Название раздела	Количество часов		
	3 год		
	теория	практика	Общее количество часов
Музыкальная азбука	4	3	7
ОФП	7	32	39
Элементы классического танца	11	49	60
Народный танец	3	27	30
Современный танец	10	20	30
Актёрское мастерство	2	6	8
Постановочная и репетиционная работа.		30	30
Итого:	204		

№	Тема, раздел, примерное количество часов	Предметное содержание
1	Вводный урок.	
2	Раздел№1. Музыкальная азбука 7 часов	1. Основы нотной грамоты. 2. Строение музыкальной речи. Такт, фраза, предложение. 3. Мелодия. 4. Метроритм, метроритмический акцент.

		Музыкальный размер. - Стиль в музыке. Закрепление. - Вокальные жанры. - Инструментальные жанры. - Танцевальные жанры. - Стиль в музыке. - Танцевальная музыка.
3	Раздел №2. ОФП (Общая физическая подготовка) 39 часов	- Танцевальный шаг. - Осанка. Упражнения на формирование осанки. «Сфинкс» - Походка. Положение корпуса. - Спортивная ходьба. - Комбинация «Галоп со сменой». - Гимнастические элементы: «лягушка», «корзинка», «мост (основной вид)». - Танцевальный бег с вытянутой стопой, с захлестом, острый бег. - Гимнастические элементы. Мост. Виды. - Стретчинг. Правила растяжки. - Стретчинг. Складки. - Стретчинг. Шпагат. Виды. - Стопы. Упражнения на формирование стопы. - Стопы. Постановка стопы. «Птичка». Работа стопы - Повторение танцевальных комбинаций - Выворотность. Упражнения на развитие выворотности. - Выворотность. Анатомическое строение. - Пресс. Укрепление брюшного пресса. - Координация. Упражнения на развитие координации. - Трамплинные прыжки с продольной разнотопкой. - Расслабляющая гимнастика. «Шаг». Упражнения на развитие шага. «Большие броски». Правила исполнения. Виды. - Трамплинные прыжки с поджатыми ногами. - Выносливость. Формирование выносливости к длительным танцевальным нагрузкам. - Комбинации с продвижением по диагонали. - Расслабляющая гимнастика. Снятие мышечного напряжения. - Акробатические элементы «Колесо». - Акробатические элементы. Кувирки и перекаты. - Устойчивость. Упражнения на выработку устойчивости. - Вращения. - Равновесие. Устойчивость. Значение. - Прыжки с продвижением по диагонали. - Перекидной прыжок. - Подготовка к контрольному уроку по ОФП. Повторение разминочных комбинаций. - Подготовка к контрольному уроку по ОФП. Повторение прыжковых комбинаций.

4	Раздел №3. Элементы классического танца 60 часов	36. Контрольный урок по ОФП за год. 1. Классический танец. Вводное занятие. 2. Великие деятели балетного искусства. 3. Постановка корпуса (на середине, у станка). 4. Положение корпуса в пространстве. En face. Epaulement. (Epaulement croisee, Epaulement efface). 5. Demi- Plie лицом к станку. Повторение. 6. Battement tendu лицом к станку. Повторение. 7. Demi- Plie 1 рукой за палку. 8. Battement tendu крестом. 9. Grand-Plie по I и II позициям. 10. Double battement tendu. 11. Работа рук в классическом танце. 1 и 2 Port de bras. 12. Перегибы корпуса. Правила исполнения. 13. Перегибы корпуса. Отработка. 14. Работа рук в классическом танце. 3 Port de bras. 15. Battement tendu jete лицом к станку. 16. Passe par terre. 17. Battement tendu jete крестом. 18. Demi-Rond. (En dehors, En dedans) 19. Rond de jambe par terre. (En dehors, En dedans) Правила исполнения. 20. Элементы классического танца. Pas de bourre. Balance. 21. Sur le cou-de-pied (основное – обхватное, условное впереди, условное сзади). 22. Battement fondu в сторону. Отработка техники исполнения. 23. Battement frappe. Отработка техники исполнения. 24. Battement fondu одной рукой за палку. 25. Battement double frappe. Правила исполнения. 26. Rond de jambe en l'air. Правила исполнения. 27. Контрольный урок по классическому танцу за I полугодие. 28. Passe. Отработка техники исполнения. 29. Allegro. Saute, Changement de pieds, Pas Echarpe. Повторение. 30. Полуповороты на двух ногах. Повторение. 31. Подготовка к турам. 32. Battement developpes. Отработка техники исполнения. 33. Allegro. Saute, Changement de pieds, Pas Echarpe. Отработка техники исполнения. 34. Полуповороты на двух ногах. Отработка техники исполнения. 35. Tours (En dehors, En dedans). 36. Battement releve lent. Повторение. 37. Grand battement. Повторение. 38. Battement releve lent. Отработка техники исполнения. 39. Grand battement крестом. Отработка техники исполнения. 40. Работа рук в классическом танце. 4 и 5 Port de
---	--	--

		bras. 41. Позы в классическом танце. Arabesques (1,2). 42. Allegro. Pas glissade. Правила исполнения. 43. Tours en dedans с продвижением по диагонали. Правила исполнения. 44. Работа рук в классическом танце. 6 Port de bras. 45. Позы в классическом танце. Arabesques (3, 4). 46. Allegro. Pas glissade. Отработка. 47. Tours en dedans с продвижением по диагонали. Отработка техники исполнения. 48. Allegro. Pas assemble. Правила исполнения. 49. Temps lie. Правила исполнения. 50. Allegro. Sissonne simple. 51. Temps lie. Отработка техники исполнения. 52. Allegro. Pas Emboite. Правила исполнения. 53. Allegro. Pas chasse. Правила исполнения. 54. Allegro. Pas de chat. 55. Повторение и отработка элементов классического танца. 56. Allegro. Повторение и отработка прыжков. 57. Повторение и отработка элементов классического танца у станка. 58. Повторение танцевальных комбинаций на середине зала. 59. Подготовка к контрольному уроку по классическому танцу. Отработка комбинаций у станка. 60. Подготовка к контрольному уроку по классическому танцу. Отработка прыжков. 61. Контрольный урок по классическому танцу за год.
5	Раздел №4. Народный танец 30 часов	1. Танцы народов мира. 2. Работа рук в русском танце. (Port de bras в русском характере). 3. Русские танцевальные ходы. Разновидности. 4. Русский бег. Бег с соскоком. 5. Элементы русского танца. Ёлочка, гармошка, моталочка. 6. Элементы русского танца. Припадание, упадание. 7. Элементы русского танца. Притопы: одинарный, тройной. 8. Элементы русского танца. Соскоки. Виды. 9. Элементы русского танца. Дроби. Одинарная дробь. Двойная дробь. 10. Элементы русского танца. Дробные ходы. 11. Элементы русского танца. Ключ. Правила исполнения. Виды. 12. Разучивание этюда в русском характере. 13. Элементы русского танца. Верёвочка. 14. Элементы русского танца. Присядка. Хлопушка. 15. Элементы русского танца. Вращения. 16. Элементы русского танца. Ключ. Отработка. 17. Украинский народный танец. Характерные особенности.

		18. Элементы украинского танца. Бигунец. 19. Элементы украинского танца. Тынок, выхилильник. 20. Элементы украинского танца. Верёвочка, голубец. 21. Разучивание этюда в украинском характере. 22. Белорусский народный танец. Характерные особенности. 23. Элементы белорусского танца. Соскоки. Виды соскоков. 24. Элементы белорусского танца. Поскоки по VI позиции. 25. Элементы белорусского танца. Поскоки с тройным переступанием. 26. Разучивание этюда в белорусском характере. 27. Повторение и отработка элементов русского, белорусского и украинского танцев. 28. Повторение танцевальных комбинаций в русском характере. 29. Повторение и отработка элементов украинского и белорусского танцев. 30. Повторение и отработка танцевальной комбинации «Русский бег» 31. Подготовка к контрольному уроку по народному танцу. 32. Контрольный урок по народному танцу за год.
6	Раздел №5. Современный танец. 30 часов	1. История возникновения и развития джазового танца и танца модерн. 2. Flex, point. Техника исполнения. 3. Основные позиции рук и ног в современном танце. 4. Центр тяжести. «Catch step». Перенос центра тяжести. 5. Roll up, roll down. Техника исполнения. 6. Worms. Волны. Техника исполнения. 7. Современный танец. «Изоляция». Техника исполнения. 8. Скручивания. Спирали. Техника исполнения. 9. Swings. Виды swings. Техника исполнения. 10. Jump. Техника исполнения. Виды. 11. Kich. Техника исполнения. Виды. 12. Разучивание комбинации «Plie» в технике модерн танца. 13. Разучивание комбинации «Battement tendu» в технике модерн танца. 14. Положения корпуса в современном танце: contract, arch, tilt, spiral. 15. Разучивание комбинации «Rond de jambe par terre» в технике джазового танца. 16. Turns. Правила исполнения. 17. Основные элементы джазового танца. Ball change, chasse. 18. Основные элементы джазового танца. Drag. 19. Разучивание комбинации «Grand battement» в технике джазового танца.

		20. Основные элементы джазового танца. Slide. 21. Основные элементы джазового танца. Вращения с продвижением по диагонали. 22. Основные элементы джазового танца. Комбинации с продвижением по диагонали. 23. Повторение и отработка основных комбинаций джазового танца и танца модерн. 24. Hip-hop. Характеристика стиля. Основные направления. 25. Hip-hop танец. Дорожка. Техника исполнения. 26. Hip-hop танец. Фармер. Техника исполнения. 27. Hip-hop. Тройной шаг. 28. Hip-hop. Переходы. Отскоки 29. Повторение и отработка танцевальных комбинаций
7	Раздел №6. Актерское мастерство 8 часов	1. Импровизация с воображаемым предметом. 2. Танец в пространстве с воображаемой границей. 3. Маска. 4. Изобразительность в танце. 5. Позировки. «Необычная фотография». 6. Образный танец. 7. Стилизация движений. 8. «Связываем движения» 9. «Я балетмейстер».
8	Раздел №7. Постановочная и репетиционная работа 30 часов	1. Постановка танца 2. Повторение и отработка танца. 3. Репетиция и постановка танца.
9		Заключительное занятие «Подведение итогов за год»

Список литературы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии / Внимание дети!- М.: Рольф, 2001.-272 с.: с и
2. Бекина СП. Музыка и движение,- М.: Просвещение, 1984.-230с.
3. Бондаренко Л.А. Методика хореографической работы в школе,- К.: Музыкальная Украина, 1985.-210 с.
4. Бочкарева Н.И. Развитие творческих способностей детей на уроках ритмики и хореографии: Учебно-методическое пособие.- Кемерово, 1998.
5. Буренина А.И. Ритмическая пластика для дошкольников: Учебно-методическое пособие по программе «Ритмическая мозаика».- СПб, 1994.-126 с.
6. Буренина А.И. Ритмическая мозаика.- СПб, 1971.-125 с.
7. Ваганова А.Я. Основы классического танца. 7-е изд., стер.- СПб.: Издательство «Лань», 2002.-192 с.
8. Горский В.А. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование / [В. А. Горский, А.А. Тимофеев, Д.В. Смирнов и др.]; под ред. В.А. Горского. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2011. – 111с. – (Стандарты второго поколения). Автор программы «Хореография» Л.Н. Михеева.
9. Горшкова Е.В. От жеста к танцу: Методика и конспекты занятий по развитию у детей творчества в танце.- М.: Издательство «Гном и Д», 2002. - 120 с.
10. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учеб. пособие для студентов вузов культуры и искусств.- М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.- 208 с.

11. Жак-Далькроз Э. Ритм. — М.: Классика-XXI, 2001. — 248 с.: илл.
12. Полятков С.С. Основы современного танца.- Ростов н/Д: Феникс, 2006.-80 с.
13. Кабалевский Д.Б. Музыка. Программы 1 -8 кл. - М.: Просвещение, 2004. - 224 с.
14. Кабалевский Д. Б. Про трех китов и про многое другое. Книжка о музыке 3-е изд. -М.: Детская литература, 1976.-224 с, с илл.
15. Константинова А.И. Игротренинг.- СПб.: 1996,- 36 с.
16. Константинова А.И. Психогимнастика.- СПб.: 1996.-48 с.
17. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие для средних и высших пед. учеб. заведений.- М: Издательский центр «Академия», 1999.- 224 с.
18. Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1-4 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений / В.И. Лях. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2012. – 64 с.
19. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования.- М.: Гуманит. Изд.ц ВЛАДОС, 2003.- 256с.
20. Рождественская Н.В., Толшин А.В. Креативность: пути развития и тренинги.- СПб.: Речь, 2006.- 320 с.
21. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика: Учеб.пособие для учащихся пед. уч-щ по спец. № 1910 «Физ. культура».- М.: Просвещение, 1989.- 175 с.
22. Самоукина И.В. Игровые методы в обучении и воспитании. - М.: 1992.
23. Ткаченко Г. Народные танцы. М., 1975.
24. Устинова Т.А. Русские танцы. - М.. 1955.
25. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений.- СПб.: «Детство-пресс», 2000.- 352 с.
26. Федорова Г.П. Танцы для детей: Методическое пособие. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 40с.
27. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са - Фи - Дансе». Танцевальная игровая пластика для детей: Учебно-методическое пособие для преподавателей дошкольных и школьных учреждений. - СПб.: Детство - пресс, 352с.

**Календарно - тематический план
на 2024 - 2025 уч.год
Хореографический коллектив «Пчелка» («Чудесники»)**

**Календарно-тематический план
1 год обучения**

№	Тема занятия	Дата
Урок 1	Вводный урок.	9.09
Урок 2	Основные элементы танцевальной азбуки.	11.09
Урок 3	Танцевальный шаг. Правила исполнения.	13.09
Урок 4	Танцевальный бег. Бег с захлестом.	16.09
Урок 5	Танцевальный бег. Острый бег.	18.09
Урок 6	Галоп. Правила исполнения.	20.09
Урок 7	Осанка. Постановка корпуса.	23.09
Урок 8	Координация. Упражнения на развитие координации.	25.09
Урок 9	Трамплинные прыжки. Правила исполнения.	27.09
Урок 10	Трамплинные прыжки. «Разножка».	30.09
Урок 11	Подскоки. Правила исполнения	2.10
Урок 12	Трамплинные прыжки. «Звёздочка».	4.10
Урок 13	Трамплинные прыжки. «Лягушка».	7.10
Урок 14	Подскоки. Виды. Отработка.	9.10
Урок 15	Гимнастические элементы. «Мост». Правила исполнения.	11.10
Урок 16	Изобразительность в танце «повадки животных».	14.10
Урок 17	Пресс. Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.	16.10
Урок 18	Стретчинг. Различные виды. Правила растяжки.	18.10
Урок 19	Изобразительность в танце «характер животных».	21.10
Урок 20	Гимнастические элементы. «лягушка», «корзинка».	23.10
Урок 21	Постановка стопы. «Птичка». Упражнения для формирования стопы.	25.10
Урок 22	Импровизация с предметом.	28.10
Урок 23	Повторение и отработка танцевальных комбинаций.	30.10
Урок 24	Выворотность. Упражнения на развитие выворотности.	1.11
Урок 25	Музыка мне нарисовала.	6.11
Урок 26	Постановка и репетиция танца.	8.11
Урок 27	Устойчивость. Упражнения на развитие устойчивости.	11.11
Урок 28	Горцевание. Правила исполнения.	13.11
Урок 29	Музыкальный характер.	15.11
Урок 30	Постановка и репетиция танца.	18.11
Урок 31	Инсценирование стихотворного текста.	20.11
Урок 32	Музыкальный характер. Повторение.	22.11
Урок 33	Большие броски. Правила исполнения.	25.11
Урок 34	Творческое задание «Гусеница».	27.11
Урок 35	Постановка и репетиция танца.	29.11
Урок 36	Снятие мышечного напряжения. Расслабляющая гимнастика.	2.12
Урок 37	Танец с платочком.	4.12
Урок 38	Музыкальный темп.	6.12
Урок 39	Акробатические элементы. Колесо. Правила исполнения.	9.12
Урок 40	Мимика. Эмоции.	11.12
Урок 41	Повторение и отработка танца.	13.12
Урок 42	Кувырки и перекаты.	16.12
Урок 43	Жесты.	18.12
Урок 44	Метроритмический акцент.	20.12
Урок 45	Хлопушки. Упражнения на развитие музыкальности.	23.12

Урок 46	Повторение танцевальных комбинаций.	25.12
Урок 47	Повторение и отработка танца.	27.12
Урок 48	Повторение и отработка танца.	10.01
Урок 49	Выносливость. Формирование выносливости.	13.01
Урок 50	Метроритмический акцент. Отработка.	15.01
Урок 51	Классический танец. Характерные особенности. История балетного искусства.	17.01
Урок 52	Шпагат. Упражнения на растяжку.	20.01
Урок 53	Повторение танцевальных комбинаций.	22.01
Урок 54	Постановка корпуса у станка.	24.01
Урок 55	Повторение и отработка танца.	27.01
Урок 56	Позы в танце.	29.01
Урок 57	Основные позиции рук в классическом танце.	31.01
Урок 58	Вращения с продвижением по диагонали. Правила исполнения.	3.02
Урок 59	Образный танец «бабочка».	5.02
Урок 60	Основные позиции ног в классическом танце.(I, II, III)	7.02
Урок 61	Повторение и отработка танца.	10.02
Урок 62	Основы нотной грамоты. Длительности нот.	12.02
Урок 63	Основные позиции ног в классическом танце.(IV, V)	14.02
Урок 64	Вращения с продвижением по диагонали. Отработка.	17.02
Урок 65	Образный танец «цветок».	19.02
Урок 66	Работа рук в классическом танце. 1 Port de bras.	21.02
Урок 67	Повторение и отработка танца.	26.02
Урок 68	Музыкальный размер (2/4).	28.02
Урок 69	Элементы классического танца. Demi- Plie. Правила исполнения.	3.03
Урок 70	Творческое задание «Маска 1».	5.03
Урок 71	Русский танец. Характерные особенности.	7.03
Урок 72	Повторение и отработка танца.	10.03
Урок 73	Основные элементы русского танца. Хороводный шаг.	12.03
Урок 74	Работа рук в классическом танце. 2 Port de bras.	14.03
Урок 75	Музыкальный размер (3/4).	17.03
Урок 76	Основные элементы русского танца. Переменный ход.	19.03
Урок 77	Элементы классического танца.Releve.	21.03
Урок 78	Творческое задание «Маска 2».	24.03
Урок 79	Элементы классического танца. battement tendu. Техника исполнения.	26.03
Урок 80	Жанры хореографического искусства.	28.03
Урок 81	Русский бег. Правила исполнения.	31.03
Урок 82	Элементы классического танца. Double battement tendu. Правила исполнения.	2.04
Урок 83	История рассказанная танцем.	4.04
Урок 84	Port de bras в русском характере.	7.04
Урок 85	Элементы классического танца. Passe par terre лицом к станку. Правила исполнения.	9.04
Урок 86	Жанры хореографического искусства. Закрепление.	14.04
Урок 87	Основные элементы русского танца. Ковырялочка.	16.04
Урок 88	Элементы классического танца. Rond de jambe par terre. Demi-Rond. Правила исполнения.	18.04
Урок 89	Танцевальный костюм.	21.04
Урок 90	Основные элементы русского танца. Перекрёстная ковырялочка.	23.04

Урок 91	Повторение танцевальных комбинаций.	25.04
Урок 92	Творческое задание «музыка мне подсказала».	28.04
Урок 93	Основные элементы русского танца. Моталочка.	30.04
Урок 94	Allegro. Saute. Правила исполнения	5.05
Урок 95	Повторение танцевальных комбинаций.	7.05
Урок 96	Основные элементы русского танца. Тройной притоп.	12.05
Урок 97	Положение корпуса в пространстве. En face. Epaulement.	14.05
Урок 98	Повторение и отработка танца.	16.05
Урок 99	Основные элементы русского танца. Дробный ход.	19.05
Урок 100	Повторение и отработка трамплинных прыжков, комбинации «Горцевание», комбинации «хлопушка».	21.05
Урок 101	Подготовка к контрольному уроку за год. Повторение комбинаций, отработка подскоков.	23.05
Урок 102	Подготовка к контрольному уроку. Отработка прыжков.	26.05
Урок 103	Контрольный урок за год.	28.05
Урок 104	Заключительное занятие «Подведение итогов за год»	30.05

Календарно-тематический план

3 год обучения, старшая группа

№	Тема занятия	Дата
Сентябрь		
Урок 1	Вводный урок.	02.09
Урок 2	Танцы народов мира.	02.09
Урок 3	Классический танец. Вводное занятие.	04.09
Урок 4	Великие деятели балетного искусства.	04.09
Урок 5	Танцевальный шаг.	06.09
Урок 6	Осанка. Упражнения на формирование осанки. «Сфинкс»	06.09
Урок 7	Русские танцевальные ходы. Разновидности.	09.09
Урок 8	Репетиция и постановка танца.	09.09
Урок 9	Постановка корпуса (на середине, у станка).	11.09
Урок 10	Положение корпуса в пространстве. En face. Epaulement. (Epaulement croisee, Epaulement efface).	11.09
Урок 11	Походка. Положение корпуса.	13.09
Урок 12	Спортивная ходьба.	13.09
Урок 13	Русский бег. Бег с соскоком.	16.09
Урок 14	Репетиция и постановка танца.	16.09
Урок 15	Demi- Plie лицом к станку. Повторение.	18.09
Урок 16	Battement tendu лицом к станку. Повторение.	18.09
Урок 17	Комбинация «Галоп со сменой».	20.09
Урок 18	Гимнастические элементы: «лягушка», «корзинка», «мост (основной вид)».	20.09
Урок 19	Работа рук в русском танце.(Port de bras в русском характере).	23.09
Урок 20	Репетиция и постановка танца.	23.09
Урок 21	Demi- Plie 1 рукой за палку.	25.09
Урок 22	Battement tendu крестом.	25.09
Урок 23	Танцевальный бег с вытянутой стопой, с захлестом, острый бег.	27.09
Урок 24	Гимнастические элементы. Мост. Виды.	27.09
Урок 25	Повторение танцевальных комбинаций.	30.09
Урок 26	Повторение и отработка танца.	30.09
Октябрь		
Урок 27	Grand-Plie по I и II позициям.	02.10
Урок 28	Double battement tendu.	02.10
Урок 29	Стретчинг. Правила растяжки.	04.10
Урок 30	История возникновения и развития джазового танца и танца модерн.	04.10
Урок 31	Элементы русского танца. Ёлочка, гармошка, моталочка.	07.10
Урок 32	Импровизация с воображаемым предметом.	07.10
Урок 33	Работа рук в классическом танце. I и 2 Port de bras.	09.10
Урок 34	Перегибы корпуса. Правила исполнения.	09.10
Урок 35	Стретчинг. Складки.	11.10
Урок 36	Современный танец. «Изоляция». Техника исполнения.	11.10
Урок 37	Элементы русского танца. Припадание, упадание.	14.10
Урок 38	Основы нотной грамоты.	14.10
Урок 39	Перегибы корпуса. Отработка.	16.10
Урок 40	Работа рук в классическом танце. 3 Port de bras.	16.10
Урок 41	Стретчинг. Шпагат. Виды.	18.10
Урок 42	Основные позиции рук и ног в современном танце.	18.10
Урок 43	Элементы русского танца. Притопы: одинарный, тройной.	21.10
Урок 44	Репетиция и постановка танца.	21.10
Урок 45	Battement tendu jete лицом к станку.	23.10
Урок 46	Passe par terre.	23.10

Урок 47	Выворотность. Анатомическое строение.	25.10
Урок 48	Центр тяжести. «Catch step». Перенос центра тяжести.	25.10
Урок 49	Элементы русского танца. Соскоки. Виды.	28.10
Урок 50	Танец в пространстве с воображаемой границей.	28.10
Урок 51	Повторение танцевальных комбинаций.	30.10
Урок 52	Повторение и отработка танца.	30.10
Ноябрь		
Урок 53	Выворотность. Упражнения на развитие выворотности.	06.11
Урок 54	Roll up, roll down. Техника исполнения.	06.11
Урок 55	Повторение танцевальных комбинаций.	08.11
Урок 56	Повторение и отработка танца.	08.11
Урок 57	Battement tendu jete крестом.	11.11
Урок 58	Demi-Rond. (En dehors, En dedans)	11.11
Урок 59	Стопы. Постановка стопы. «Птичка». Работа стопы	13.11
Урок 60	Worms. Волны. Техника исполнения.	13.11
Урок 61	Элементы русского танца. Дробь. Одинарная дробь. Двойная дробь.	15.11
Урок 62	Репетиция и постановка танца.	15.11
Урок 63	Rond de jambe par terre. (En dehors, En dedans) Правила исполнения.	18.11
Урок 64	Sur le cou-de-pied (основное – обхватное, условное впереди, условное сзади).	18.11
Урок 65	Стопы. Упражнения на формирование стопы.	20.11
Урок 66	Flex, point. Техника исполнения.	20.11
Урок 67	Элементы русского танца. Дробные ходы.	22.11
Урок 68	Репетиция и постановка танца.	22.11
Урок 69	Rond de jambe en l'air. Правила исполнения.	25.11
Урок 70	Элементы классического танца. Pas de bourre. Balance.	25.11
Урок 71	Пресс. Укрепление брюшного пресса.	27.11
Урок 72	Скручивания. Спирали. Техника исполнения.	27.11
Урок 73	Элементы русского танца. Ключ. Правила исполнения. Виды.	29.11
Урок 74	Маска.	29.11
Урок 75	Battement fondu в сторону. Отработка техники исполнения.	30.11
Урок 76	Battement frappe. Отработка техники исполнения.	30.11
Декабрь		
Урок 77	Выносливость. Формирование выносливости к длительным танцевальным нагрузкам.	02.12
Урок 78	Swings. Виды swings. Техника исполнения.	02.12
Урок 79	Элементы русского танца. Ключ. Отработка.	04.12
Урок 80	Метроритм, метроритмический акцент. Музыкальный размер.	04.12
Урок 81	Battement fondu одной рукой за палку.	06.12
Урок 82	Battement double frappe. Правила исполнения.	06.12
Урок 83	Трамплинные прыжки с продольной разножкой.	09.12
Урок 84	Jump. Техника исполнения. Виды.	09.12
Урок 85	Репетиция и постановка танца	11.12
Урок 86	Позировки. «Необычная фотография».	11.12
Урок 87	Контрольный урок по классическому танцу за 1 полугодие.	13.12
Урок 88	Контрольный урок по классическому танцу за 1 полугодие.	13.12
Урок 89	Расслабляющая гимнастика.	16.12
Урок 90	Положения корпуса в современном танце: contract, arch, tilt, spiral.	16.12
Урок 91	Повторение танцевальных комбинаций.	18.12
Урок 92	Репетиция танца.	18.12
Урок 93	Повторение танцевальных комбинаций.	20.12
Урок 94	Репетиция танца.	20.12
Урок 95	Повторение танцевальных комбинаций.	23.12
Урок 96	Репетиция танца.	23.12

Урок 97	«Шаг». Упражнения на развитие шага.	25.12
Урок 98	Разучивание комбинации «Plie» в технике модерн танца.	25.12
Урок 99	Элементы русского танца. Верёвочка.	27.12
Урок 100	Мелодия.	27.12
Январь		
Урок 101	Passe.Отработка техники исполнения.	10.01
Урок 102	Allegro. Saute,Changement de pieds, Pas Echange. Повторение.	10.01
Урок 103	«Большие броски». Правила исполнения. Виды.	13.01
Урок 104	Разучивание комбинации «Battement tendu» в технике модерн танца.	13.01
Урок 105	Элементы русского танца. Присядка. Хлопушка.	15.01
Урок 106	Образный танец.	15.01
Урок 107	Battement developpees.Отработка техники исполнения.	17.01
Урок 108	Allegro. Saute,Changement de pieds, Pas Echange.Отработка техники исполнения.	17.01
Урок 109	Трамплинные прыжки с поджатыми ногами.	20.01
Урок 110	Kich. Техника исполнения. Виды.	20.01
Урок 111	Элементы русского танца. Вращения.	22.01
Урок 112	Строение музыкальной речи. Такт, фраза, предложение.	22.01
Урок 113	Полуповороты на двух ногах. Повторение.	24.01
Урок 114	Подготовка к турам.	24.01
Урок 115	Координация. Упражнения на развитие координации.	27.01
Урок 116	Разучивание комбинации «Rond de jambe par terre» в технике джазового танца.	27.01
Урок 117	Разучивание этюда в русском характере.	29.01
Урок 118	Изобразительность в танце.	29.01
Февраль		
Урок 119	Полуповороты на двух ногах. Отработка техники исполнения.	31.01
Урок 120	Tours (En dehors, En dedans).	31.01
Урок 121	Равновесие. Устойчивость. Значение.	03.02
Урок 122	Turns. Правила исполнения.	03.02
Урок 123	Украинский народный танец. Характерные особенности.	05.02
Урок 124	Вокальные жанры.	05.02
Урок 125	Battement releve lent. Повторение.	07.02
Урок 126	Grand battement. Повторение.	07.02
Урок 127	Расслабляющая гимнастика. Снятие мышечного напряжения.	10.02
Урок 128	Основные элементы джазового танца. Ball change, chasse.	10.02
Урок 129	Элементы украинского танца. Бигунец.	12.02
Урок 130	Стилизация движений.	12.02
Урок 131	Повторение танцевальных комбинаций.	14.02
Урок 132	Повторение и отработка танца.	14.02
Урок 133	Акробатические элементы «Колесо».	17.02
Урок 134	Основные элементы джазового танца. Drag.	17.02
Урок 135	Элементы украинского танца. Тынок, выхилильник.	19.02
Урок 136	Инструментальные жанры.	19.02
Урок 137	Battement releve lent. Отработка техники исполнения.	21.02
Урок 138	Grand battement крестом. Отработка техники исполнения.	21.02
Урок 139	Акробатические элементы. Кувырки и перекаты.	26.02
Урок 140	Разучивание комбинации «Grand battement» в технике джазового танца.	26.02
Урок 141	Элементы украинского танца. Верёвочка, голубец.	28.02
Урок 142	Танцевальные жанры.	28.02
Март		
Урок 143	Повторение танцевальных комбинаций.	03.03
Урок 144	Повторение и отработка танца.	03.03

Урок 145	Разучивание этюда в украинском характере.	05.03
Урок 146	Стиль в музыке.	05.03
Урок 147	Работа рук в классическом танце. 4 и 5 Port de bras.	07.03
Урок 148	Позы в классическом танце. Arabesques (1,2).	06.03
Урок 149	Устойчивость. Упражнения на выработку устойчивости.	10.03
Урок 150	Основные элементы джазового танца. Slide.	10.03
Урок 151	Белорусский народный танец. Характерные особенности.	12.03
Урок 152	«Связываем движения»	12.03
Урок 153	Работа рук в классическом танце. 6 Port de bras.	14.03
Урок 154	Позы в классическом танце. Arabesques (3, 4).	14.03
Урок 155	Вращения.	17.03
Урок 156	Основные элементы джазового танца. Вращения с продвижением по диагонали.	17.03
Урок 157	Allegro. Pas glissade. Правила исполнения.	19.03
Урок 158	Tours en dedans с продвижением по диагонали. Правила исполнения.	19.03
Урок 159	Комбинации с продвижением по диагонали.	21.03
Урок 160	Hip-hop. Характеристика стиля. Основные направления.	21.03
Урок 161	Элементы белорусского танца. Соскоки. Виды соскоков.	24.03
Урок 162	Стиль в музыке. Закрепление.	24.03
Урок 163	Allegro. Pas glissade. Отработка.	26.03
Урок 164	Tours en dedans с продвижением по диагонали. Отработка техники исполнения.	26.03
Урок 165	Основные элементы джазового танца. Комбинации с продвижением по диагонали.	28.03
Урок 166	Hip-hop танец. Дорожка. Техника исполнения.	28.03
Урок 167	Репетиция и постановка танца.	31.03
Урок 168	«Я балетмейстер».	31.03
Апрель		
Урок 169	Allegro. Pas assemble. Правила исполнения.	02.04
Урок 170	Temps lie. Правила исполнения.	02.04
Урок 171	Прыжки с продвижением по диагонали.	04.04
Урок 172	Hip-hop танец. Фармер. Техника исполнения.	04.04
Урок 173	Элементы белорусского танца. Поскоки по VI позиции.	07.04
Урок 174	Танцевальная музыка.	07.04
Урок 175	Allegro. Sissonne simple.	09.04
Урок 176	Temps lie. Отработка техники исполнения.	09.04
Урок 177	Повторение и отработка основных комбинаций джазового танца и танца модерн.	11.04
Урок 178	Hip-hop. Тройной шаг.	11.04
Урок 179	Повторение танцевальных комбинаций.	14.04
Урок 180	Репетиция танцев.	14.04
Урок 181	Повторение танцевальных комбинаций.	16.04
Урок 182	Репетиция танцев.	16.04
Урок 183	Перекидной прыжок.	18.04
Урок 184	Hip-hop. Переходы. Отскоки	18.04
Урок 185	Элементы белорусского танца. Поскоки с тройным переступанием.	21.04
Урок 186	Репетиция и постановка танца	21.04
Урок 187	Allegro. Pas Emboite. Правила исполнения.	23.04
Урок 188	Allegro. Pas chasse. Правила исполнения.	23.04
Урок 189	Повторение и отработка комбинаций у станка.	25.04
Урок 190	Allegro. Pas de chat.	25.04
Урок 191	Разучивание этюда в белорусском характере.	28.04
Урок 192	Репетиция и постановка танца.	28.04
Май		

Урок 193	Повторение и отработка элементов русского, белорусского и украинского танцев.	30.04
Урок 194	Повторение танцевальных комбинаций в русском характере.	30.04
Урок 195	Повторение и отработка элементов классического танца. у станка и на середине зала	05.05
Урок 196	Allegro. Повторение и отработка прыжков.	05.05
Урок 197	Повторение и отработка танцевальных комбинаций.	07.05
Урок 198	Повторение и отработка танца.	07.05
Урок 199	Повторение и отработка элементов украинского и белорусского танцев.	12.05
Урок 200	Повторение и отработка танцевальной комбинации «Русский бег»	12.05
Урок 201	Повторение и отработка танцевальных комбинаций.	14.05
Урок 202	Повторение и отработка танца.	14.05
Урок 203	Подготовка к контрольному уроку по ОФП. Повторение разминочных комбинаций.	16.05
Урок 204	Подготовка к контрольному уроку по ОФП. Повторение прыжковых комбинаций	16.05
Урок 205	Контрольный урок по ОФП за год.	19.05
Урок 206	Контрольный урок по ОФП за год.	19.05
Урок 207	Подготовка к контрольному уроку по народному танцу.	21.05
Урок 208	Подготовка к контрольному уроку по народному танцу.	21.05
Урок 209	Контрольный урок по народному танцу за год.	23.05
Урок 210	Контрольный урок по народному танцу за год.	23.05
Урок 211	Подготовка к контрольному уроку по классическому танцу. Оработка комбинаций у станка.	26.05
Урок 212	Подготовка к контрольному уроку по классическому танцу. Оработка прыжков.	26.05
Урок 213	Контрольный урок по классическому танцу за год.	28.05
Урок 214	Контрольный урок по классическому танцу за год.	28.05
Урок 215	Заключительное занятие «Подведение итогов за год»	30.05
Урок 216	Заключительное занятие «Подведение итогов за год»	30.05