

Угличский муниципальный район
Управление образования
муниципальное образовательное учреждение дополнительного
образования
«Центр дополнительного образования детей»

Директор

« 30 » сентября 2025 г.
Приказ №

«Утверждаю»

М.Л.Буцких

от 30.09.2025



Дополнительная общеобразовательная программа-
дополнительная общеразвивающая программа
«Пластика современного танца.

Младшая группа»

(рекомендуется для детей 5 – 6 лет)

Срок реализации – 1 лет

Год разработки – 2025

Автор-составитель:
Смирнова О.Н.,
педагог дополнительного образования

Углич
2025 год

Пояснительная записка

Образовательная программа «Пластика современного танца. Младшая группа» имеет художественную направленность.

Среди множества форм художественного воспитания детей и подростков хореография занимает особое место.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы

Занятия танцем развивают образное мышление и фантазию учащихся, дают гармоничное пластическое развитие. Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений учащегося, формирует его художественное «Я».

Синкетичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье учащихся.

Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве.

Отличительные особенности и новизна программы

Данная программа направлена на освоение азов ритмики, азбуки классического танца, несложных элементов историко-бытовых и бальных танцев, а так же народного танца. Программа рассчитана на работу с детьми дошкольного возраста.

Основные задачи:

- развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости);
- развитие танцевальных данных (выворотности, гибкости, прыжка, шага, устойчивости и координации), изучение танцевальных элементов;
- развитие ритмичности, музыкальности, артистичности и эмоциональной выразительности;
- воспитание трудолюбия, терпения, навыков общения в коллективе.

В основу обучения детей дошкольного школьного возраста положено игровое начало.

Специфика обучения хореографии связана с постоянной физической нагрузкой. Она обязательно должна быть совместима с творчеством, с умственным трудом и эмоциональным выражением. Задача педагога-хореографа – воспитание в учащихся стремления к творческому самовыражению, к грамотному овладению эмоциями, пониманию прекрасного.

Один из важных факторов работы на данном этапе обучения – использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетаний.

Длительное изучение, проработка небольшого количества материала (движений) дает возможность качественного его усвоения, что в дальнейшем явится прочным фундаментом знаний. Разнообразие танцевальных движений создает впечатление новизны и развивает творческую фантазию детей.

Цель: формирование здорового образа жизни у учащихся; укрепление здоровья и развитие двигательной сферы, посредством занятий танцами.

Задачи:

1.Образовательные;

- овладение основами хореографического мастерства;
- формирование умения изменять характер движений в зависимости от содержания музыкального произведения, добиваясь выразительности двигательных действий;

- формирование умений и навыков наблюдать, анализировать движения и оценивать качества их выполнения.
- организация постановочной работы и концертной деятельности;
- повышение мотивации учащихся к творческой деятельности;
- обучение приемам контроля и самоконтроля.

2. Воспитательные:

- воспитание трудолюбия, терпения, навыков общения в коллективе;
- формирование у учащихся потребности в регулярных занятиях по хореографии;
- социальная адаптация учащихся на основе общей культуры, приобретенных знаний, умений и навыков;
- воспитание ответственного отношения к самообразованию, к собственным творческим успехам и достижениям;

3. Развивающие:

- развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости);
- развитие танцевальных данных (выворотности, гибкости, прыжка, шага, устойчивости и координации);
- развитие ритмичности и эмоциональной выразительности.

Организация учебного процесса

Программа рассчитана на 1 год обучения. Дети 5-6 лет, 72 часа, наполняемость группы 12-18 человек, продолжительность занятий - 45 минут, 2 раза в неделю по 1 часу.

Формы работы: основной формой работы является групповое занятие. Занятия строятся с учетом целей и задач данного курса и с учетом возрастных особенностей детей каждой группы.

Ожидаемый результат

Ожидаемый результат определяется в зависимости от возрастной группы и этапа освоения программы.

Основной показатель работы - выполнение программных требований по уровню подготовленности учащихся в каждой группе:

- физическое развитие;
- техническое развитие (технически правильно выполнять движения, танцы);
- теоретическое развитие (знание теории);
- музыкальное развитие;
- эстетическое развитие.

К концу обучения дети должны знать:

- танцевальные термины;
- элементы движений народного танца;
- элементы движения бального танца;
- элементы движения эстрадного танца;
- музыкально-ритмичные упражнения на развитие чувства ритма.

Уметь:

- ориентироваться в пространстве;
- выполнять простейшие упражнения классического экзериса;
- исполнять выученные танцевальные этюды;
- согласовывать свои действия с действиями других учащихся;
- различать музыкальные части, фразы, акценты, соотносить свои движения с динамическими изменениями в музыке;
- пластиично двигаться;

у них получат развитие личностные качества:

- двигательная активность;
- способность к творчеству;
- воображение.

Способы проверки результатов

Для того чтобы строить работу с учётом индивидуальных особенностей и способностей каждого учащегося, в начале учебного года проводится контроль знаний, умений и навыков по основным видам хореографической деятельности. Проведение контрольных занятий позволяет проверить личностный рост учащихся, выявить пробелы, которые следует восполнить на последующих занятиях.

Диагностику проводим по следующим **критериям**:

- музыкальность и чувство ритма - музыкально исполняет движения, хорошо развито чувство ритма, чутко реагирует на интонационные и темповые оттенки звучания;
- внимание - умение концентрировать своё внимание;
- координация тела и движений точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении (в ходьбе, обще развивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе, а также и в других обще развивающих видах упражнений;
- эмоциональность - выразительность мимики и пантомимики. Умение передавать в мимике, позе, жестах, разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревога и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове.

Выполнение задания детьми оценивается по **уровням**:

- низкий уровень - развитие танцевальных навыков;
- средний уровень - начальные навыки освоения сложных элементов;
- высокий уровень - высокие показатели развития танцевального навыка.

Уровни развития параметров, определяющих эффективность хореографической подготовки

Параметр	Уровни		
	Высокий	Средний	Низкий
Уровень сформированности, музыкальности чувства ритма	Музыкально исполняет движения, хорошо развито чувство ритма. Чутко реагирует на интонационные и темповые оттенки звучания. Двигаясь, ребёнок правильно ощущает построение муз. Фразы, схватывает характер счёта, легко справляется с ритмическими заданиями. Безошибочно вступает на нужную долю музыкального такта. Движения гармонично	Достаточно музыкально и ритмично исполняет движения. Двигаясь ощущает построение музыкальной фразы, схватывает характер счёта в ритмическом упражнении. Неплохо справляется со счётом ритма. Несколько неуверенно исполняет движения при темповом изменении в музыке – торопится или наоборот опаздывает. Движения не всегда совпадают с музыкой. «Заторможенность» реакции на музыку мешает вовремя	Слабо владеет музыкально – ритмическими навыками. Не чувствителен к ритму, темпу, фразировке мелодий. Движения не уверены, часто «в разрез» с музыкой. Не умеет самостоятельно вступить на нужной доле музыкального такта

	сливаются с музыкой. Танцуют красиво, ритмично	вступить на нужной доле музыкального такта	
Уровень сформированности, собранности, умение концентрировать своё внимание	Обучающийся предельно собранный и внимательный. Точно и музыкально выполняет движения, уверенно справляется с более сложным заданием. Владеет умением концентрировать своё внимание	Может быть собранным и внимательным. Движения выполняет правильно согласно своему счёту. Недостаточно владеет умением сосредоточиться, часто отвлекается. При выполнении движений «Каноном» допускает ошибки	Обучающийся не собранный, внимание рассеянное. Редко справляется с выполнением задания самостоятельно. Не владеет умением концентрировать своё внимание. С помощью педагога может справиться
Уровень развития (сформированности) координации тела и движений	У учащегося хорошо развита координация тела и движений. При исполнении движений корпус держит прямо, чётко вытягивает носок, пластично исполнение упражнений на пластику тела, выворотность стопы правильно поставлена. Свободно справляется со сложно координированными движениями. Упражнения уверенные, красивые	Обучающийся достаточно правильно координирует свои движения. Умеет точно и уверено выполнять простые движения. В более сложных комбинациях не всегда справляется с координированием движений. Движения не совсем красивые, корпус не подтянутый	Не умеет координировать свои движения. Выполняя движения, не владеет принципом «противодвижения» то есть чёткое исполнение с правой ноги подключая левую руку и наоборот. Корпус наклоняет вперёд, упражнения не уверенные, не чёткие, выворотность неправильная
Уровень эмоционально-эстетической настроенности	Проявляет произвольную активность, развиты эмоционально – выражительные движения рук, адекватно использует жест, высокий уровень включённости в образ	Видит разные эмоциональные состояния, напряжённый общий вид, нечётко выражает своё эмоциональное состояние, пытается выразить свои эмоции мимикой и жестом не проникая в образ	Подавленный, напряжённый общий вид, бедная маловыразительная мимика не в состоянии чётко выразить своё эмоциональное состояние, не развиты эмоционально – выражительные движения рук, неадекватно использует жест

Методическое и материально-техническое оснащение диагностики по программе

Образовательные области	Цель диагностики	Диагностические методики	Материально-техническое оснащение
Уровень сформированности, музыкальности чувства ритма	Оценить способность активно (двигательно) переживать музыку, чувствовать эмоциональную выразительность музыкального ритма и точно воспроизводить его.	Методика Малышевой И.В. Способы отслеживания результатов реализации программы учебного курса «Хореография»// Дополнительное образование, 2001. №4 - С.26-27	Аудиомагнитофон Сборник музыкальных произведений Сборник музыкально-ритмических упражнений
Уровень сформированности, собранности, умение концентрировать своё внимание	Оценить умение концентрировать своё внимание	Методика Малышевой И.В. Способы отслеживания результатов реализации программы учебного курса «Хореография»// Дополнительное образование, 2001. №4 - С.26-27	Сборник упражнений на внимание Набор атрибутов для подвижных игр (мячи, обручи, гимнастические палки). Гимнастические коврики Сборник хореографических композиций Классический станок
Уровень развития (сформированности) координации тела и движений	Выявить уровень развития (сформированности) координации тела и движений. Умение согласовывать движения различных частей тела, отдельные элементы движения соединённые в единое двигательное действие, которое исполняются экономно, ненапряженно, пластиично, четко.	Методика Малышевой И.В. Способы отслеживания результатов реализации программы учебного курса «Хореография»// Дополнительное образование, 2001. №4 - С.26-27 Упражнения на координацию тела и движений	Сборник музыкальных произведений Набор атрибутов для подвижных игр (мячи, обручи, гимнастические палки) Сборник хореографических композиций Классический станок
Уровень эмоционально-эстетической	Определить умение передавать в мимике, позе,	Темы на различные импровизации Выступления на	Аудиомагнитофон Сборник

настроенности	жестах, разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревога и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Наличие актерского мастерства, умение свободно держаться на сцене.	публику	музыкальных произведений Набор картинок
---------------	--	---------	--

Возрастные особенности детей

Дети от 5 до 6 лет

У детей 5 лет движения тела уже достаточно скоординированы, точны. Они умеют регулировать свои движения, выполнять их намеренно. Возросла работоспособность, могут дольше сохранять нужную позу, охотно повторяют движение многократно, присутствует волевой характер движений.

Походка стала правильнее, но руки недостаточно энергичны. Многие сутулятся, но голову опускают меньше. Шаг стал равномернее. Можно уже широко использовать различные методы ходьбы (носки, пятки, внешние стороны стоп и т.д.) Игра остается главным видом деятельности, но наряду с показом упражнения уже способны воспринимать и словесные пояснения. Легче понимают и выполняют исходные положения. Нужно постоянно приучать к воспитанию словесной информации, кратко, четко объясняя по ходу упражнения, что делать правильно и почему (ножки прямые, носочки оттянутые и т.п.)

Легче правильно построить, сохранить свое место во время занятий.

Обращать особое внимание на положение ног (стремится их сгибать), плечи (очень напрягают).

Умеют подчинить свои движения общему ритму, делать упражнение согласованно. Многие хорошо воспринимают музыкальное сопровождение.

Хорошо участвуют в играх-импровизациях, охотно фантазируют, вживаются в образ (например, деревья, цветы и т. п.)

Получают удовольствие от красоты движения, умеют анализировать движение, охотно включаются в игры-соревнования. Очень отзывчивы на похвалу, высшая награда-демонстрация их умения выполнять упражнение другим ребятам.

У многих детей, внимание еще неустойчиво, поведение и действия выходят из-под контроля сознания, возможны эмоциональные срывы. Поощрить самостоятельность, настойчивость, волевые качества.

Дети шести лет владеют мелкими движениями рук, каждым пальцем. Руки и ноги более сильные, подвижные.

Возросла координация движений, их точность. Хорошо скоординирована походка, отсутствуют лишние движения. Действия уже

подсознательные. Могут регулировать силу упражнений, подчинять их своей воле. Дети интересуются, почему надо выполнять так, а не иначе, понимают пользу упражнений, связь между способом выполнения упражнения и конечным результатом. Многократно повторяют упражнение.

Любят работать дружно, хорошо выполняют команду, сохраняют исходное положение, выделяют главное в осанке и позах.

Хорошо сохраняют пространственную ориентацию, они организованы и дисциплинированы.

Умеют анализировать свои успехи и успехи других, даже стремятся помочь друг другу

Многие выполняют упражнения и по своей инициативе (дома).

Игра важнее, но уже привлекает результат упражнений. Случается, что не любят делать упражнения, которые не получаются.

Можно добиваться пластики движений, красоты, четкости. Словесные указания важнее показа упражнения.

Встречается и импульсивный характер движений, стремление обратить на себя внимание. Особенно обращать внимание на воспитание потребности ежедневных занятий дома.

Основные педагогические принципы

В основу содержания деятельности по программе «Сценическая пластика. Младшая группа» положены следующие **принципы**:

- доброжелательности и уважительного отношения к ребенку. Для активной работы на занятиях и в досуговой деятельности мы создаем доброжелательно-доверительную атмосферу. Отношения сотрудничества присутствуют на занятиях постоянно, дети высказывают свою точку зрения и имеют право на ошибку;
- принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий;
- принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений, повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению движений;
- принципы сознательности и активности предусматривают сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмыслинного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу;
- принцип доступности – требует постановки перед обучающимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.

Методы обучения

В педагогической деятельности коллектива широко используются следующие методы и приемы.

В обучении хореографии применяются традиционные методы обучения: словесный метод, наглядного восприятия и практические методы.

Словесный метод – универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении: рассказ, беседа, обсуждение, объяснение, словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению обучающимися программы обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Практические методы основаны на активной деятельности самих обучающихся. Этот метод целостного освоения упражнений, метод ступенчатый обучения и игровой метод.

Метод от простого к сложному. Использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Игровой метод используется при проведении музыкально-ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества обучающихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Основной формой организации образовательного процесса является групповое занятие. В работе с детьми используются различные типы занятий: традиционные (классические) с варьированной структурой; тематические; доминантные; комплексные.

Рассмотрим пример структуры занятия по хореографии

Первая часть занятия (подготовительная):

- обучающиеся под музыку марша входят в танцевальный зал;
- построение детей в несколько линий, в 4 или более колон;
- поклон педагогу и концертмейстеру;
- объявление детям названия темы занятия и содержание занятия;
- разминка (основные движения по кругу).

Вторая часть занятия (основная):

- изучение музыкально-ритмического материала, тренировочных вспомогательных упражнений, элементов хореографической азбуки;
- работа над танцевальными этюдами и танцами.

Третья часть занятия (заключительная):

- закрепление музыкально-ритмического материала в игре;
- музыкально-танцевальные импровизации;
- основное построение детей для выхода из зала;
- поклон педагогу и концертмейстеру;
- выход из зала

Репетиционно - постановочная работа.

Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков и работу с детьми. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы.

Все танцевальные постановки должны развиваться по законам драматургии:

- экспозиция: знакомство со средой, ввод в действие;
- завязка: событие, с которого начинается действие;
- развитие действия – конфликт;
- развязка: разрешение действия.

При постановке танца работу следует разделить на два этапа: предварительная подготовка и работа с детьми. Сначала определяется идея, которая ляжет в основу будущей постановки. Репертуар, используемый для танцевального номера, включает три раздела

музыкальных произведений: народные песни, темы из классических произведений, песни отечественных и зарубежных композиторов.

Сочиняя сюжет будущего танцевального номера, мы собираем выученные танцевальные движения в композицию и работаем над постановкой танца.

При разучивании танцевального движения мы используем следующие методы:

- метод разучивания по частям, который предполагает деление движения на простые части и разучивание каждой части отдельно с последующей группировкой. Например, этот метод применим для разучивания польки и вальса;
- метод – исполнительский показ, подсказывающий пути овладения конкретными исполнительскими и творческими задачами и трудностями. Этим методом удобно разучивать простые движения, такие как боковой галоп, или сложные движения, которые нельзя разложить на отдельные самостоятельные части;
- для разучивания особенно сложных движений может быть применен метод временного упрощения. Этот метод заключается в том, что сложное упражнение сводится к простой структуре и разучивается в таком виде. Затем движение постепенно усложняют, приближаясь к законченной форме.

Тематический план

№	тема	Теоретические часы	Практические часы
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	-
2.	Культура поведения и общения	1	1
3.	Подготовительные танцевальные упражнения	6	10
4.	Элементы народно-сценического танца	6	8
5.	Движения и танцевальные композиции	3	5
6.	Музыкально-ритмические упражнения	6	8
7.	Танцы	8	10
Всего: 72 часа		30	42

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Форма занятия	Количество часов	Тема	Место проведения
1.	Сентябрь	02	Групповая	1ч.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Разучивание поклона. Ритмическая разминка.	МОУ ДО ЦВР
2.	Сентябрь	06	Групповая	1ч.	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	МОУ ДО ЦВР
3.	Сентябрь	09	Групповая	1ч.	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выступивания, притоп).	МОУ ДО ЦВР
4.	Сентябрь	13	Групповая	1ч.	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	МОУ ДО ЦВР
5.	Сентябрь	16	Групповая	1ч.	Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение	МОУ ДО ЦВР

					фигуры по отношению к зрителю. Ракурс.	
6.	Сентябрь	20	Групповая	1ч.	Танцы народов РФ, их особенности и костюмы. Танцевальная зарядка. Упражнения для рук	МОУ ДО ЦВР
7.	Сентябрь	23	Групповая	1ч.	Ритмическая разминка. Ритмическая игра.	МОУ ДО ЦВР
8.	Сентябрь	27	Групповая	1ч.	Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок)	МОУ ДО ЦВР
9.	Сентябрь	30	Групповая	1ч.	Простейшие танцевальные элементы в форме игры. Этюдная работа. Игры. Понятие пантомимы.	МОУ ДО ЦВР
10.	Октябрь	04	Групповая	1ч.	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластиичная гимнастика.	МОУ ДО ЦВР
11.	Октябрь	07	Групповая	1ч.	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	МОУ ДО ЦВР
12.	Октябрь	11	Групповая	1ч.	Упражнения для профилактики плоскостопия. Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	МОУ ДО ЦВР
13.	Октябрь	14	Групповая	1ч.	Упражнения для суставов. Разминка «Буратино». Упражнения на расслабление мышц.	МОУ ДО ЦВР
14.	Октябрь	18	Групповая	1ч.	Этюдная работа. Импровизация. Игра «Телефон», «Замри». Музыкально-ритмические упражнения.	МОУ ДО ЦВР
15.	Октябрь	21	Групповая	1ч.	Разучивание простейших танцевальных элементов «Часики», «Качели», «Мельница».	МОУ ДО ЦВР
16.	Октябрь	25	Групповая	1ч.	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения, выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы.	МОУ ДО ЦВР
17.	Октябрь	28	Групповая	1ч.	Правила танцевального этикета. Ритмическая разминка.	МОУ ДО ЦВР
18.	Ноябрь	01	Групповая	1ч.	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце. Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.	МОУ ДО ЦВР

19.	Ноябрь	08	Групповая	1ч.	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии Ритмические упражнения.	МОУ ДО ЦВР
20.	Ноябрь	11	Групповая	1ч.	Гимнастика Parter. Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	МОУ ДО ЦВР
21.	Ноябрь	15	Групповая	1ч.	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина. Понятие о рабочей и опорной ноге.	МОУ ДО ЦВР
22.	Ноябрь	18	Групповая	1ч.	Понятие «шаг» 45°, 90°, 180°. Раствяжка.	МОУ ДО ЦВР
23.	Ноябрь	22	Групповая	1ч.	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп.	МОУ ДО ЦВР
24.	Ноябрь	25	Групповая	1ч.	Разучивание позиций рук и ног.	МОУ ДО ЦВР
25.	Ноябрь	29	Групповая	1ч.	Гимнастические элементы. Наклоны и повороты с хореографической точки зрения.	МОУ ДО ЦВР
26.	Декабрь	02	Групповая	1ч.	Ритмические упражнения в различных комбинациях	МОУ ДО ЦВР
27.	Декабрь	06	Групповая	1ч.	Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	МОУ ДО ЦВР
28.	Декабрь	09	Групповая	1ч.	Марш. Понятие о марше, ритмический счет. Разучивание танцевальных шагов. Шаг с приседанием, приставной, с притопом.	МОУ ДО ЦВР
29.	Декабрь	13	Групповая	1ч.	Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия.	МОУ ДО ЦВР
30.	Декабрь	16	Групповая	1ч.	Тройной шаг. Упражнения на ориентацию в пространстве.	МОУ ДО ЦВР
31.	Декабрь	20	Групповая	1ч.	Приставные шаги. Синхронность, игра «Ловушка», «Русский кулачный бой», «Выходи из круга» (с мячом).	МОУ ДО ЦВР
32.	Декабрь	23	Групповая	1ч.	Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней. Партнер и партнерша. Понятие дуэт, квартет в танце.	МОУ ДО ЦВР
33.	Декабрь	27	Групповая	1ч.	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание танца в паре.	МОУ ДО ЦВР
34.	Декабрь	30	Групповая	1ч.	Гимнастика Parter.	МОУ ДО ЦВР
35.	Январь	10	Групповая	1ч.	Игровые двигательные упражнения с предметами.	МОУ ДО ЦВР
36.	Январь	13	Групповая	1ч.	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг,	МОУ ДО ЦВР

					подскоки вперед, назад, галоп	
37.	Январь	17	Групповая	1ч.	Этюдная работа. Игры. Импровизация.	МОУ ДО ЦВР
38.	Январь	20	Групповая	1ч.	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	МОУ ДО ЦВР
39.	Январь	24	Групповая	1ч.	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластиичная гимнастика.	МОУ ДО ЦВР
40.	Январь	27	Групповая	1ч.	Разучивание танцевальных шагов. Шаг с приседанием, приставной, с притопом.	МОУ ДО ЦВР
41.	Январь	31	Групповая	1ч.	Простейшие танцевальные элементы в форме игры. Этюдная работа. Игры. Понятие пантомимы.	МОУ ДО ЦВР
42.	Февраль	03	Групповая	1ч.	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластиичная гимнастика.	МОУ ДО ЦВР
43.	Февраль	07	Групповая	1ч.	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	МОУ ДО ЦВР
44.	Февраль	10	Групповая	1ч.	Упражнения для профилактики плоскостопия. Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	МОУ ДО ЦВР
45.	Февраль	14	Групповая	1ч.	Упражнения для суставов. Разминка «Буратино». Упражнения на расслабление мышц.	МОУ ДО ЦВР
46.	Февраль	17	Групповая	1ч.	Этюдная работа. Импровизация. Игра «Телефон», «Замри». Музыкально-ритмические упражнения.	МОУ ДО ЦВР
47.	Февраль	21	Групповая	1ч.	Разучивание простейших танцевальных элементов «Часики», «Качели», «Мельница».	МОУ ДО ЦВР
48.	Февраль	24	Групповая	1ч.	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения, выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы.	МОУ ДО ЦВР
49.	Февраль	28	Групповая	1ч.	Правила танцевального этикета. Ритмическая разминка.	МОУ ДО ЦВР
50.	Март	02	Групповая	1ч.	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце. Танцевальные игры	МОУ ДО ЦВР

					для развития музыкальности и слуха.	
51.	Март	06	Групповая	1ч.	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии Ритмические упражнения.	МОУ ДО ЦВР
52.	Март	09	Групповая	1ч.	Гимнастика Parter. Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	МОУ ДО ЦВР
53.	Март	13	Групповая	1ч.	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина. Понятие о рабочей и опорной ноге.	МОУ ДО ЦВР
54.	Март	16	Групповая	1ч.	Понятие «шаг» 45°, 90°, 180°. Растижка.	МОУ ДО ЦВР
55.	Март	20	Групповая	1ч.	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп.	МОУ ДО ЦВР
56.	Март	23	Групповая	1ч.	Разучивание позиций рук и ног.	МОУ ДО ЦВР
57.	Март	27	Групповая	1ч.	Гимнастические элементы. Наклоны и повороты с хореографической точки зрения.	МОУ ДО ЦВР
58.	Март	30	Групповая	1ч.	Ритмические упражнения в различных комбинациях	МОУ ДО ЦВР
59.	Апрель	03	Групповая	1ч.	Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки	МОУ ДО ЦВР
60.	Апрель	06	Групповая	1ч.	Марш. Понятие о марше, ритмический счет. Разучивание танцевальных шагов. Шаг с приседанием, приставной, с притопом.	МОУ ДО ЦВР
61.	Апрель	10	Групповая	1ч.	Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия.	МОУ ДО ЦВР
62.	Апрель	13	Групповая	1ч.	Тройной шаг. Упражнения на ориентацию в пространстве.	МОУ ДО ЦВР
63.	Апрель	17	Групповая	1ч.	Приставные шаги. Синхронность., игра «Ловушка», «Русский кулачный бой», «Выйди из круга» (с мячом).	МОУ ДО ЦВР
64.	Апрель	20	Групповая	1ч.	Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней. Партнер и партнерша. Понятие дуэт, квартет в танце.	МОУ ДО ЦВР
65.	Апрель	24	Групповая	1ч.	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание танца в паре.	МОУ ДО ЦВР
66.	Апрель	27	Групповая	1ч.	Гимнастика Parter	МОУ ДО ЦВР
67.	Май	11	Групповая	1ч.	Игровые двигательные упражнения с предметами.	МОУ ДО ЦВР

68.	Май	15	Групповая	1ч.	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп	МОУ ДО ЦВР
69.	Май	18	Групповая	1ч.	Этюдная работа. Игры. Импровизация.	МОУ ДО ЦВР
70.	Май	22	Групповая	1ч.	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	МОУ ДО ЦВР
71.	Май	25	Групповая	1ч.	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластиичная гимнастика.	МОУ ДО ЦВР
72.	Май	29	Групповая	1ч.	Разучивание танцевальных шагов. Шаг с приседанием, приставной, с притопом.	МОУ ДО ЦВР

Содержание программы

№	Темы	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Организационная беседа о требованиях, предъявляемых к обучающимся: форма, аккуратная прическа девочек. Инструктаж по правилам безопасности.	
2.	Культура поведения и общения. <u>Теоретические часы</u> Беседы о культуре поведения на занятиях, о правилах общения друг с другом, о поведении на выступлении.	<u>Практические часы</u> Приветствие – поклон, правильное расположение учащихся в танцевальном зале, интервал друг от друга. Правильное расположение учащихся при исполнении движений на ковриках.
3.	Подготовительные танцевальные упражнения <u>Теоретические часы</u> Объяснение, что такое бытовой шаг и что такое танцевальный. Правильное исполнение движения по кругу, по диагонали зала, по прямой линии, расходится направо, налево, объединяясь в пары и в четвёрки, следя при этом за дистанцией и интервалами. Для обучения сознательному управлению своими мышцами применяются упражнения на напряжение и расслабление мышц тела. Упражнения выполняются лёжа на спине, руки свободно лежат вдоль тела вниз, ноги свободно вытянуты, пятки вместе, все мышцы тела расслаблены. Упражнения на полу, или партерный экзерсис, позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трёх целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и	<u>Практические часы</u> Различные виды марша: марш с вытянутог носочка, марш на носочках и пятках, марш высоким подниманием колена, бег на носочках широкий бег, галоп, боковой галоп, танцевальны движения по кругу (папольки, вальсовый шаг, выкручивание бёдер, шаг крестом и т.д.) <ul style="list-style-type: none"> • Сидя на полу: Сокращение стопы и её вытягивание по 6 позиции; Позиции ног на полу «Ёлочка» <u>«Книжечка»</u> <u>«Лягушка»</u> <ul style="list-style-type: none"> • Лёжа на спине: Выворотное поднимание ног поочерёдно и вместе; Броски наверх поочерёдно и вместе, «Велосипед»; Упражнение на внимание <ul style="list-style-type: none"> • Лёжа на животе: <u>«Качалочка»</u> <u>Движение «Кольцо»</u> <u>Прогиб корпуса назад</u> <u>«Лягушка»</u>

	<p>связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развивать гибкость, эластичность стоп.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Стоя на коленях: <p>Броски ног назад «Кошечка» «Часики»</p>
4.	<p>Элементы народно-сценического танца.</p> <p><u>Теоретические часы</u> При изучении элементов русского народного танца используются, как правило, I, II, III и VI позиции ног, аналогичные позициям классического танца, но в более свободной форме. Объяснение чем отличаются народные танцы друг от друга. Подробное описание различных положений рук для сольных и массовых танцев.</p>	<p><u>Практические часы</u> Позиции ног. Положение стопы и подъёма. Позиции и положение рук. Движение кисти. Приседание. Танцевальный шаг с носка. Различные прыжки. Прыжки на месте и в продвижении. Прыжки в повороте. Подскоки Подскоки в повороте на месте и в продвижении по диагонали танцевального зала. Элементы движений народного танца: ковырялочка, маталочка, присядки, мячик, подсечка, припадание, переменный шаг, хороводный шаг.</p>
5.	<p>Движения и танцевальные композиции</p> <p><u>Теоретические часы</u> Рассказать о рождении искусства танца. Отдельно о каждом виде танца. Обратить внимание на виды танца и их национальность. Примеры тренировки внимания на слух, переключение с одного предмета на другой. Упражнения переключения внимания со зрительного намзыкальное или осязательное. Обучить азбуке актёрского мастерства в игровой форме. Разучить сценки подражания повадкам животных. Определить ошибки в исполнении танцевального номера. Определение отличия танцевального шага обычного от бытового. Рассказать о правильном исполнении движений. Разучивание композиций на основе простых шагов, переменного хода, подскоков и других движений в разном характере, темпе и ритме.</p>	
6.	<p>Музыкально-ритмические упражнения</p> <p><u>Теоретические часы</u> Научить определять особенности танцевальных жанров (вальс,</p>	

	полька, марш, русский народный танец и т.д.). Учить чётко определять музыкальные размеры 2/4, ¾, 4/4, осознанно выполнять движения в этих размерах. Выполнение движений в различных темпах. Усвоить понятие «жест» и его значение в танце, отрабатывание различных жестов. Разучивание танцевальных номеров на месте по кругу.	размер; - эмоциональная выразительность; - музыкально-танцевальная импровизация на заданные темы.
7.	Танцы <u>Теоретические часы</u> Разучивание танцевальных номеров на месте по кругу, диагонали.	<u>Практические часы</u> Часики, Полька, Парный танец, Пингвины, Мальвина и Буратино

Техническое оснащение кабинета

Кабинет, в котором занимается танцевальный коллектив приспособлен для занятий хореографией. Установлены станки для занятия классическим танцем. Для комфорта и партерного тренажа используются индивидуальные ковровые дорожки. На центральной стене кабинета установлены зеркала.

Также в кабинете имеются:

- ноутбук;
- телевизор;
- видеокамера;
- видеомагнитофон,
- каталог аудио- и видеодисков.

Для методического обеспечения используется:

- специальная литература,
- фотоматериалы,
- наглядные пособия,
- стенд коллектива.

Документы:

- программа,
- должностные инструкции.

Мониторинг образовательных результатов

Предмет мониторинга	Цель мониторинга	Показатели	Способы отслеживания	Сроки мониторинга	Управленческое решение как результат мониторинга
1.Уровень освоения детьми содержания преподаваемого предмета	Определение степени освоения образовательной программы	Интерес учащихся к занятиям	Анализ качества усвоения обучающихся ЗУН	3 раза в год(октябрь, январь. май)	Отслеживание уровня творческих способностей детей
2. Уровень творческой	Определение соответствия	Уровень соответствия	Фиксация участия	В течение учебного года	коллектив принимает

активности детей	образовательной программы	на разных ступенях обучения	учащихся в концертной деятельности		активное участие в концертных мероприятиях города и учреждения
3.Творческие достижения учащихся	Определение результата своей деятельности	Учащиеся показывают высокий результат своей деятельности	Конкурсные выступления Отчётный концерт	В течение учебного года; конец учебного года	Поощрение педагога и учащихся. Концертная деятельность коллектива в участии на Международных конкурсах и показательных выступлениях

Список литературы

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. Изд. 2-е. – Л., 1983.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. – Ральф, М., 1999г.
3. Диниц Е.В. Джазовые танцы. - Донецк, 2002г
4. Друскин М.С. Очерки по истории танцевальной музыки – Ленинградская филармония. -Л., 1996.
5. Краснобаева А.Х. Программа по предмету «Танец»
6. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать – М., 2003.
7. Самоучитель бальных танцев – Сервис «Жизнь удалась» - Ростов – н-Д: «Феникс», 2005.
8. Смит А. Танцы–ООО Издательство АСТРЕЛЬ, М., 2001г.
9. Учебно-методический центр « Аллегро». Методика работы с детьми – С.-Пб., 1997.
10. Учебно-методический центр «Аллегро». Ритмическая гимнастика и игровой танец. – С.-Пб., 1997

Ритмика и развитие актерской выразительности

- 1.Богатка Л. Танцы и игры на вечере молодежи. - М., 1955.
2. Ветлугина Н. Музыкальное развитие ребенка. - М., 1976.
- Вербицкая А. Основы сценического движения. - М., 1983.
- 3.Гусев С., Гусева Ю. Танцы и игры Артека. - М., 1997.
- 4.Кох И. Основы сценического движения. - Л., 1970.
- 5.Константиновский В. Учить прекрасному. - М., 1973.
- 6.Лисицкая Т. Хореография в гимнастике. - М., 1993.
- 7.Лукьянова Е. Дыхание в хореографии: Учебное пособие. - М., 1979.
- 8.Михайлова Э., Иванов Ю. Ритмическая гимнастика: Справочник. - М., 1987.
- 9.Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. - М., 1972.
- 10.Светинская В. Танцевальные постановки для детей. - М., 1966.
- 11.Шахматова Л.: Сценические этюды. Учебное пособие. М., 1966.

Классический танец

- 1.Ваганова А: Основы классического танца. Изд. б-е. - Л., 1980.
- 2.Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. - Л., 1968.
- 3.Месссерер А. Уроки классического танца. - М., 1967.
- 4.Тарасов Н. Классический Танец. - М., 1971; 1981 ..
- 5.Ярмолович Л. Классический танец: Методическое пособие. - Л., 1986

Народный танец

- 1.Богатка Л. Хоровод друзей. - М., 1957.
- 2.Борзов А. Танцы народов СССР. - М., 1983, 1984.
- 3.Бочаров А., Ширяев А., Лопухов А. Основы народно-характерного танца. - Л.; М., 1939.
- 4.Голейзowski K Образы русской народной хореографии. - М., 1964.
- 5.Народно-сценический танец /Зацепина К, Климова А. и др. - М., 1976.
- 6.Климов А. Основы русской народной хореографии. - М., 1981.
- 7.Оширо Л. Народные танцы Молдавии. - Кишинев, 1967.
- 8.Степанова Л. Народные танцы. - М., 1968.
- 9.Ткачеко Т. Народные танцы. - М., 1975.
- 10.Ткаченко Т. Народный танец. - М., 1967.
- 11.Устинова Т. Беречь красоту русского танца. - М., 1959.
- 12.Устинова Т. Избранные русские народные танцы. - М., 1996.
- 13.Хворост И. Белорусские танцы. - Минск, 1977.
- 14.Чирка Ю. Белорусский народный танец. - Минск, 1972.

Историко-бытовой и бальный танец

- 1.Воронина И. Историко-бытовой танец: Учебное пособие. - М., 1980.
- 2.Васильева Е. Танец. - М., 1968.
- 3.Васильева Т. Секрет танца. - СПб., 1977.
- 4.Васильева-Рождественская М. Историко-бытовой танец. - М., 1963; 1987.
- 5.Ивановский Н. Бальный танец XVI-XIX вв.: - Л.; М., 1-948.

- 6.Разрешите пригласить. - М., 1976-1978.
- 7.Стриганов В., Уральская В. Современный бальный танец. - М., 1978.
- 8.Шереметьевская Н. Прогулка в ритме степа. - М., 1995.
- 9.Школьников Л. О танцах в шутку и всерьез. - М., 1975.
- 10.Школьников Л. Рассказы о танцах. - М., '1966.
- 11.Череховская Р. Танцевать могут все. - Минск, 1973.