

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ВЕЛИКОУСТЮГСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО  
ОКРУГА ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»

**Принято**

педагогическим советом  
муниципального бюджетного  
образовательного учреждения  
дополнительного образования  
«Центр дополнительного  
образования»

Протокол от №4 от 20.03.2024

**Утверждено**

приказом директора муниципального  
бюджетного образовательного учреждения  
дополнительного образования «Центр  
дополнительного образования»

Приказ №51 от 20.03.2024



Директор Ямова Е.М. Е.М. Ямова

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа художественной направленности**

**«Ритм и пластика»  
(модифицированная)**

Уровень программы - стартовый  
Возрастная категория обучающихся - 7-14 лет  
Срок реализации программы – 4 года  
Объем программы – 288 часов



Составитель:  
педагог дополнительного образования  
Кульневская Ирина Сергеевна

г. Великий Устюг  
Вологодская область  
2024 г.

### **Аннотация.**

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритм и пластика»** составлена в соответствии с основными нормативными документами.

**Направленность:** художественная.

**Составитель:** Кульневская И.С.

**Цель программы:** формирование и развитие творческих способностей детей, посредством формирования знаний и практических навыков в области хореографической культуры.

**Возраст обучающихся:** 7-14 лет.

**Продолжительность реализации программы:** 4 года (288 часов).

**Режим занятий:** 2 часа в неделю. Занятие – 45 минут.

**Форма организации процесса обучения:** основная форма учебного занятия – групповая. Программа подразумевает возможность индивидуального образовательного маршрута с более способными, одаренными детьми.

#### **Краткое содержание.**

Программа предусматривает систематическое, последовательное, поэтапное и непрерывное хореографическое обучение, а также на основании этого развитие и воспитание детей младшего и среднего школьного возраста.

Содержание и материал программы организован по принципу дифференциации в соответствии со стартовым уровнем сложности.

Стартовый уровень программы предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала.

**На 1 году обучения** - Программа предусматривает изучение основных позиций рук и ног, освоение базовых танцевальных элементов, шагов и их названий, умение сохранять определенный темп в соответствии с музыкальным материалом, изучение основных пространственных перестроений в танце на основе разученных движений. Изучение танцевальной композиции (по выбору педагога).

Программа предусматривает формирование координационных способностей, изучение вспомогательных и корригирующих упражнений на полу («партерный экзерсис»), направленных на формирование осанки и опорно-двигательного аппарата, а также освоение образных музыкально-танцевальных игр с элементами импровизации.

На занятиях уделяется внимание воспитанию культуры поведения и танцевального этикета.

**2 год обучения** – предусматривает получение знаний о танцевальной культуре, танцевальном этикете, освоение образных музыкально-танцевальных игр с элементами импровизации, разучивание основных базовых танцевальных элементов, умение сохранять определенный темп в соответствии с музыкальным материалом, развитие координационных способностей, вестибулярного и опорно-двигательного аппарата, изучение основных пространственных перестроений в танце на основе разученных движений, овладение исполнительским мастерством во время изучения танцевальной композиции (по выбору педагога). На занятиях уделяется внимание воспитанию культуры поведения и танцевального этикета.

**3 год обучения** – предполагает расширение кругозора обучающихся в области хореографического искусства, освоение базовых движений современного танца, совершенствование техники исполнения танцевальных движений, овладение методом импровизации, продолжение работы над индивидуальными данными обучающихся и исполнительского мастерства. Программа предусматривает освоение принципов постановки танцевального флешмоба, самостоятельная постановка флешмоба на основе ранее изученных

движений, развитие как индивидуального творческого потенциала, так и ансамблевого исполнения. На занятиях уделяется внимание воспитанию культуры поведения и танцевального этикета.

**4 год обучения** – предусматривает расширение знаний о танцевальном искусстве, изучение классического экзерсиса, изучение терминологии исполнения движений у станка, совершенствование техники исполнения танцевальных движений, продолжение освоения пространственных перестроений во время музыкально-танцевальных игр с элементами импровизации, проведение рефлексии. Большое внимание уделяется композиционному построению танца, манере и характеру исполнения. На занятиях уделяется внимание воспитанию культуры поведения и танцевального этикета.

Обучающиеся, в ходе реализации программы овладевают культурой поведения, техникой танца, учатся следить за четким выразительным и эмоциональным исполнением всех тренировочных движений, благодаря чему развивается интерес и уровень хореографических задатков. Обучающиеся принимают активное участие в концертной деятельности, конкурсах и фестивалях, что приводит к совершенствованию творческого уровня.

### **Планируемый результат.**

**1 год обучения.** По окончании изучения обучающиеся будут **знать:**

единые требования культуры поведения и танцевального этикета;  
основные позиции и положения рук и ног, головы и корпуса;  
правила исполнения упражнений партерной гимнастики;  
танцевальную терминологию;

**уметь:**

выполнять танцевальные элементы и шаги по программе;  
слышать музыкальный ритм;  
составлять простые ритмические рисунки;  
выполнять простые маршировки и графические перестроения;  
правильно выполнять упражнения партерную гимнастику;  
владеть навыками координации движения;  
выразительно выполнять простые танцевальные движения на середине зала;  
эмоционально исполнять танцевальную композицию.

**2 год обучения.** По окончании изучения обучающиеся будут **знать:**

единые требования культуры поведения и танцевального этикета;  
правила исполнения тренировочных упражнений;  
танцевальную терминологию;

**уметь:**

исполнять базовые танцевальные элементы и движения по программе;  
сохранять темп в соответствии с музыкальным материалом;  
составлять ритмические рисунки;  
координировать танцевальные движения;  
владеть навыками вариативного мышления;  
импровизировать этюды на заданную тему;  
выполнять пространственные перестроения в танце;  
эмоционально и выразительно исполнять танцевальную композицию.

**3 год обучения.** По окончании изучения обучающиеся будут **знать:**

единые требования культуры поведения и танцевального этикета;

правила исполнения тренировочных упражнений;

танцевальную терминологию;

танцевальные стили и направления;

принципы постановки танцевального флешмоба;

**уметь:**

владеть своим мышечным аппаратом;

выполнять тренинг с усложненными координационными движениями;

исполнять базовые танцевальные элементы и движения по программе;

координировать танцевальные движения;

выполнять пространственные перестроения в танце;

разрабатывать графический рисунок к танцевальному этюду.

владеть навыками вариативного мышления;

составлять танцевальные связки и комбинации;

импровизировать этюды на заданную тему.

создавать танцевальный флешмоб;

исполнять танцевальный флэшмоб.

**4 год обучения.** По окончании изучения обучающиеся будут **знать:**

единые требования культуры поведения и танцевального этикета;

танцевальную терминологию изученных движений;

последовательность исполнения классического экзерсиса;

этапы создания танцевального этюда;

правила самостоятельной и коллективной работы;

**уметь:**

выполнять классический экзерсис у станка;

владеть координацией движения;

выполнять пространственные перестроения;

владеть навыками вариативного мышления;

импровизировать этюды на заданную тему.

эмоционально и выразительно исполнять танцевальный этюд;

проявлять артистизм;

анализировать свою работу и работу других обучающихся;

использовать полученные знания, умения и навыки в социальной среде.

По окончании изучения программы **«Ритм и пластика»** обучающиеся будут

**знать:**

единые требования культуры поведения и танцевальный этикет;

танцевальную терминологию изученных движений;

основные позиции и положения рук и ног, головы и корпуса;

координационные упражнения;

различные построения и перестроения;

правила составления комбинаций и хореографических этюдов;

правила самостоятельной и коллективной работы;

**уметь:**

выполнять классический экзерсис у станка;

выполнять базовые движения современного танца;

владеть навыками координации движения;

выполнять пространственные перестроения в танце;

владеть навыками вариативного мышления;

импровизировать этюды на заданную тему;

проявлять артистизм;

эмоционально и выразительно выполнять танцевальные движения на середине зала;

анализировать свою работу и работу других обучающихся;

использовать полученные знания, умения и навыки в социальной среде.

# 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

## Введение

Хореографическое искусство – массовое искусство доступное всем. Занятия хореографией способствуют разностороннему гармоничному развитию личности, формируют нравственное и физическое здоровье, выносливость, гармоничное телосложение, что хорошо сказывается на реализации индивидуальных способностях ребенка.

Данная программа является модифицированной и рассчитана на детей, разных по уровню умения вне зависимости от их природных способностей, не имеющих перед собой явной цели сделать в дальнейшем хореографией своей основной профессией (в отличие от специальных учебных заведений), не имеющих ограничений на двигательную деятельность в связи с проблемами в состоянии здоровья.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритм и пластика» разработана в соответствии с государственной образовательной политикой и современными нормативными документами в сфере образования:

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

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;

Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Минтруда России от 22.09.2021 № 652н);

Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. №629 "Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";

Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28;

Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. №996-р.

### 1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритм и пластика» в дальнейшем именуемая - Программа, имеет художественную направленность.

Данная программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей, направленные на: развитие мотивации личностного роста детей к познанию и творчеству; приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусства; сохранение и охрану здоровья детей.

Программа разработана на основе личного педагогического опыта и практической работы с обширным контингентом обучающихся, разных по музыкальным, физическим и возрастным данным с учётом интересов детей, их познавательной активности и творческих возможностей.

Программа составлена с учетом ДООП «Ритмика и танец» (Е.В. Ротчев, преподаватель, заведующий хореографическим отделением Детской школы искусств имени С.П. Дягилева города

Москвы), авторской программы С.В.Курьяновой «Современный танец» (г.Мичуринск, 2011), опираясь на опыт Л.В. Богомоловой (программа «Основы танцевальной культуры» М.: 2001) и учебно-методического пособия по дисциплине «Хореографическое творчество» (Киров, 2010).

Содержание и материал программы организован по принципу дифференциации в соответствии со стартовым и базовым уровнем сложности.

Стартовый уровень программы предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала.

На данном этапе ходе реализации программы происходит обучение более сложным танцевальным движениям, связкам и композициям, совершенствуется эмоциональный мир ребенка, формируются навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений, расширяется культурный диапазон, формируется понятие об эстетике, нравственности, накапливается эмоциональный и интеллектуальный опыт.

Обучающиеся, в ходе реализации программы овладевают культурой поведения, техникой танца, учатся следить за четким выразительным и эмоциональным исполнением всех тренировочных движений, благодаря чему развивается интерес и уровень хореографических задатков. Обучающиеся принимают активное участие в концертной деятельности, конкурсах и фестивалях, что приводит к совершенствованию творческого уровня.

За время обучения у детей сформируется способность к универсальным учебным действиям (УУД): появится улучшение показателей адаптации в обществе, креативность и более четкая поведенческая структура, обеспечивающая их социализацию, толерантность, благодаря чему дети научатся содержательно проводить свое свободное время в социуме.

УУД создают возможность самостоятельного успешного усвоения новых знаний, умений и компетентностей, включая организацию усвоения, то есть умения учиться.

#### **Актуальность программы**

Данная дополнительная общеобразовательная программа соотносится с тенденциями развития дополнительного образования. Согласно Концепции развития дополнительного образования «на современном этапе содержание дополнительных образовательных программ ориентировано на: создание необходимых условий для личностного развития учащихся, позитивной социализации и профессионального самоопределения; удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, художественно-эстетическом, нравственном развитии...»

**Актуальность** данной программы заключается в том, что на современном этапе развития общества возникла необходимость с помощью занятий хореографией сформировать духовно – нравственную личность и раскрыть в детях индивидуальные творческие способности.

Злободневностью данной программы является развитие творческой инициативы детей, пробуждение мотивации здорового образа жизни и позитивного досуга.

Остротой данной программы является сохранение физического развития и укрепление здоровья подрастающего поколения.

Актуальность и востребованность программы основана на анализе педагогического опыта, а также на анализе тестирования - изучение спроса обучающихся и родителей.

Делаем вывод: программа является **актуальной и востребованной** в современном обществе.

**Новизна** программы выражается в создании целостной культурно-эстетической среды для успешного развития детей, и заключается как в индивидуальном подходе к каждому ребенку, так и в работе с подгруппами детей с учетом их возрастных особенностей, обеспечении оптимальной физической нагрузки, способствующих успешному личностному росту.

Система обучения подразумевает, что в течение учебного года состав группы может изменяться. Дополнительный набор детей в объединение проводится на основании собеседования с помощью тестирования знаний и умений в области хореографии, при отсутствии медицинских противопоказаний. Дети, которые прошли тестирование и соответствуют данной

возрастной категории, могут быть зачислены в группу для дальнейшего обучения.

Полученные обучающимися знания в дальнейшем используются в их жизнедеятельности.

Новизной данной программы является:

создание условий организации игровых моментов во время занятий для общения и творческого самовыражения;

приобщение к духовно-нравственным ценностям;

внедрение информационных технологий, который включает в себя просмотр и анализ видеоматериалов по хореографии;

включение родителей в образовательный процесс.

Практической значимостью программы являются сохранение и укрепление здоровья обучающегося, приобретение навыков здорового образа жизни, приобщение к концертным выступлениям.

**Отличительной особенностью** программы является комплексность. Комплекс хореографических дисциплин - это ритмика, партерная гимнастика, базовый эстрадный танец, а также работа в фольклорном направлении на основе возрождения традиционной русской культуры и сохранения **региональных истоков**.

Во время занятий дети получают представление о танцевальном искусстве, узнают об истории танца, музыки, костюма русского народа, тем самым, расширяют свой кругозор.

Программа построена на принципах последовательного, поэтапного, систематического и непрерывного обучения.

**Адресат программы.** Программа предусмотрена для детей 7-14 лет и составлена с учетом их психофизического развития. Группы формируются одновозрастные.

Данная возрастная категория обладает повышенной работоспособностью, высоким уровнем активности, что ведет к быстрой утомляемости, поэтому необходимо предусматривать частую смену деятельности с использованием элементов импровизации, созданием ситуации игры.

В этом возрасте дети располагают значительными резервами развития, у них закрепляются и развиваются основные характеристики познавательных процессов: восприятие, внимание, память, воображение, мышление, речь.

Критериями отбора хореографических движений служат возрастные, физиологические и психологические особенности детей, а также уровень влияния движений на формирование опорно-двигательного аппарата, развитие координации, формирование основ индивидуальной танцевальной культуры.

**Объем и срок реализации программы.** Программа рассчитана на 4 года обучения (288 часов).

**Режим занятий.**

Групповые занятия проводятся 2 раза в неделю. Продолжительность занятия 45 минут.

Допустимое количество детей на занятии, исходя из площадей, санитарных и этических норм – 10-15 человек.

Основная форма занятия – групповая. Чаще всего это комплексное занятие, включающее в себя изучение нового материала, повторение пройденного, а также творческие задания по актёрскому мастерству и импровизации.

**Форма обучения** – очная. Допускается реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы *с применением дистанционных образовательных технологий*.

**При проведении занятий учитывается:**

уровень знаний, умений и навыков обучающихся, их индивидуальные особенности;

самостоятельность обучающихся;

особенности их мышления;  
познавательные интересы.

Программа подразумевает возможность индивидуального образовательного маршрута. Индивидуальные занятия проводятся с более способными, одаренными детьми, которым необходимо дополнительное время для изучения более сложных координационных движений и танцевальных композиций.

## **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель:** развитие творческих способностей детей, посредством формирования знаний и практических навыков в области хореографической культуры.

**Задачи:**

**Обучающие:**

сформировать определенные знания и умения в области хореографического мастерства;  
способствовать укреплению системы знаний, умений, навыков по основам хореографии.

**Развивающие:**

развивать мотивацию на творческую деятельность;  
способствовать развитию опорно-двигательного аппарата, координации движений и общей физической выносливости;  
развивать танцевальные данные, технику исполнения и пространственную ориентировку;  
способствовать формированию музыкально-ритмических навыков;  
развивать творческое мышление и умение импровизировать;  
способствовать реализации творческого самовыражения;  
способствовать формированию аналитической деятельности;  
прививать умения коллективной и творческой деятельности.

**Воспитывающие:**

способствовать формированию коммуникативных навыков;  
содействовать гармоничному развитию творческой личности ребенка;  
способствовать формированию активной жизненной позиции и адаптации к современной жизни на основе общей культуры, знаний, навыков.

## **1.3. Учебный план, содержание программы**

### **Первый год обучения «Азбука хореографии»**

На **1 году обучения** - Программа предусматривает изучение основных позиций рук и ног, освоение базовых танцевальных элементов, шагов и их названий, умение сохранять определенный темп в соответствии с музыкальным материалом, изучение основных пространственных перестроений в танце на основе разученных движений. Изучение танцевальной композиции (по выбору педагога).

Программа предусматривает формирование координационных способностей, изучение вспомогательных и корригирующих упражнений на полу («партерный экзерсис»), направленных на формирование осанки и опорно-двигательного аппарата, а также освоение образных музыкально-танцевальных игр с элементами импровизации.

На занятиях уделяется внимание воспитанию культуры поведения и танцевального этикета.

№ п / п	Наименование разделов, тем	Часы		Все го час ов	Формы аттестации (контроля)
		Теори я	Практик а		
1	Введение в хореографию. Техника безопасности.	0.5	0.5	1	скрытое педагогическое наблюдение
2	Путешествие в мир танца	0.5	0.5	1	скрытое педагогическое наблюдение, беседа в форме «вопрос-ответ»
3	Музыкально-ритмические игры	1	5	6	скрытое педагогическое наблюдение, Входной контроль
4	Тренинг пластики тела	2	8	10	скрытое педагогическое наблюдение, самооценка, промежуточная аттестация – контрольные упражнения
5	Танцевальные движения и шаги	1	7	8	скрытое педагогическое наблюдение, самооценка
6	Партерный экзерсис	1	9	10	диагностическое развитие – самооценка; беседа в форме «вопрос-ответ», контрольные упражнения
7	Графические перестроения	1	5	6	творческое задание, групповая оценка работ
8	Координационные упражнения	1	7	8	скрытое педагогическое наблюдение, самооценка
9	Постановка танцевального номера (по выбору педагога)	1	9	10	скрытое педагогическое наблюдение, групповая оценка работ
10	Репетиционная работа	1	5	6	скрытое педагогическое наблюдение, групповая оценка работ
11	Концертная деятельность	1	1	2	скрытое педагогическое наблюдение, итоговый контроль – концертное выступление, отчетный концерт
12	Импровизация в танце и игре.	1	3	4	скрытое педагогическое наблюдение, творческое задание
	Всего:	12	60	72	

### Содержание программы

**Тема:** Введение в хореографию. (1 час)

**Теория:** Знакомство с хореографией, как с одним из видов искусства. Беседа о культуре поведения и танцевальном этикете. Инструктаж по технике безопасности.

**Практика:** Танец – игра «Приглашение». Игры на знакомство, на сплочение коллектива.

**Тема:** Путешествие в мир танца (1 час)

**Теория:** Беседа об истории возникновения танцевального искусства. Знакомство с богиней танца - Терпсихорой.

**Практика:** Беседа в форме «вопрос - ответ» по данной теме.

**Тема:** Музыкально-ритмические игры (6 часов)

**Теория:** Ознакомление с музыкальными длительностями – половинными, четвертными, восьмыми. Правила игры.

**Практика:** Музыкальные игры с элементами соревнования. Исполнять движения в характере и темпе музыки (быстро, медленно) одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы. Входной контроль. Творческое задание - составить различные ритмические рисунки, как индивидуально, так и в творческих группах.

**Тема:** Тренинг пластики тела (10 часов)

**Теория:** Беседа на тему: «пластическая культура». Правила исполнения тренировочных упражнений. Изучение танцевальной терминологии.

**Практика:** Изучение основных позиций рук, ног, базовых тренировочных упражнений. Тренировочные занятия – в методической работе используется метод показа и словесный. На занятиях используется принцип систематичности и сознательного заинтересованного отношения к тренировочным упражнениям.

**Тема:** Танцевальные движения и шаги (8 часов)

**Теория:** Правила исполнения движений. Ознакомление с танцевальной терминологией.

**Практика:** Изучение основных базовых движений: танцевальные шаги, различные повороты, «восьмёрка», различные выпады, «паровозик», па галопа. Варьирование танцевальных движений. Разучивание танцевальных связок и комбинаций.

В работе используется принцип постепенного повышения требований и увеличения объема и интенсивности физических нагрузок (от простого к сложному).

**Тема:** Партерный экзерсис (10 часов)

**Теория:** Беседа о предмете партерная гимнастика; правила исполнения упражнений; правила техники безопасности при выполнении сложных элементов.

**Практика:** Разучивание партерного экзерсиса.

На занятиях используется принцип систематичности и сознательного заинтересованного отношения к тренировочным упражнениям.

**Тема:** Графические перестроения (6 часов)

**Теория:** При словесном методе рассказать о построениях, перестроениях, фигурной маршировке.

**Практика:** Изучение графических перестроений, фигурной маршировки. Необходимо следить за правильной осанкой, свободные руки держать на талии.

**Тема:** Координационные упражнения (8 часов)

**Теория:** Беседа о формировании двигательных функций и пользе координационных упражнений.

**Практика:** Упражнения на координацию с использованием ритмического рисунка. Используется метод показа, который объединяется со словесным объяснением и подкрепляется музыкальным материалом.

**Тема:** Постановка танцевального номера (10 часов)

**Теория:** Ознакомление с понятием: сюжет танца. Беседа о значении эмоциональной выразительности в танце.

**Практика:** Разучивание танцевальных комбинаций, графических перестроений в танце.

В работе используется принцип постепенного повышения требований и увеличения объема и интенсивности физических нагрузок (от простого к сложному).

Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы.

**Тема:** Репетиционная работа (6 часов)

**Теория:** Беседы: о характере и манере исполнения, об ансамблевом исполнении, артистизме. Анализ исполнения движений танцевального номера.

**Практика:** Репетиционная работа над ансамблевым исполнением танца. Рефлексия.

**Тема:** Концертная деятельность (2 часа)

**Теория:** Беседа о культуре поведения на сцене во время репетиций и концертов. Техника безопасности.

**Практика:** Концертное выступление.

**Тема:** Импровизация в танце и игре. (4 часа)

**Теория:** Знакомство с эмоциями

**Практика:** развитие воображения, игры и этюды, развивающие эмоциональные чувства: радость, грусть, веселье и т.д., разнообразные по характеру настроения, например: «Рыбки легко и свободно резвятся в воде», «Кукла не хочет быть марионеткой, она мечтает стать настоящей балериной» и др.

По окончании **1 года обучения** обучающиеся будут **знать:**  
единые требования культуры поведения и танцевального этикета;  
основные позиции и положения рук и ног, головы и корпуса;  
правила исполнения упражнений партерной гимнастики;  
танцевальную терминологию;

**уметь:**

выполнять танцевальные элементы и шаги по программе;  
слышать музыкальный ритм;  
составлять простые ритмические рисунки;  
выполнять простые маршировки и графические перестроения;  
правильно выполнять упражнения партерную гимнастику;  
владеть навыками координации движения;  
выразительно выполнять простые танцевальные движения на середине зала;  
эмоционально исполнять танцевальную композицию.

## Второй год обучения «Ритмопластика»

**2 год обучения** – предусматривает получение знаний о танцевальной культуре, танцевальном этикете, освоение образных музыкально-танцевальных игр с элементами импровизации, разучивание основных базовых танцевальных элементов, умение сохранять определенный темп в соответствии с музыкальным материалом, развитие координационных способностей, вестибулярного и опорно-двигательного аппарата, изучение основных пространственных перестроений в танце на основе разученных движений, овладение исполнительским мастерством во время изучения танцевальной композиции (по выбору педагога). На занятиях уделяется внимание воспитанию культуры поведения и танцевального этикета.

№ п / п	Тематический блок	Часы		Все го час ов	Формы аттестации (контроля)
		Теори я	Практик а		
1	Введение в хореографию. Техника безопасности.	0.5	0.5	1	скрытое педагогическое наблюдение, викторина
2	Тренинг пластики тела	1	9	10	скрытое педагогическое наблюдение, самооценка, входной контроль
3	Музыкально-танцевальные игры	2	6	8	скрытое педагогическое наблюдение, творческое задание
4	Графическое перестроение	1	5	6	творческое задание, групповая оценка работ
5	Базовые танцевальные элементы	2	8	10	скрытое педагогическое наблюдение, самооценка,
6	Координационные упражнения	2	8	10	скрытое педагогическое наблюдение, самооценка промежуточная аттестация - контрольные упражнения
7	Постановка танцевального номера (по выбору педагога)	2	8	10	скрытое педагогическое наблюдение, групповая оценка работ
8	Репетиционная работа	1	4	5	скрытое педагогическое наблюдение, групповая оценка работ
8	Концертная деятельность.	0.5	1.5	2	скрытое педагогическое наблюдение, итоговый контроль – концертное выступление, отчетный концерт
10	Музыкально-танцевальные игры с элементами импровизации.	3	7	10	скрытое педагогическое наблюдение, творческое задание
	Всего:	15	57	72	

## Содержание программы

**Тема:** Введение в хореографию. Техника безопасности. (1 час)

**Теория:** Беседа о культуре поведения и танцевальной этикете. Беседа по теме «Современный эстрадный танец». Викторина.

**Практика:** Просмотр презентации. Беседа в форме «вопрос-ответ»

**Тема:** Тренинг пластики тела (10 часов)

**Теория:** Беседа на тему: «пластическая культура». Правила исполнения тренировочных упражнений. Изучение танцевальной терминологии.

**Практика:** Тренировочные занятия – в методической работе используется метод показа и словесный. Изучение тренировочных упражнений.

На занятиях используется принцип систематичности и сознательного заинтересованного отношения к тренировочным упражнениям.

Стартовая диагностика.

**Тема:** Музыкально-танцевальные игры (8 часов)

**Теория:** Ознакомление с понятиями музыкальная фраза, предложение.

**Практика:** Музыкальные игры с элементами соревнования. Упражнения на развитие музыкальности. Творческое задание – самостоятельно составлять ритмические рисунки.

**Тема:** Графическое перестроение (6 часов)

**Теория:** Ознакомление с видами танцевальных рисунков.

**Практика:** Изучение графических перестроений в танце. Творческое задание – самостоятельно разработать графический рисунок к танцевальному этюду.

**Тема:** Базовые танцевальные элементы (10 часов)

**Теория:** Правила исполнения базовых движений. Изучение танцевальной терминологии.

**Практика:** Изучение базовых танцевальных движений, танцевальных связок, которые в дальнейшем будут использованы для постановки танца. Танцевальные батлы.

В работе используется принцип постепенного повышения требований и увеличения объема и интенсивности физических нагрузок (от простого к сложному).

**Тема:** Координация движения (10 часов)

**Теория:** Беседа о формировании двигательных функций.

**Практика:** Упражнения на координацию с использованием ритмического рисунка. Используется метод показа, который объединяется со словесным объяснением и подкрепляется музыкальным материалом.

**Тема:** Постановка танцевального номера (10 часов)

**Теория:** Ознакомление с сюжетом танца, с этапами постановки танцевального номера.

**Практика:** Изучение танцевальных комбинаций, графических перестроений в танце.

В работе используется принцип постепенного повышения требований и увеличения объема и интенсивности физических нагрузок (от простого к сложному).

Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим

состоянием той или иной группы.

**Тема:** Репетиционная работа (5 часов)

**Теория:** Беседа о характере и манере исполнения эстрадного танца, о взаимодействии партнеров во время исполнения танцевальной композиции, об этапах отработки и совершенствования техники выполнения танцевальных комбинаций.

**Практика:** Работа над техникой исполнения движений; работа над ансамблевым исполнением комбинаций; работа над выразительным и эмоциональным исполнением танцевального номера. Репетиция в костюмах. Репетиция на сцене. Рефлексия.

Используется принцип повторяемости материала (многократно повторяя и варьируя упражнения, педагог помогает детям создать двигательный стереотип).

**Тема:** Концертная деятельность (2 часа)

**Теория:** Беседа о культуре поведения на сцене во время репетиций и концертов. Техника безопасности.

**Практика:** Концертное выступление.

**Тема:** Импровизационные занятия (10 часов)

**Теория:** Беседа «Что такое игра-импровизация?». Ознакомление с понятием «танцевальный образ».

**Практика:** Музыкально-танцевальные игры с элементами импровизации. Творческие задания – импровизированные этюды по заданной теме, как индивидуально, так и в творческих группах.

По окончании **2 года обучения** обучающиеся будут **знать:**

единые требования культуры поведения и танцевального этикета;  
правила исполнения тренировочных упражнений;  
танцевальную терминологию;

**уметь:**

исполнять базовые танцевальные элементы и движения по программе;  
сохранять темп в соответствии с музыкальным материалом;  
составлять ритмические рисунки;  
координировать танцевальные движения;  
владеть навыками вариативного мышления;  
импровизировать этюды на заданную тему;  
выполнять пространственные перестроения в танце;  
эмоционально и выразительно исполнять танцевальную композицию.

### **Третий год обучения «Основы современного танца»**

**3 год обучения** – предполагает расширение кругозора обучающихся в области хореографического искусства, освоение базовых движений современного танца, совершенствование техники исполнения танцевальных движений, овладение методом импровизации, продолжение работы над индивидуальными данными обучающихся и исполнительского мастерства. Программа предусматривает освоение принципов постановки танцевального флешмоба, самостоятельная постановка флешмоба на основе ранее изученных движений, развитие как индивидуального творческого потенциала, так и ансамблевого исполнения. На занятиях уделяется внимание воспитанию культуры поведения и танцевального этикета.

№ п / п	Тематический блок	Часы		Все го	Итоги (формы аттестации обучающихся)
		Теория	Практика		
1	Введение в хореографию. Техника безопасности.	0 5	0.5	1	скрытое педагогическое наблюдение, беседа в форме «вопрос-ответ»
2	Танцевальные стили и направления	1	3	4	скрытое педагогическое наблюдение Промежуточный (входной) контроль - творческое задание
3	Тренинг с усложненными координационными движениями	1	9	10	скрытое педагогическое наблюдение, самооценка, промежуточная аттестация – творческое задание
4	Базовые движения современного танца	1	7	8	скрытое педагогическое наблюдение, самооценка
5	Графическое перестроение	1	7	8	творческое задание, групповая оценка работ
6	Координационные упражнения	1	7	8	скрытое педагогическое наблюдение, самооценка
7	Флешмоб - сочиняем сами	2	10	12	скрытое педагогическое наблюдение, творческое задание, групповая оценка работ
8	Репетиционная работа	2	6	8	скрытое педагогическое наблюдение, групповая оценка работ
9	Концертная деятельность.	0.5	2.5	3	скрытое педагогическое наблюдение, итоговый контроль – концертное выступление, отчетный концерт
10	Импровизационные занятия	1	9	10	творческое задание, самооценка
	Всего:	11	61	72	

### Содержание программы

**Тема:** Введение в хореографию. Техника безопасности. (1 час)

**Теория:** Ознакомление с различными танцевальными стилями и направлениями.

**Практика:** Просмотр презентации. Беседа в форме «вопрос-ответ»

**Тема:** Танцевальные стили и направления (4 часа)

**Теория:** Беседа о танцевальных стилях и направлениях: бальный танец, стилизованные народные танцы, танец Jazz-Modern, Street dance

**Практика:** Разучивание базовых танцевальных элементов по направлениям: бальный танец, стилизованные народные танцы, танец Jazz-Modern, Street dance

**Тема:** Тренинг с усложненными координационными движениями (10 часов)

**Теория:** Правила исполнения тренировочных упражнений. Изучение танцевальной терминологии.  
**Практика:** Разучивание танцевального тренинга с координационными движениями.  
На занятиях используется принцип систематичности и сознательного заинтересованного отношения к тренировочным упражнениям.

**Тема:** Базовые движения современного танца (8 часов)

**Теория:** Правила исполнения движений. Ознакомление с танцевальной терминологией.

**Практика:** Изучение базовых движений современного танца, танцевальных связок, комбинаций и дополнений.

**Тема:** Графическое перестроение (8 часов)

**Теория:** Беседа: «Танцевальный рисунок в этюде»

**Практика:** Графические перестроения в танцевальном этюде. Творческое задание – самостоятельно разработать графический рисунок к танцевальному этюду.

**Тема:** Координационные упражнения (8 часов)

**Теория:** Беседа о формировании двигательных функций.

**Практика:** Упражнения на координацию с использованием ритмического рисунка.

**Тема:** Флешмоб - сочиняем сами (12 часов)

**Теория:** Беседа «Танцевальный флешмоб – одно из направлений современной молодежной культуры», ознакомление с этапами постановки флэшмоба.

**Практика:** Самостоятельное составление танцевальных связок и комбинаций, графических перестроений. Самостоятельное сочинение флэшмоба.

**Тема:** Репетиционная работа (8 часов)

**Теория:** Беседа о характере и манере исполнения флэшмоба, о взаимодействии партнеров во время исполнения флэшмоба, об этапах отработки и совершенствования техники выполнения танцевальных комбинаций.

**Практика:** Работа над техникой исполнения движений; отработка танцевальных комбинаций; отработка ансамблевого исполнения; работа над выразительным и эмоциональным исполнением танцевального номера. Репетиция в костюмах на сцене. Рефлексия.

**Тема:** Концертная деятельность (3 часа)

**Теория:** Беседа о культуре поведения на сцене во время репетиций и концертов. Техника безопасности.

**Практика:** Концертное выступление.

**Тема:** Импровизационные занятия (10 часов)

**Теория:** Беседа: «Понятие импровизация в сценическом искусстве».

**Практика:** Упражнения на развитие творчества, внимания и воображения. Танцевальные этюды на заданную тему. Творческое задание – самостоятельное создание танцевального этюда.

По окончании **3 года обучения** обучающиеся будут **знать:**

единые требования культуры поведения и танцевального этикета;  
 правила исполнения тренировочных упражнений;  
 танцевальную терминологию;  
 танцевальные стили и направления;  
 принципы постановки танцевального флешмоба;

**уметь:**

владеть своим мышечным аппаратом;  
 выполнять тренинг с усложненными координационными движениями;  
 исполнять базовые танцевальные элементы и движения по программе;  
 координировать танцевальные движения;  
 выполнять пространственные перестроения в танце;  
 разрабатывать графический рисунок к танцевальному этюду.  
 владеть навыками вариативного мышления;  
 составлять танцевальные связки и комбинации;  
 импровизировать этюды на заданную тему.  
 создавать танцевальный флешмоб;  
 исполнять танцевальный флэшмоб.

**Четвертый год обучения «Творческая мастерская»**

**4 год обучения** – предусматривает расширение знаний о танцевальном искусстве, изучение классического экзерсиса, изучение терминологии исполнения движений у станка, совершенствование техники исполнения танцевальных движений, продолжение освоения пространственных перестроений во время музыкально-танцевальных игр с элементами импровизации, проведение рефлексии. Большое внимание уделяется композиционному построению танца, манере и характеру исполнения. На занятиях уделяется внимание воспитанию культуры поведения и танцевального этикета.

№ п / п	Тематический блок	Часы		Все го ча сов	Формы аттестации (контроль)
		Теория	Практика		
1	Введение в хореографию. Техника безопасности.	0. 5	0.5	1	скрытое педагогическое наблюдение
2	Классический экзерсис	2	12	14	скрытое педагогическое наблюдение, Входной контроль
3	Музыкально-танцевальные этюды	2	6	8	творческое задание, самооценка
4	Графическое перестроение	1	4	5	самооценка, групповая оценка работ
5	Базовые движения современного танца	1	7	8	диагностическое развитие –самооценка; беседа в форме «вопрос-ответ»,
6	Координационные движения	1	5	6	творческое задание, промежуточная аттестация –

					творческое задание
7	Образ и его воплощение. Сочиняем сами.	2	6	8	самооценка; групповая оценка работ
8	Репетиционная работа	1	9	10	самооценка, групповая оценка работ
9	Концертная деятельность	0. 5	3.5	4	скрытое педагогическое наблюдение, итоговый контроль – концертное выступление, отчетный концерт
1 0	Импровизационные занятия. Пластический этюд	2	6	8	скрытое педагогическое наблюдение, творческое задание, самооценка
	Всего:	13	59	72	

### Содержание программы

**Тема:** Введение в хореографию. Техника безопасности. (1 час)

**Теория:** Беседа о технике безопасности в танцевальном зале и на сцене. Беседа о культуре поведения и танцевальной этикете.

**Практика:** Просмотр видеоматериалов концертных выступлений современных танцевальных коллективов.

**Тема:** Классический экзерсис (14 часов)

**Теория:** Правила исполнения упражнений у станка. Изучение танцевальной терминологии.

**Практика:** Экзерсис у станка (формирование правильной постановки корпуса, ног, рук, головы). Классический экзерсис у станка проучивается лицом к станку, затем выполняется одной рукой за станок. Работа над техническим мастерством и манерой исполнения.

**Тема:** Музыкально-танцевальные этюды (8 часов)

**Теория:** Ознакомление «Танцевальный этюд. Этапы создания этюда»

**Практика:** Упражнения на развитие творчества. Творческое задание – самостоятельно создать танцевальный этюд.

**Тема:** Графическое перестроение (5 часов)

**Теория:** Беседа «Виды танцевальных рисунков»

**Практика:** Графические перестроения в танцевальном этюде. Творческое задание – самостоятельно разработать графический рисунок к танцевальному этюду.

**Тема:** Базовые движения современного танца (8 часов)

**Теория:** Правила исполнения движений. Ознакомление с танцевальной терминологией.

**Практика:** Изучение базовых танцевальных движений. Разучивание танцевальных связок и комбинаций.

**Тема:** Координационные движения (6 часов)

**Теория:** Беседа о формировании двигательных функций.

**Практика:** Упражнения на координацию с использованием ритмического рисунка.

**Тема:** Образ и его воплощение. Сочиняем сами (8 часов)

**Теория:** Беседа «Танцевальный образ и его воплощение»

**Практика:** самостоятельное создание танцевального образа. Эмоциональное воплощение танцевального образа. Рефлексия.

**Тема:** Репетиционная работа (10 часов)

**Теория:** Беседы: о характере и манере исполнения танцевального образа, об этапах отработки и совершенствования техники выполнения танцевальных комбинаций.

**Практика:** Работа над техникой исполнения движений; отработка танцевальных комбинаций; работа над выразительным и эмоциональным исполнением танцевального образа. Репетиции в костюмах. Репетиции на сцене.

**Тема:** Концертная деятельность (4 часа)

**Теория:** Беседа о культуре поведения на сцене во время репетиций и концертов. Техника безопасности.

**Практика:** Концертное выступление.

**Тема:** Импровизационные занятия. Пластический этюд (8 часов)

**Теория:** Беседа о понятии - пластический этюд, этапы его создания.

**Практика:** Упражнения на неожиданность, мгновенность исполнения. Упражнения на рождение пластического образа. Музыкально-пластическая импровизация на заданную тему. Самостоятельное создание пластического этюда на заданную тему. Эмоциональное и выразительное исполнение пластического этюда. Рефлексия.

**4 год обучения.** По окончании изучения обучающиеся будут **знать:**

единые требования культуры поведения и танцевального этикета;

танцевальную терминологию изученных движений;

последовательность исполнения классического экзерсиса;

этапы создания танцевального этюда;

правила самостоятельной и коллективной работы;

**уметь:**

выполнять классический экзерсис у станка;

владеть координацией движения;

выполнять пространственные перестроения;

владеть навыками вариативного мышления;

импровизировать этюды на заданную тему.

эмоционально и выразительно исполнять танцевальный этюд;

проявлять артистизм;

анализировать свою работу и работу других обучающихся;

использовать полученные знания, умения и навыки в социальной среде.

#### **1.4 Планируемые результаты**

По окончании изучения программы «Ритм и пластика» обучающиеся будут

**знать:**

единые требования культуры поведения и танцевальный этикет;

танцевальную терминологию изученных движений;  
 основные позиции и положения рук и ног, головы и корпуса;  
 координационные упражнения;  
 различные построения и перестроения;  
 правила составления комбинаций и хореографических этюдов;  
 правила самостоятельной и коллективной работы;

**уметь:**

выполнять классический экзерсис у станка;  
 выполнять базовые движения современного танца;  
 владеть навыками координации движения;  
 выполнять пространственные перестроения в танце;  
 владеть навыками вариативного мышления;  
 импровизировать этюды на заданную тему;  
 проявлять артистизм;  
 эмоционально и выразительно выполнять танцевальные движения на середине зала;  
 анализировать свою работу и работу других обучающихся;  
 использовать полученные знания, умения и навыки в социальной среде.

## 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Начало обучения – 1 сентября

Окончание обучения - 31 мая

Количество учебных недель - 36

Сроки летних каникул - с 1 июня по 31 августа

Входной контроль – сентябрь, промежуточная аттестация – декабрь, итоговый контроль - апрель.

### 1 год обучения «Азбука хореографии»

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения	Форма проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь			Беседа, викторина	1	Введение в хореографию. Техника безопасности.	МБОУ ДО «ЦДО»	Собеседование, скрытое педагогическое наблюдение
2	сентябрь			занятие-путешествие	1	Путешествие в мир танца	МБОУ ДО «ЦДО»	беседа в форме «вопрос-ответ»
3	сентябрь			практическое занятие	1	Музыкальный ритм. Входной контроль.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение

4	сентябрь		Творческое занятие	1	Музыкально-ритмическая игра «Веселый бубен»	МБОУ ДО «ЦДО»	творческое задание
5	сентябрь		Творческое занятие	1	Ритмический рисунок в танце – Упражнение «Эхо»	МБОУ ДО «ЦДО»	творческое задание
6	сентябрь		Творческое занятие	1	Музыкально-ритмическая игра «Ну-ка, повтори»	МБОУ ДО «ЦДО»	творческое задание
7	сентябрь		Творческое занятие	1	Игра «Красные сапожки» - выстукивания	МБОУ ДО «ЦДО»	творческое задание
8	сентябрь		Творческое занятие	1	Игра «Передай ритм»	МБОУ ДО «ЦДО»	творческое задание
9	октябрь		практическое занятие	1	Тренинг пластики тела.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
10	октябрь		практическое занятие	1	Изучение позиций ног, рук, положений головы.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
11	октябрь		практическое занятие	1	Изучение базовых тренировочных упражнений.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
12	октябрь		практическое занятие	1	Plie-Releve. Поочередное releve	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
13	октябрь		практическое занятие	1	Упражнения для развития подвижности суставов и укрепления мышц рук	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
14	октябрь		практическое занятие	1	Упражнения на развитие плечевого пояса	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
15	октябрь		практическое занятие	1	Упражнения для улучшения осанки	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
16	октябрь		практическое занятие	1	Упражнения для развития эластичности мышц голени и стопы	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение

17	ноябрь		практическое занятие	1	Allegro	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
18	ноябрь		практическое занятие	1	Работа над техникой тренировочных упражнений	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
19	ноябрь		практическое занятие	1	Танцевальные шаги	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
20	ноябрь		практическое занятие	1	Приставные шаги, повороты	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
21	ноябрь		Творческое занятие	1	Варьирование шагов и поворотов	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
22	ноябрь		практическое занятие	1	Изучение танцевальных движений	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
23	ноябрь		практическое занятие	1	«Восьмерка», «Паровозик»	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
24	ноябрь		практическое занятие	1	Различные выпады, «Диагональ»	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
25	декабрь		практическое занятие	1	Варьирование танцевальных движений.	МБОУ ДО «ЦДО»	творческое задание
26	декабрь		Творческое занятие	1	Работа над техникой танцевальных движений <i>Промежуточная аттестация.</i>	МБОУ ДО «ЦДО»	контрольные упражнения
27	декабрь		Творческое занятие	1	Партерный экзерсис	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
28	декабрь		практическое занятие	1	Упражнения для укрепления мышц спины	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
29	декабрь		практическое занятие		Упражнение «Лодочка»	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение

30	декабрь		практическое занятие	1	Упражнения для развития гибкости позвоночника	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
31	декабрь		практическое занятие	1	Упражнение «Змейка»	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
32	декабрь		практическое занятие	1	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
33	январь		практическое занятие	1	Упражнение «Велосипед», «Ножницы»	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
34	январь		практическое занятие	1	Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
35	январь		Практическое занятие	1	Упражнение «Бабочка», «Лягушка»	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
36	январь		практическое занятие	1	Упражнения для развития шага.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
37	январь		практическое занятие	1	Графические перестроения: круг, построение круга из пар	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
38	январь		практическое занятие	1	Построение круга из колонны	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
38	январь		практическое занятие	1	Построение маленьких кругов по четыре	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
40	январь		практическое занятие	1	Перестроения в танце: «змеяка»	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
41	февраль		практическое занятие	1	Перестроения: «звездочка», «карусель»	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
42	февраль		практическое занятие	1	Закрепление изученных перестроений	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение

43	февраль		практическое занятие	1	Координационные упражнения	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
44	февраль		практическое занятие	1	Упражнение на координацию рук	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
45	февраль		практическое занятие	1	Координация рук с ритмическим рисунком	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
46	февраль		практическое занятие	1	Работа над координацией движений.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
47	февраль		практическое занятие	1	Координационные упражнения	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
48	февраль		практическое занятие	1	Координирование шагов с движениями рук.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
49	март		практическое занятие	1	Координационные движения	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
50	март		практическое занятие	1	Движение на координацию по 1/4	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
51	март		практическое занятие	1	Постановка танцевального номера	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
52	март		практическое занятие	1	Изучение танцевальных связок	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
53	март		практическое занятие	1	Закрепление изученных связок	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
54	март		практическое занятие	1	Изучение танцевальных комбинаций	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
55	март		практическое занятие	1	Закрепление изученных комбинаций	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
56	март		практическое занятие	1	Ансамблевое исполнение	МБОУ	скрытое

					комбинации	ДО «ЦДО»	педагогическое наблюдение
57	апрель		практическое занятие	1	Графический рисунок в танце	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
58	апрель		практическое занятие	1	Графическое перестроение в танце	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
59	апрель		практическое занятие	1	Закрепление перестроений в танце	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
60	апрель		практическое занятие	1	Ансамблевое исполнение танц. номера	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
61	апрель		демонстрация видеоматериалов с комментариями и анализом	1	Репетиционная работа	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
62	апрель		практическое занятие	1	Работа над выразительным исполнением номера	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
63	апрель		концерт	1	Концертное выступление. Итоговый контроль.	МБОУ ДО «ЦДО»	Концертное выступление
64	апрель		практическое занятие	1	Репетиция на сцене	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
65	май		практическое занятие	1	Подготовка к концерту	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
66	май		практическое занятие	1	Работа над эмоциональным исполнением.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
67	май		практическое занятие	1	Работа над выразительным исполнением номера	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
68	май		концерт	1	Концертное выступление.	МБОУ ДО «ЦДО»	Отчетный концерт

69	май			практическое занятие	1	Импровизация в танце и игре	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
70	май			практическое занятие	1	Этюд «Насос и кукла»	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
71	май			практическое занятие	1	Танцевальный этюд на эмоции	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
72	май			практическое занятие	1	Импровизационный этюд «скульптор и глина». Повторение изученного за год.	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание

### Второй год обучения «Ритмопластика»

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения	Форма проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь			Беседа	1	Введение в хореографию. Танец - удивительная страна музыки и движения. Техника безопасности.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение, беседа в форме «вопрос-ответ», викторина
2	сентябрь			практическое занятие	1	Тренинг пластики тела. Входной контроль	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
3	сентябрь			практическое занятие	1	Упражнения для развития дыхательного аппарата.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
4	сентябрь			практическое занятие	1	Упражнения для развития подвижности суставов и укрепления мышц рук	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
5	сентябрь			практическое занятие	1	Упражнения для эластичности плечевого пояса	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
6	сентябрь			практическое занятие	1	Упражнения для развития эластичности предплечья	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
7	сентябрь			практическое занятие	1	Упражнения на укреплении мышц спины	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение

8	сентябрь		практическое занятие	1	Упражнения для увеличения подвижности голеностопного сустава	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
9	октябрь		практическое занятие	1	Упражнения для подвижности тазобедренных суставов	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
10	октябрь		практическое занятие	1	Упражнения для улучшения подвижностиколенных суставов	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
11	октябрь		практическое занятие	1	Упражнение на напряжение и расслабление мышц тела	МБОУ ДО «ЦДО»	Беседа в форме «Вопрос-ответ»
12	октябрь		практическое занятие	1	Музыкально-танцевальные игры	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
13	октябрь		практическое занятие	1	Музыкальная фраза, предложение.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
14	октябрь		практическое занятие	1	Упражнения на развитие музыкальности	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
15	октябрь		практическое занятие	1	Танцевальная игра «Веселый бубен»	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
16	октябрь		практическое занятие	1	Ритмический рисунок.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
17	ноябрь		Творческое занятие	1	Варьирование различных ритмов	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
18	ноябрь		Творческое занятие	1	Упражнение «Эхо»	МБОУ ДО «ЦДО»	творческое задание

19	ноябрь		Творческое занятие	1	Игра «Шумовой оркестр».	МБОУ ДО «ЦДО»	творческое задание
20	ноябрь		практическое занятие	1	Виды танцевальных рисунков (линейные- линия, шеренга, до-за-до, «расческа»)	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
21	ноябрь		практическое занятие	1	Перестроения в танце: «змейки», «карусель»	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
22	ноябрь		практическое занятие	1	Перестроения в танце: «звездочки», «снежинка»	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
23	ноябрь		Практическое занятие	1	Перестроения в танце: «улитки», «шен»	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
24	ноябрь		Практическое занятие	1	Графическое перестроение в танце	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
25	декабрь		Творческое занятие	1	Самостоятельное составление танцевального рисунка	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
26	декабрь		практическое занятие	1	Базовые танцевальные движения Промежуточная аттестация	МБОУ ДО «ЦДО»	контрольные упражнения
27	декабрь		практическое занятие	1	<b>Кросс</b> -передвижение в пространстве – шаги и вращения.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
28	декабрь		практическое занятие	1	<b>Кросс</b> -передвижение в пространстве –вращения.	МБОУДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
29	декабрь		практическое занятие	1	Базовые движения: приставной - kick, crab	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
30	декабрь		практическое занятие	1	Базовые движения: диагональ, выпады	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
31	декабрь		практическое занятие	1	Базовые движения: восьмерка	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
32	декабрь		практическое занятие	1	Базовые движения: различные повороты	МБОУДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
33	январь		практическое занятие	1	Базовые движения: Kick ball change	МБОУДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение

34	январь		практическое занятие	1	Танцевальная связка	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
35	январь		практическое занятие	1	Работа над техникой базовых движений	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
36	январь		практическое занятие	1	Координационные упражнения	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
37	январь		практическое занятие	1	Работа над координацией движений.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
38	январь		Творческое занятие	1	Образные упражнения на координацию движений.	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
39	январь		практическое занятие	1	Упражнения на координацию	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
40	январь		практическое занятие	1	Упражнение на инерцию движений	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
41	февраль		практическое занятие	1	Координация с ритмическим рисунком.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
42	февраль		практическое занятие	1	Работа над координацией движений.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
43	февраль		практическое занятие	1	Координационные упражнения	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
44	февраль		практическое занятие	1	Изучение координационной танцевальной связки	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
45	февраль		практическое занятие	1	Совершенствование исполнения связки	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
46	февраль		практическое занятие	1	Постановка танцевального номера	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
47	февраль		практическое занятие	1	Изучение танцевальной комбинации №1	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
48	февраль		практическое занятие	1	Закрепление изученной комбинации	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение

49	март		практическое занятие	1	Изучение танцевальной комбинации №2	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое
50	март		практическое занятие	1	Закрепление изученной комбинации	МБОУ ДО «ЦДО»	наблюдение
51	март		практическое занятие	1	Графическое перестроение в танце	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое
52	март		творческое занятие	1	Работа по графическому рисунку	МБОУ ДО «ЦДО»	наблюдение
53	март		практическое занятие	1	Закрепление изученного материала	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое
54	март		практическое занятие	1	Закрепление перестроений в танце	МБОУ ДО «ЦДО»	наблюдение
55	март		практическое занятие	1	Ансамблевое исполнение номера	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое
56	март		практическое занятие	1	Работа над выразительным исполнением.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
57	апрель		практическое занятие	1	Подготовка к концерту. Репетиция в костюмах.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
58	апрель		концерт	1	Концертное выступление.	МБОУ ДО «ЦДО»	концертная деятельность
59	апрель		практическое занятие	1	Отработка ансамблевого исполнения номера	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
60	апрель		практическое занятие	1	Работа над эмоциональным исполнением.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
61	апрель		практическое занятие	1	Работа над эмоциональным исполнением.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
62	апрель		практическое занятие	1	Работа над эмоциональным исполнением.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
63	апрель		практическое занятие	1	Ансамблевая отработка номера	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение

64	апрель			концерт	1	Концертное выступление. Промежуточная аттестация	МБОУ ДО «ЦДО»	отчетный концерт
65	май			Творческое занятие	1	Музыкально-танцевальные игры с элементами импровизации	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
66	май			Творческое занятие	1	Импровизационный этюд «Зеркало»	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
67	май			Творческое занятие	1	Этюд «Насос и кукла»	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
68	Май			Творческое занятие	1	Этюд на заданную тему	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
69	Май			практическое занятие	1	Импровизационный этюд «скульптор и глина»	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
70	Май			Творческое занятие	1	Танцевальный образ.	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
71	Май			Творческое занятие	1	Этюд на заданную тему	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
72	Май			Беседа, презентация	1	Повторение изученного материала за год	МБОУ ДО «ЦДО»	Беседа в форме «ответ-вопрос»

### Третий год обучения «Основы современного танца»

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения	Форма проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь			Беседа, викторина	1	Введение в хореографию. Техника безопасности. Входной контроль	МБОУ ДО «ЦДО»	беседа в форме «вопрос-ответ», викторина
2	сентябрь			практическое занятие	1	Танцевальные стили и направления: бальный танец	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение

3	сентябрь		практическое занятие	1	Стилизованные народные танцы	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
4	сентябрь		практическое занятие	1	Танец Jazz-Modern	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
5	сентябрь		практическое занятие	1	Street dance	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
6	сентябрь		практическое занятие	1	Тренинг с усложненными координационными движениями	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
7	сентябрь		практическое занятие	1	Упражнения для эластичности плечевого пояса	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
8	сентябрь		практическое занятие	1	Упражнения для подвижности локтевых суставов.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
9	октябрь		практическое занятие	1	Упражнения для подвижности плечевых суставов.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
10	октябрь		практическое занятие	1	Упражнения для развития эластичности мышц кисти	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
11	октябрь		практическое занятие	1	Упражнения для развития эластичности мышц предплечья	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
12	октябрь		практическое занятие	1	Упражнения на укрепление мышц спины	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
13	октябрь		практическое занятие	1	Упражнения для голеностопа и тазобедренного сустава	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
14	октябрь		практическое занятие	1	Упражнения для улучшения подвижности коленных суставов	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
15	октябрь		практическое занятие	1	Совершенствование тренировочных упражнений	МБОУ ДО «ЦДО»	Беседа в форме «Вопрос-ответ»

16	октябрь		практическое занятие	1	Базовые движения современного танца	МБОУДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
17	ноябрь		практическое занятие	1	<b>Кросс</b> -передвижение в пространстве – шаги, вращения.	МБОУДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
18	ноябрь		практическое занятие	1	Базовые движения: kick, crab	МБОУДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
19	ноябрь		практическое занятие	1	Базовые движения: Kick ball change	МБОУДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
20	ноябрь		практическое занятие	1	Базовые движения: running man	МБОУДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
21	ноябрь		практическое занятие	1	Базовые движения: crazy legs	МБОУДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
22	ноябрь		Творческое занятие	1	Варьирование базовых движений	МБОУДО «ЦДО»	Творческое задание
23	ноябрь		практическое занятие	1	Работа над техникой базовых движений	МБОУДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
24	ноябрь		практическое занятие	1	Виды танцевальных рисунков	МБОУДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
25	декабрь		практическое занятие	1	Линейное перестроение	МБОУДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
26	декабрь		практическое занятие	1	Симметричный рисунок в этюде Промежуточная аттестация	МБОУДО «ЦДО»	Творческое задание
27	декабрь		практическое занятие	1	Несимметричный рисунок в этюде	МБОУДО «ЦДО»	Творческое задание
28	декабрь		Творческое занятие	1	Самостоятельное составление танцевального рисунка	МБОУДО «ЦДО»	Творческое задание
29	декабрь		Творческое занятие	1	Танцевальный рисунок в этюде	МБОУДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение

30	декабрь		Творческое занятие	1	Работа по графическому рисунку	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
31	декабрь		практическое занятие	1	Танцевальный рисунок в этюде	МБОУ ДО «ЦДО»	Беседа в форме «Вопрос-ответ»
32	декабрь		практическое занятие	1	Координационные упражнения	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
33	январь		практическое занятие	1	Работа над координацией движений.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
34	январь		практическое занятие	1	Упражнение на координацию рук	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
35	январь		практическое занятие	1	Координация рук с ритмическим рисунком	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
36	январь		практическое занятие	1	Движение на координацию по 1/4	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
37	январь		практическое занятие	1	Движение на координацию по 1/8	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
38	январь		практическое занятие	1	Изучение координационных связок	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
39	январь		практическое занятие	1	Закрепление координационных связок	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
40	январь		практическое занятие	1	Флешмоб - сочиняем сами	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
41	февраль		практическое занятие	1	Танцевальные движения и связка	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
42	февраль		практическое занятие	1	Составление танцевальных связок	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение

43	февраль		практическое занятие	1	Изучение танцевальных связок	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
44	февраль		практическое занятие	1	Танцевальная комбинация №1	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
45	февраль		практическое занятие	1	Закрепление танцевальной комбинации	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
46	февраль		практическое занятие	1	Танцевальная комбинация №2	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
47	февраль		практическое занятие	1	Закрепление танцевальной комбинации	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
48	февраль		практическое занятие	1	Закрепление танцевальных комбинаций	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
49	март		практическое занятие	1	Графические перестроения	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
50	март		творческое занятие	1	Работа по графическому рисунку	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
51	март		практическое занятие	1	Закрепление перестроений в танце	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
52	март		практическое занятие	1	Репетиционная работа	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
53	март		практическое занятие	1	Ансамблевое исполнение флешмоба	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
54	март		практическое занятие	1	Работа над выразительным исполнением флешмоба	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
55	март		демонстрация видеоматериалов с комментариями и анализом	1	Отработка ансамблевого исполнения флешмоба	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение

56	март		практическое занятие	1	Работа над эмоциональным исполнением.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
57	апрель		концерт	1	Концертное выступление.	МБОУ ДО «ЦДО»	концертная деятельность
58	апрель		практическое занятие	1	Работа над выразительным исполнением.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
59	апрель		практическое занятие	1	Работа над эмоциональным исполнением.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
60	апрель		практическое занятие	1	Подготовка к концерту	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
61	апрель		концерт	1	Концертное выступление. Итоговый контроль	МБОУ ДО «ЦДО»	отчетный концерт
62	апрель		практическое занятие	1	Импровизация в танце	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
63	апрель		творческое занятие		Танцевальная импровизация через ассоциативные игры	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
64	апрель		творческое занятие	1	Импровизационные занятия	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
65	май		творческое занятие	1	Музыкально-танцевальные игры с элементами импровизации	МБОУ ДО «ЦДО»	творческое задание
66	май		творческое занятие	1	Танцевальная игра «Оживикартинку»	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
67	май		Творческое занятие	1	Репродукция и пластический образ	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
68	май		Творческое занятие	1	Танцевальный этюд по картинке	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание

69	май		Творческое занятие	1	Этюд на заданную тему	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
70	май		Творческое занятие	1	Танцевальный образ	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
71	май		Творческое занятие	1	Этюд на заданную тему. Повторение изученного материала за год	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание Беседа в форме «ответ-вопрос»
72	май		Беседа, презентация	1	Концертное выступление.	МБОУ ДО «ЦДО»	Концертная деятельность.

#### Четвертый год обучения «Творческая мастерская»

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения	Форма проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь			Беседа	1	Введение в хореографию. Техника безопасности.	МБОУДО «ЦДО»	беседа в форме «вопрос-ответ»
2	сентябрь			практическое занятие	1	Классический экзерсис. Лицом к станку. Входной контроль	МБОУДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
3	сентябрь			практическое занятие	1	Экзерсис у станка. Demi et Grand plie	МБОУДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
4	сентябрь			практическое занятие	1	Por de bras et releve	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
5	сентябрь			практическое занятие	1	Battement tendy	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
6	сентябрь			практическое занятие	1	Battement tendu jete	МБОУДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
7	сентябрь			практическое занятие	1	Rond de jambe par terre	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение

8	сентябрь		практическое занятие	1	Battment fondu носком впол	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
9	октябрь		практическое занятие	1	Battment fondu на 45*	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
10	октябрь		практическое занятие	1	Battment frappe носком впол	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
11	октябрь		практическое занятие	1	Battment frappe на 45*	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
12	октябрь		практическое занятие	1	Releve lent	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
13	октябрь		практическое занятие	1	Develope - Растяжка у станка	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
14	октябрь		практическое занятие	1	Grand battement jete	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
15	октябрь		практическое занятие	1	Совершенствование исполнения экзерсиса.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
16	октябрь		Творческое занятие	1	Музыкально-танцевальные этюды	МБОУ ДО «ЦДО»	творческое задание
17	ноябрь		практическое занятие	1	Виды этюдов: учебный и танцевальный.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
18	ноябрь		практическое занятие	1	Построение этюдов: орнаментальные и тематические	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
19	ноябрь		практическое занятие	1	Этюд на композиционный рисунок	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
20	ноябрь		Творческое занятие	1	Упражнения на развитие творчества.	МБОУ ДО «ЦДО»	творческое задание
21	ноябрь		Творческое занятие	1	Этюд на пластику тела	МБОУ ДО «ЦДО»	творческое задание

22	ноябрь		Творческое занятие	1	Танцевальный этюд на заданную тему	МБОУ ДО «ЦДО»	творческое задание
23	ноябрь		практическое занятие	1	Игры на внимание и воображение.	МБОУ ДО «ЦДО»	творческое задание
24	ноябрь		практическое занятие	1	Графическое перестроение в этюде.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
25	декабрь		практическое занятие	1	Виды танцевальных рисунков	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
26	декабрь		творческое занятие	1	Самостоятельное составление танцевального рисунка.	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
27	декабрь		Творческое занятие	1	Танцевальный рисунок в этюде Промежуточная аттестация	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
28	декабрь		практическое занятие	1	Графическое перестроение в этюде. Рефлексия.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
29	декабрь		практическое занятие	1	Базовые движения современного танца	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
30	декабрь		практическое занятие	1	Кросс -передвижение в пространстве – шаги и вращения.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
31	декабрь		практическое занятие	1	Вращение по диагонали	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
32	декабрь		практическое занятие	1	Вращения по диагонали: шене	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
33	январь		практическое занятие	1	Вращения по диагонали: tour en dedans	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
34	январь		практическое занятие	1	Tour en dedans с окончанием в малые позы	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
35	январь		практическое занятие	1	Изучение танцевальной комбинации	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение

36	январь		практическое занятие	1	Закрепление изученного материала	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
37	январь		практическое занятие	1	Координация движения	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
38	январь		практическое занятие	1	Координационные упражнения	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
39	январь		Творческое занятие	1	Работа над координацией движений	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
40	январь		практическое занятие	1	Координационная связка движений	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
41	февраль		практическое занятие	1	Изучение координационной танцевальной связки	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
42	февраль		практическое занятие	1	Работа над техникой	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
43	февраль		творческое занятие	1	Образ и его воплощение.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
44	февраль		творческое занятие	1	Танцевальный образ: сочиняем сами	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
45	февраль		творческое занятие	1	Танцевальный образ (лексика)	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
46	февраль		творческое занятие	1	Танцевальные связки и комбинации в работе над образом	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
47	февраль		творческое занятие	1	Танцевальный рисунок	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
48	февраль		творческое занятие	1	Работа над выразительным исполнением образа	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
49	март		творческое занятие	1	Танцевальный образ(показ) Рефлексия	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение

50	март		практическое занятие	1	Репетиционная работа	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
51	март		практическое занятие	1	Работа над эмоциональным исполнением образа	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
52	март		практическое занятие	1	Работа над выразительным исполнением образа	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
53	март		концерт	1	Концертное выступление	МБОУ ДО «ЦДО»	концертная деятельность
54	март		демонстрация видеоматериалов с комментариями и анализом	1	Репетиционная работа	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
55	март		практическое занятие	1	Работа над манерой исполнения, чувством позы	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
56	март		практическое занятие	1	Работа над техническим мастерством	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
57	апрель		практическое занятие	1	Подготовка к концерту	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
58	апрель		практическое занятие	1	Репетиция на сцене	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
59	апрель		концерт	1	Концертное выступление	МБОУ ДО «ЦДО»	концертная деятельность
60	апрель		демонстрация видеоматериалов с комментариями и анализом	1	Репетиционная работа	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
61	апрель		практическое занятие	1	Работа над эмоциональным исполнением образа	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
62	апрель		практическое занятие	1	Работа над выразительным исполнением образа	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
63	апрель		концерт	1	Концертное выступление. Итоговый контроль	МБОУ ДО «ЦДО»	отчетный концерт

64	апрель		практическое занятие	1	Импровизационные занятия.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
65	май		практическое занятие	1	Пластический этюд.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
66	май		творческое занятие	1	Пластический этюд на заданную тему.	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
67	май		творческое занятие	1	Работа над пластическим этюдом	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
68	май		творческое занятие	1	Пластический этюд (лексика)	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
69	май		творческое занятие	1	Пластический этюд: танцевальный рисунок	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
70	май		творческое занятие	1	Выразительное исполнение пластического этюда	МБОУ ДО «ЦДО»	Творческое задание
71	май		творческое занятие	1	Пластический этюд (показ и защита работы) Рефлексия.	МБОУ ДО «ЦДО»	скрытое педагогическое наблюдение
72	май		концерт	1	Концертное выступление	МБОУ ДО «ЦДО»	концертная деятельность

## 2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для реализации программы необходимо иметь

**материально – техническое** обеспечение:

хореографический зал, оборудованный балетными станками и зеркалами; технические средства:

музыкальный центр, компьютер, мультимедийный проектор;

USB-флеш-накопитель, CD- диски;

музыкально - развивающий коврик-тренажер Dance Pad;

коврики для занятий партерной гимнастикой;

костюмы, головные уборы, танцевальные атрибуты (в соответствии с репертуаром).

**Информационное обеспечение:**

подборка информационной и справочной литературы; информационные ресурсы;

видеоматериалы;

интернет – ресурсы: [https://vk.com/d\\_seminar](https://vk.com/d_seminar), [www.horeograf.com](http://www.horeograf.com), [www.narodko.ru](http://www.narodko.ru),

учебные пособия.

### ***Дидактическое обеспечение:***

аудио- и видео- фонд;  
наглядное пособие: комплексы упражнений (партерный экзерсис);  
картотека: «Ритмические задания»;  
папка: «Танцевальные игры для дошкольников», «Музыкально-ритмические игры»;  
*наглядное пособие:* схемы – рисунки танца, карточки с описанием основных понятий и изображением основных позиций рук, ног; картинки, загадки;  
краткий словарь хореографических терминов;  
сценарии массовых мероприятий и викторин разработанных для досуга воспитанников.

### ***Методические разработки:***

«Танцевальные батлы»;  
«Виды танцевальных рисунков»;  
«Танцевальный флешмоб – одно из направлений современной молодежной культуры».

## **2.3 ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ**

В ходе реализации программы используются различные виды и формы **аттестации**, что позволяет отследить успешность развития детей, усвоения ими практических знаний, умений и навыков, развитие их индивидуальных особенностей, раскрытие творческого и познавательного потенциала ребенка, а также качества личности, сформированных в процессе занятий.

### **Виды и формы аттестации:**

входная аттестация – собеседование, наблюдение;  
промежуточная аттестация – педагогическое наблюдение, творческое задание, беседа в форме «вопрос-ответ», контрольные упражнения;  
итоговый контроль – открытое занятие, концертная деятельность, отчетный концерт.

Отследить развитие индивидуальных особенностей и раскрытие творческого и познавательного потенциала ребенка, а также качества личности, сформированных в процессе занятий, педагог может в процессе непосредственного обучения, как с самим обучающимся, так и со всей группой в целом

Отслеживание результатов обучения по основным параметрам проводится во время промежуточной аттестации и итогового контроля. На основании результатов промежуточной аттестации определяется успешность развития детей и освоения ими общеобразовательной общеразвивающей программы на определенном этапе обучения.

Основными принципами проведения и организации всех видов контроля успеваемости являются: систематичность и учет индивидуальных особенностей обучающегося.

## **2.4 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

Оценочные материалы в программе представлены перечнем используемых диагностик, которые позволяют определить достижение обучающимися планируемых результатов:

Мониторинг результатов обучения ребенка по дополнительной образовательной программе (Приложение 1).

Индивидуальная карточка учета результатов обучения по дополнительной образовательной программе (Приложение 2).

Также педагогом проводятся скрытые диагностические исследования и наблюдения за динамикой развития, как каждого ребенка в отдельности, так и всех обучающихся в целом.

которые проходят в форме:  
собеседования;  
диагностики развития хореографических способностей (Приложение 3);  
творческого задания (*больше практического характера*);  
беседы в форме «вопрос-ответ»,  
демонстрационных: организация концертных выступлений и участие в фестивалях и конкурсах различного уровня.

## 2.5 МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

В работе используются основные методы, направленные на достижение цели и задач:  
метод практического обучения; метод наглядного восприятия; метод использования слова;  
метод стимулирования деятельности и поведения;  
метод сенсорного восприятия;  
игровой метод; рефлексия.

В педагогической работе используется ряд приемов, которыми педагог пробуждает у детей желание к творчеству: метод показа и словесный метод объединяются и подкрепляются методическим приемом - музыкальным сопровождением, что помогает детям согласовывать движения с музыкой. В работе используется импровизационный и вариативный приемы, когда дети свободно и непринужденно двигаются под музыку, где каждый в движении выражает себя индивидуально.

Также в работе используются различные методики:

методика дифференцированного обучения, когда педагог излагает новый материал всем обучающимся одинаково, но для практической деятельности предлагает работу разного уровня сложности (в зависимости от возраста, способностей и уровня подготовки каждого);

методика проблемного обучения, когда педагог не дает детям готовых знаний и умений, а ставит перед ними проблему, и тогда вся учебная деятельность строится как поиск решения данной проблемы, в ходе чего дети сами получают необходимые теоретические знания, практические умения и навыки.

Методическое обеспечение направлено на решение программных задач, которые носят социально-значимый, общественно полезный характер и поддерживают социальные новации, воспитывают энергию коллективной творческой деятельности, чувство сопричастности к общему делу, формируют развитие личности.

Перечисленные методы помогают оживить занятие, придают ему эмоциональную окраску, обеспечивая развитие индивидуальности и самостоятельности, помогая заинтересовать каждого обучающегося.

Задача педагога состоит в создании атмосферы соревнования, которые обеспечивают реальные достижения и ведут к включению механизма самореализации.

В педагогической деятельности используются следующие формы занятий для эффективной работы хореографического коллектива и достижения высокого творческого результата:

практическое занятие; интегрированное; занятие-путешествие; творческое занятие; открытое занятие; беседа, презентация; концерт; демонстрация видеоматериалов с комментариями и анализом; групповой просмотр концертных и видео программ хореографических коллективов.

При дистанционном обучении используются такие формы, как:

видео-занятие, для проведения которых используется программа СКАЙП, Зум; чат-занятия.

Коллективная форма применяется для проведения сводных репетиций или постановок танцев, где задействовано несколько возрастных групп.

Индивидуальная форма - работа с одаренными детьми (солистами), детьми с ограниченными возможностями, а также работа с детьми, которые не усвоили пройденный материал.

В процессе обучения тренируются все виды памяти: слуховая, моторная, обучающиеся чувствуют себя раскованно и комфортно.

Применение нетрадиционных форм занятий развивает познавательный интерес, снимает напряжение, оказывает эмоциональное воздействие на детей и является мотивацией и стимулом в обучении. Формы проведения нетрадиционных занятий подбираются с учетом возрастных психологических особенностей детей, целей и задач образовательной программы дополнительного образования, специфики предмета и других факторов.

В своей работе использую следующие **технологии обучения**:

- лично – ориентированная;
- технология обучения в сотрудничестве;
- технология игрового обучения (творческие задания);
- здоровье сберегающая технология;
- информационно – коммуникативная технология;
- технология проектного обучения;
- технология дистанционного обучения.

В работе хореографического коллектива педагог использует открытые педагогикой **принципы** обучения:

- принцип ценностно-смыслового равенства;
- принцип коллективности;
- принцип доступности обучения;
- принцип комплексности, системности и последовательности;
- принцип наглядности;
- принцип сознательности;
- принцип креативности.

Эти принципы отражают лично-ориентированный подход к детям и являются по существу единым и взаимосвязанным процессом образования.

## 2.6 ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ КОМПОНЕНТЫ

В процессе воспитательной деятельности педагог может использовать и варьировать любые активные формы: посещение выставок, музеев, парков культуры и отдыха, участие в фестивалях, конкурсах и концертах.

Программа предусматривает участие в тематических и календарных праздниках, что способствует социализации личности.

Через активное общение с детьми с целью духовно-нравственного воспитания педагог проводит коммуникативные беседы, игры, викторины о ценностях и нормах поведения, направленные на социальное воспитание, организует мероприятия воспитательно-развивающего характера: беседы о здоровье, о взаимоотношениях с другими людьми.

Таким образом, через систематическую воспитательную работу происходит формирование личности, развитие творческой индивидуальности каждого воспитанника, увлеченных одним

общим делом – познанием хореографического искусства.

## ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ И ЛИТЕРАТУРА

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей. 2 изд. испр. и доп. – СПб: ПОИРО. 2000 г.
2. А.И.Буренина. Ритмопластика. Учебно-методическое пособие. СПб.:2002г.
3. Г. Франио, И. Лифиц. Методическое пособие по ритмике. – М. «Музыка», 1995.

### Литература для педагогов:

1. Блок Л.Д. «Классический танец» - Москва., 2021г.
2. Горшкова Е.В. «Учимся танцевать. Путь к творчеству» - Москва.,2018г
3. Джоан Ходоров «Танцевальная терапия и глубинная психология» (Когито-центр Москва 2019)
4. В.В. Козлов, А.Е. Гиршон «Интегративная танцевально-двигательная терапия» (СПб.: Речь, 2019)
5. Костровицкая В., Писарев А. «Школа классического танца» - Москва.,2018г
6. М. Мамадалиева., Эстрадный танец «Мир эстрадной хореографии». Воркута. 2021 год.
7. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2020.
8. С.С.Полятков Основы современного танца. Ростов-на-Дону. Феникс 2008г
9. Эльмц Н. «Образы танца» - Москва.,2007г.
10. Холл Джим Лучшая методика обучения танцам. - Москва. 2013.

### для детей:

1. И. М. Каплуновой, И. А. Новоскольцевой. «Этот удивительный ритм». Издательство: Композитор. Год издания: 2005
2. С.С.Полятков Основы современного танца. Ростов-на-Дону. Феникс 2008г
3. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Фитнес - Данс», учебное пособие СПб, «Детство-пресс». 2007г.
4. Н. Шереметьевская «Танец на эстраде». Издательство: М.: Искусство. Год издания: 1985.

### Интернет – источники:

<https://vk.com/clubhoreograf>  
<https://vk.com/club185188305>  
<https://vk.com/northchoir>  
[https://vk.com/vdoxnovenie\\_fesf](https://vk.com/vdoxnovenie_fesf)

<b>Виды работы</b>	<b>Высокий уровень</b>	<b>Средний уровень</b>	<b>Низкий уровень</b>
Освоение правил поведения	Освоил правила поведения	Частично освоил правила поведения, частично применяет их на практике	Недостаточно освоил правила поведения, не применяет их на практике
Освоение правил танцевального этикета	Освоил правила танцевального этикета, применяет их на практике	Освоил правила танцевального этикета, частично применяет их на практике	Не освоил правил танцевального этикета, не применяет их на практике
Приобретение теоретических знаний по разделам учебно-тематического плана	освоил весь объем теоретических знаний по основным разделам учебно-тематического плана	имеет неполный объем теоретических знаний по основным разделам учебно-тематического плана	недостаточно освоил теоретические знания по основным разделам учебно-тематического плана
Изучение специальной терминологии	Осознано пользуется специальной терминологией в полном соответствии с их содержанием	Сочетает специальную терминологию с бытовой	Не владеет специальной терминологией
Освоение хореографических движений	В полном объеме освоил практические умения и навыки; свободно, непринужденно и пластично выполняет танцевальные движения по программе	Освоил практические умения и навыки в неполном объеме; движения не всегда пластичны и скоординированы; недостаточно ритмичен в исполнении танцевальных движений	Недостаточно освоил практические умения и навыки
Освоение ритмического характера музыкального произведения	Хорошо владеет музыкальным материалом в соответствии с ритмическим рисунком	Точно различает музыкальные размеры, но не всегда вступает в такт с музыкой.	Не всегда может определить музыкальные размеры, ритм, темп.
Освоение координационных упражнений	Четко выполняет координационные упражнения, скоординирован	Не всегда точно выполняет координационные упражнения	Координация нарушена
Техника исполнения танцевальных движений	В полном объеме освоил технические навыки исполнения	Частично освоил технические умения и навыки.	Недостаточно освоил технические навыки умения
Освоение графического перестроения	В полном объеме освоил графические перестроения	освоил графические перестроения, но допускает ошибки	Плохо ориентируется в пространстве
Музыкально - пластические импровизации	самостоятельно и выразительно исполняет придуманные или выбранные однотипные движения	выполняет на основе образца, при оказании словесной помощи	проявляет себя скованно и пассивно

Освоение этапов составления хореографических этюдов и применение их на практике	В полном объеме освоил этапы составления хореографических этюдов и успешно применяет их на практике	Освоил этапы составления хореографических этюдов, но частично применяет их на практике	Не усвоил этапы составления хореографических этюдов и не может применять их на практике
Эмоциональное и артистичное исполнение танцевальных движений и композиций	С большим удовольствием и выразительно выполняет танцевальные движения и композиции, артистичен	Владеет эмоциями не в полном объеме, не всегда применяет на практике	Не эмоционален, скован, не достаточно развита мимика лица.
Самоанализ и анализ танцевальных этюдов других обучающихся	Самостоятельно эмоционально высказывает свои суждения об исполненном танцевальном этюде (образе)	При оказании словесной помощи может высказывать свои эмоции о просмотренном танцевальном этюде	При оказании словесной помощи ребенок не всегда может выразить свои впечатления об исполненном танцевальном этюде