

Управление образования муниципального образования город Алексин
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр развития творчества детей и юношества»

ПРИНЯТО

педагогическим советом
протокол № 6
от « 31 » мая 2023г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО «ЦРТДиЮ»
_____ Н.Н.Харитоновна
приказ от 31.05.2023г. № 75-д



Харитоновна Наталья
Николаевна, директор
С=RU, О="МБУ ДО ""
ЦРТДиЮ""", СN=""
Харитоновна Наталья
Николаевна, директор",
E=aleksin.tvorchestvo@t
ularegion.org
2023.05.31 13:28:
22+03'00'

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Созвездие»

Уровень: базовый
Направленность: художественная
Возраст обучающихся: 11-13 лет
Срок реализации: 3 года

Автор - составитель:
Сосницкая Екатерина Вячеславовна,
педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Созвездие» (далее – Программа) разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р), Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», уставом МБУ ДО «ЦРТДиЮ» и другими нормативными документами, регламентирующими деятельность организации дополнительного образования.

По своему функциональному назначению программа является общеразвивающей. Программа «Созвездие» имеет **художественную направленность**.

Педагогическая целесообразность программы

Детская хореография – это всестороннее развитие личности.

Занятия хореографией не только укрепляют здоровье, а еще дисциплинируют, воспитывают трудолюбие, раскрепощают и раскрывают индивидуальность ребенка. По данным специалистов, танцующие дети быстрее развиваются и добиваются больших успехов, чем их сверстники.

Занятия хореографией способствуют гармоничному развитию детей, учат их красоте и выразительности движений, формируют фигуру, правильную осанку, развивают физическую силу, выносливость, ловкость, смелость.

Танец – это радость. Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания. Он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, приносит радость исполнителю – танец раскрывает и растит духовные силы. Воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному.

Актуальность данной программы состоит в том, что она дает возможность расширить кругозор обучающихся в области танцевального искусства, а также направлена на воспитание хореографической культуры и привитие танцевальных навыков.

Концептуальная идея программы состоит в целенаправленной работе по расширению возможностей творческой реализации детей, соответствующей их духовным и интеллектуальным потребностям посредством приобщения к миру хореографии.

Новизна программы заключается в совмещении нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся в течение обучения. Все дети в равной степени вовлекаются в учебный процесс.

Практическая значимость: занятия хореографией объединяет детей, формирует навыки общения в коллективе, воспитывают доброжелательность, чувство взаимопомощи, прививают манеры поведения в обществе, закладывают основы этикета.

Адресат программы: программа адресована детям от 11 до 13 лет.

11 -13 лет - в этом возрасте происходят качественные и структурные изменения головного мозга (он увеличивается). Происходят изменения и в протекании основных нервных процессов - возбуждения и торможения. Проявляется самостоятельность, (желание делать все самому, дети требуют доверия от взрослых), сдержанность (умение подчинять свои желания общим требованиям), настойчивость и упрямство (желание добиться результатов, даже если не понимают цели или не имеют средств для их достижения). Слабые стороны в физиологии детей этого возраста - быстрое истощение запаса энергии в нервных тканях. Костно-мышечный аппарат детей этого возраста отличается большой гибкостью (значительное количество хрящевых тканей и повышенная эластичность клеток). Развитие мелких мышц идет медленно, поэтому быстрые и мелкие движения, требующие точности исполнения, представляют для детей большую сложность. В этом возрасте необходимо уделять внимание формированию осанки, умению ориентироваться в пространстве, развитию ритмичности, музыкальности. У обучающихся преобладает наглядно-образное мышление, господствует чувственное познание окружающего мира. Поэтому эти дети особенно чувствительны к воспитательным воздействиям эстетического характера.

11-13 лет - в этот период происходят быстрые количественные изменения и качественные перестройки в организме. Ребенок быстро растет. С интенсивным ростом скелета и мышц происходит перестройка моторного аппарата, которая может выражаться в нарушениях координации движений (говорят: стал таким неуклюжим). Развитие нервной и сердечно-сосудистой систем не всегда успевает за интенсивным ростом, что может при большой физической нагрузке приводить к обморокам и головокружению.

В этом возрасте нередко появляется раздражительность, обидчивость, вспыльчивость, резкость (дети порой сами не понимают, что с ними происходит, что побуждает их на ту или иную реакцию). Появляется острая потребность в самоутверждении, стремлении к самостоятельности - оно исходит из желания быть и считаться взрослым

Объем учебных часов по программе – 288 часов.

Первый год обучения-144 часа;

Второй год обучения-144 часа.

Срок реализации - 2 года.

Форма обучения – очная.

Уровень освоения программы – базовый.

Форма организации образовательного процесса: групповая.

Форма реализации образовательной программы: традиционная.

Количество детей в группе: до 15 человек.

Режим работы:

1 год обучения- 2 раза в неделю по 2 часа;

2 год обучения- 2 раза в неделю по 2 часа.

Продолжительность учебного занятия для детей с 11 лет в соответствии с нормами СанПиН составляет: 45 минут. Перерыв между занятиями: 5-10 минут.

Продолжительность образовательного процесса: 36 учебных недель (начало занятий групп 1-го года обучения с 11 сентября текущего года, 2-го года обучения с 1 сентября текущего года, завершение 31 мая следующего года).

Основные характеристики образовательного процесса

Зачисление на обучение по программе осуществляется по желанию детей, по заявлению их родителей (законных представителей).

Принимаются дети, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Обучающиеся предоставляют заключение от врача (справка) об отсутствии противопоказаний к занятиям по хореографии (на основании Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.3648-20, пункт 8.10.).

Цель и задачи программы

Цель программы – создание условий для творческого развития личности ребенка средствами танцевального искусства, создание условий для гармоничного развития и успешной личностной реализации.

Задачи программы:

Обучающие:

- познакомить со сложными танцевальными элементами;
- обучить правилам исполнения изучаемых элементов.

Развивающие:

- развивать чувства ритма, музыкальный слух;
- формировать эмоциональную выразительность, артистичность, музыкальность, художественное воображение, ассоциативную память;
- способствовать развитию физических данных;
- развивать и совершенствовать творческие способности обучающихся.

Воспитательные:

- воспитывать трудолюбие, ответственность, упорство, силу воли;
- воспитывать у детей художественный вкус;
- воспитывать стремления к двигательной активности;

- способствовать формированию личности инициативной, целеустремленной;
- воспитывать умения общаться и работать в коллективе.

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 1 года обучения

№ п/п	Название темы	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Всего	теор. часть	практич. часть	
1.	Вводное занятие. Знакомство с предметом. Инструкция по ТБ, ПДД	2	2	-	наблюдение
2.	Разминка	10	2	8	наблюдение
3.	Партерная гимнастика	22	2	20	наблюдение
4.	Азбука музыкального движения	20	4	16	наблюдение
5.	Элементы классического танца	40	8	32	наблюдение
6.	Элементы историко-бытового танца	20	4	16	наблюдение
7.	Постановочная работа	14	2	12	наблюдение
8.	Репетиционная работа	14	-	14	наблюдение
9.	Итоговое занятие	2	-	2	наблюдение
	Итого:	144	24	120	

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие. Знакомство с предметом. Инструкция по ТБ, ПДД

Теория: Рассказ о хореографических жанрах. Знакомство с хореографическим залом (работа со станком, зеркалами). Цели и задачи обучения, план работы. Инструктаж по технике безопасности в хореографическом зале, инструктаж ПДД.

Форма контроля: наблюдение

Тема 2. Разминка

Теория: Роль разминки для разогрева двигательного аппарата. Последовательность движений частей тела при выполнении разминки.

Практика: Выполнение различных упражнений, оказывающих влияние на все группы мышц тела.

Форма контроля: наблюдение

Тема 3. Партерная гимнастика

Теория: Особенности партерной гимнастики. Её роль в развитии физических данных: шаг, выворотность, гибкость.

Практика: Выполнение упражнений, в положении сидя на полу. Сокращение и вытягивание стоп, разворот в I позицию; «Бабочка», «Лягушка» - для развития выворотности; в положении лежа на полу: подъем ног на 90 градусов, броски, passé; упражнение «Рыбка», «Кольцо», «Свечка», «Кораблик», «Складка», «Мостик», «Змейка», «Ласточка» и т.п. для развития гибкости; различные растяжки. Перегибы.

Форма контроля: наблюдение

Тема 4. Азбука музыкального движения

Теория: Рассказ о связи мелодии и движения. Знакомство с музыкальным размером 2/4, 4/4; темпом музыки (быстро, медленно); понятием «Такт» и «затакт»; точки зала; диагональ; «шахматный порядок».

Практика: Выполнение музыкально – пространственных упражнений; марш на месте, с продвижением, по кругу; повороты на месте, по диагонали, с продвижением, с прыжком; перестроения из линий в круг и обратно; выполнение ритмических упражнений на притопы и хлопки, подскоки; комбинированных упражнений в различном музыкальном темпе.

Форма контроля: наблюдение

Тема 5. Элементы классического танца

Теория: Изучение терминологии элементов классического танца. Правила исполнения изучаемых упражнений. Размер, темп музыкального сопровождения.

Практика: Выполнение упражнений у станка:

стоя лицом к станку: постановка корпуса; I, II, V поз ног; demi plie по I, II, V поз; battement tendu по I поз вперед, в сторону, назад; battement jete на 45 градусов по I поз вперед, в сторону, назад; rond de jambe par terre; passé par terre; подъёмы на полупальцы по I, II, V поз; перегибы корпуса назад;

Выполнение упражнений на середине зала: постановка рук; подготовительное положение рук; I, II, III поз рук; классический поклон; sauté.

Форма контроля: наблюдение

Тема 6. Элементы историко-бытового танца

Теория: Характерные особенности бытовых и исторических танцев, манера исполнения. Практика: Исполнение pas польки в различных вариантах; сценический ход, бег, сценический марш; Pas полонез; сюжетные танцы, отражающие сказочных героев, животных, птиц, мультфильмов; исполнение элементов русского танца.

Форма контроля: наблюдение

Тема 7. Постановочная работа

Теория: Подбор музыкального материала; определение сюжета танца; разработка костюма.

Практика: Разучивание движений нового материала – танца.

Форма контроля: наблюдение

Тема 8. Репетиционная работа

Практика: Отработка, шлифовка движений танца. Подготовка к показу.

Форма контроля: наблюдение

Тема 9. Итоговое занятие

Практика: Открытое занятие для родителей, гостей. Подведение итогов.

Форма контроля: наблюдение

Планируемые результаты реализации образовательной программы 1года обучения

Предметные результаты:

- обучить правильно исполнять основные движения классического танца (в соответствии с программой);
- обучить терминологии классического танца (в соответствии с программой);
- научить правильно исполнять упражнения в партере;
- научить эффективно и грамотно развивать свои физические данные.

Личностные результаты:

- развивать интерес к занятиям хореографией;
- развивать аналитические способности;
- развивать физические данные, анализ техники правильной осанки;
- развивать навыки ориентации в пространстве;
- развивать творческую активность;
- развивать чувство ритма и музыкальное исполнение движений.

Метапредметные результаты:

- воспитывать правильно воспринимать критик от педагога (умение адекватно оценивать свои способности и исправлять ошибки);
- воспитывать эффективно и грамотно развивать свои физические данные;
- воспитывать строить взаимоотношения с окружающими.

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 2 год обучения

№ п/п	Название темы	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Всего	теор. часть	практич. часть	
1.	Вводное занятие. Знакомство с	2	2	-	наблюдение

	предметом. Инструкция по ТБ, ПДД				
2.	Разминка	10	2	8	наблюдение
3.	Азбука музыкального движения	22	2	20	наблюдение
4.	Элементы классического танца	20	4	16	наблюдение
5.	Элементы народно-сценического танца	40	8	32	наблюдение
6.	Элементы эстрадного танца	20	4	16	наблюдение
7.	Работа над репертуаром	14	2	12	наблюдение
8.	Репетиционная работа	14	-	14	наблюдение
9.	Итоговое занятие	2	-	2	наблюдение
	Итого:	144	24	120	

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие.

Теория: Познакомить детей с целями и задачами программы второго года обучения, закрепить правила техники безопасности на занятиях, рассказать о костюме для занятий и личной гигиене.

Форма контроля: наблюдение

Тема 2. Разминка.

Теория: Роль разминки для разогрева двигательного аппарата. Последовательность движений частей тела при выполнении разминки.

Практика: Выполнение различных упражнений, оказывающих влияние на все группы мышц тела.

Форма контроля: наблюдение

Тема 3. Азбука музыкального движения.

Теория: Научить слышать и понимать значение аккордов в упражнениях. Научить исполнять танцы в разных темпах. Дать понятие – ритм.

Практика: Чередование сильной и слабой долей такта. Танцевальная музыка: марши (спортивные, военные), вальсы (быстрые, медленные). Меленные хороводные, быстрые плясовые русские танцы. Стилизованная народная музыка.

Форма контроля: наблюдение

Тема 4. Элементы классического танца.

Теория: Развивать выворотность ног и силу ног, правильную постановку тела. Правильно поставить отдельные кости рук: кисти, пальцы, локти, плечи.

Практика: Дополнительно изучается уровень подъема ног, на пример положения работающей ноги на уровне щиколотки опорной ноги (ку де пье), икры и колена. Координация ног, рук и головы в движении - тан релеве пар тэр. Прыжки - с двух ног на две. Разные этапы прыжка (тан леве соте): подготовка к взлету (деми плие), толчок, взлет, фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка.

Батман фразпэ сильное ударяющее движение, развивает силу ног, ловкость, быстроту и подвижность клена; изучается лицом к станку вначале в сторону, затем вперед и позднее назад.

Релеве лен на 45° - медленное поднимание ноги, развивает силу и легкость ног в танцевальном шаге; изучается стоя боком к станку, держась одной рукой, в сторону, позднее вперед.

Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку, в 1-ой позиции. Размер $\frac{3}{4}$, характер медленный, спокойный. По два такта на движение.

Прыжки: танлевэ соте - по 1,2, 5-й позициям. Размер $\frac{2}{4}$, характер быстрой польки. В музыке сочетаются два темпа: плавный и отрывистый.

Па эшаппэ - на 2-ю позицию, прыжок с просветом; изучается вначале лицом к станку. Размер $\frac{4}{4}$, сочетание плавного и четкого темпов.

Позы классического танца изучаются на середине зала. Поза круазе, поза эффасэ (с ногой на полу). Размер $\frac{3}{4}$ характер плавный, исполняется на четыре такта.

Па курю - мелкий бег на полупальцах, исполняется по прямой в невыворотной позиции, вперед и назад. Размер $\frac{4}{4}$, $\frac{2}{4}$, $\frac{3}{4}$, движения исполняются шестнадцатыми. Характер легкий, живой. Опускание на одно колено. Вращение, повороты по 6-й позиции, на $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ круга.

Форма контроля: наблюдение

Тема 5. Элементы народно-сценического танца.

Теория: Добиться четкого исполнения движений. Выучить народные движения у станка и середине. Разучить элементы народных танцев.

Практика: Упражнения у станка и на середине - подготовка к более четкому исполнению народных движений. Точные позиции положения и движения рук в танцах народов мира. Особенности стиля исполнения. Источники народных тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни народов.

Практическая работа: Станок. Подготовительные движения рук. Полуприседания и полное приседание, плавные и резкие приседания. Скольжение стопой по полу. Переступание на полупальцах. «Ковырялочка» - разучивается у станка заново.

Скольжение по ноге в открытом положении (подготовка к веревочке), в открытом и закрытом положении на всей стопе одной ноги. Подготовка к каблучным движениям.

Упражнения на середине. Положение рук, положение ног. Положение рук в групповых танцах в фигурах: звездочка, круг, карусель, цепочка. Поклоны - на месте, с движением вперед и назад.

Ходы: простой шаг с продвижением вперед и назад; переменный шаг с продвижением вперед и назад. Притоп - удар всей стопой. Дроби (дробная до рожка). «Гармония» - одновременные повороты обеих стоп из свободной позиции в 1-ю закрытую и обратно, с продвижением в сторону.

Припадание - на месте, с продвижением в сторону, с поворотом на 1/4. «Молоточки» - удар полупальцами в пол, от колена в прямом положении, с подскоком на другой ноге; на месте.

Ходы. Опускание на колени - на одно, на оба с одновременным поворотом

Элементы стилизованного танца. Особенности и манера исполнения. Положение рук - в соло и в паре. Ходы. Простой шаг. Легкий бег. Движения корпуса. Шаг с подскоком; подскоки на двух ногах. Проскальзывание на обеих ногах. Небольшие подскоки с вынесением ноги вперед. Боковые шаги с вынесением свободной ноги вперед. Работа стоп в танце.

Форма контроля: наблюдение

Тема 6. Элементы эстрадного танца.

Теория: Познакомить обучающихся с особенностями танца джаз-модерн.

Практика: Особенности танцев. Музыка, стиль, модерн, костюмы. Работа корпуса, ног головы в современном танце. Простейшие поддержки. Композиция из пройденных элементов эстрадного танца. Ритмические построения комбинаций.

Форма контроля: наблюдение

Тема 7. Работа над репертуаром.

Теория: постановка танца, отработка движений, техника исполнения.

Практика: Танец «Морячки», «Димочка».

Форма контроля: наблюдение

Тема 8. Репетиционная работа

Практика: Отработка, шлифовка движений танца. Подготовка к показу.

Форма контроля: наблюдение

Тема 9. Итоговое занятие.

Практика: Отчетный концерт для родителей и населения.

Форма контроля: наблюдение

Планируемые результаты реализации образовательной программы 2 года обучения

Предметные результаты:

- научить правильно исполнять основные движения классического танца (в соответствии с программой);
- научить терминологии классического танца (в соответствии с программой);
- научить эффективно и грамотно развивать свои физические данные.

Личностные результаты:

- развивать интерес к занятиям хореографией;
- развивать физические данные, анализ техники правильной осанки;
- развивать навыки ориентации в пространстве;

- развивать творческую активность;
- развивать чувство ритма и музыкальное исполнение движений.

Метапредметные результаты:

- учить правильности восприятия критики от педагога;
- научить эффективно и грамотно развивать свои физические данные;
- научить строить взаимоотношения с окружающими.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение программы: хореографический зал, оборудованный зеркалами, хореографическими станками; душевая комната и санузел, оснащенный горячей и холодной водой; раздевалки; освещение естественное (окна) и искусственным (лампы дневного света); аппаратура для озвучивания учебных занятий; коврики; танцевальный инвентарь;

обучающиеся должны иметь на занятии: чешки; футболка, лосины (шорты).

Кадровое обеспечение программы: программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий необходимым квалификационным требованиям.

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ

По программе предусмотрено проведение текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

Цель текущего контроля - установление фактического уровня теоретических знаний и практических умений по темам (разделам) программы.

Форму текущего контроля успеваемости определяет педагог с учетом контингента обучающихся, уровня обученности обучающихся, содержания учебного материала, используемых образовательных технологий: опрос – устный и с показом; прием «стоп-кадр», когда останавливается вся группа во время исполнения того или иного упражнения и проверяется правильность положения ног, корпуса, рук - одновременно у всей группы; опрос, когда анализируется в чем ошибка того или иного обучающегося и как ее надо исправить; наблюдение.

Промежуточная аттестация проводится один раз в конце учебного года в форме педагогического наблюдения.

Мониторинг включает определение высокого, среднего, низкого уровня обученности (проверка теоретических знаний и практических умений и навыков) и личностного развития.

Педагог, используя критерии и показатели, степень выраженности оцениваемого качества, определяет уровни обучения и развития каждого обучающегося. Низкий уровень – 1 балл, средний уровень – 2 балла, высокий уровень – 3 балла. В итоге баллы в соответствии с уровнями переводятся в проценты.

Результаты промежуточной аттестации заносятся в диагностическую карту результатов обучения и развития обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе. Критерии и показатели результативности обучения и развития обучающихся для промежуточной аттестации определяются приложением к диагностической карте результатов обучения и развития обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.

При проведении промежуточной аттестации обучающихся учитываются результаты участия (победитель, призер) в очных мероприятиях регионального, всероссийского и международного уровня.

По итогам промежуточной аттестации за учебный год обучающиеся считаются переведенными на следующий год обучения или выбывшими в связи с окончанием обучения по программе.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Методы и приемы обучения

Хореографическое искусство требует от обучающихся умения ориентироваться в нестандартных ситуациях, поэтому возникает необходимость наряду с традиционными методами и приемами работы такими как:

словесные: рассказ педагога; объяснение методики исполнения движения; анализ, опрос; повторение и закрепление;

наглядные: качественный показ; демонстрация отдельных частей и всего движения; синхронное и зеркальное восприятие;

практические: упражнения в партере; повторение и закрепление; творческие задания; сюжетно-ролевые образы в импровизации; метод тренинга (игры на развитие свободного ориентирования в пространстве и слаженности группы);

эмоциональное: подбор ассоциаций, образов, при изучении движений, что позволяет детям быстрее понять и запомнить материал; метод компромиссного решения (встать рядом, пожать руку – передать энергетику, смена ролей);

метод оценивания своего исполнения и других детей;

метод контактных занятий (танцевальная игра). Педагог является соавтором, сначала он ведущий, потом обучающиеся;

метод самостоятельной работы: творческие задания; импровизация; повторение и закрепление; самоанализ; перевод из одного пространства в другое.

Индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Дидактические материалы

комплекс упражнений для развития физических данных;

музыкальный материал для занятия хореографией.

Формы организации деятельности обучающихся на занятии:

фронтальная: работа педагога со всеми обучающимися одновременно (беседа, показ, объяснение, исправление ошибок, отработка упражнений);

коллективная: организация творческого взаимодействия между всеми детьми одновременно (репетиция, создание коллективной постановки);

групповая: работа по группам (импровизация, создание хореографических миниатюр на заданный образ).

При изучении всех тем используются сочетание теории и практики.

Педагогические технологии, используемые на занятиях:

В основе реализации программы – использование современных педагогических технологий лично - ориентированной направленности, целеполагающей основой которой является внимание к личности ребенка, обеспечение комфортных условий для ее развития.

Использование современных технологий в педагогической практике даёт возможность более успешно взаимодействовать с детьми, способствует более полному раскрытию их творческого потенциала.

Личностно-ориентированные и деятельностные технологии преследуют цель максимально выявить, инициировать, «окультурить» опыт ребёнка. Они дают педагогу возможность помочь каждому обучающемуся познать себя, ощутить себя, как личность, самоопределиться и самореализоваться через основную деятельность. Индивидуальный подход к каждому ребёнку, задания, соответствующие возрастным особенностям и личностным качествам – необходимое условие в деле обучения, развития и воспитания детей.

Технологии активизации и интенсификации деятельности акцентирование внимания на развитии практических навыков обучающихся. Приобретая практический опыт, ребёнок быстро преодолевает начальные трудности в обучении, не заостряет внимания на отдельных элементах, осваивает программный материал, постоянно участвуя в деятельности, постепенно совершенствуя свои навыки.

Технология сотрудничества даёт возможность педагогу помогать обучающимся осваивать опыт поколений в тесном взаимодействии. Воспитывающая функция этой технологии направлена на отношения людей без давления авторитета взрослых. Авторитетом становится дело, которым они занимаются. Это способствует формированию коммуникативных навыков обучающихся, их

способности жить в гармонии с окружающим миром, с обществом, с самим собой. Весь образовательный процесс построен на совместной развивающей деятельности взрослого и ребёнка, скрепленный взаимопониманием, проникновением в духовный мир друг друга, совместным анализом хода и результата деятельности.

Деятельностные технологии предполагают включение ребёнка в активную творческую деятельность и получение знаний, умений и навыков именно в процессе деятельности.

Здоровьесберегающие технологии: содержание программы направлено на выработку у детей стремления к ведению здорового и активного образа жизни.

Осуществляется принцип: от практики к теории к практике.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Т. Барышникова. Азбука хореографии. Методические указания в помощь обучающимся и педагогам детских хореографических коллективов балетных школ и студий. – СПб.: «ЛЮКСИ», «РЕПСПЕКС», 1996.-256с.

2. Ваганова А. Я. В 12 Основы классического танца. Издание 6. Серия “Учебники для вузов. Специальная литература” — СПб.: Издательство “Лань”, 2000.-192с.

3. Методика преподавания хореографических дисциплин. Учебно-методическое пособие для специальности «Социально-культурная деятельность и народное художественное творчество», специализации «Хореографическое творчество», Кировский институт повышения квалификации и переподготовки работников образования ГОУ СПО «Кировский областной колледж культуры», 2010 г.-122с.

Интернет-ресурсы:

1. www.didaktor.ru (дидактика, мультимедийные уроки и педагогическая техника). На сайте представлены педагогические технологии обучения и практические рекомендации их применения.

2. www.viki.rdf.ru (Презентации по разным направленностям к занятиям).

3. www.pedgazeta.ru (различные методические разработки по хореографии, вокалу, ИЗО и др.)

4. «Ритмика и танец» (Е.В. Ротчев, преподаватель, заведующий хореографическим отделением Детской школы искусств имени С.П. Дягилева города Москвы) http://dyagilev.arts.mos.ru/education_activities/programs/%D0%A0%D0%B8%D1%8%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0%20%D0%B8%20%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B5%D1%86%204-6%20%D0%BB%D0%B5%D1%82_pdg.pdf

5. http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot_ot_ritmiki_k_tancu_quot/2011-12-08-1- о методике партерного экзерсиса - «Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу».

6. <http://www.chel-15.ru/horejgrafija.html>. Методические и дидактические разработки по хореографии.

7. Все для хореографов <http://www.horeograf.com/>

8. Танцевальные игры. Сайт «Секреты Терпсихоры» <http://secret-terpsihor.com.uahttp://sov-dance.ru/> - Национальная Академия Современной хореографии.

9. <http://www.taranenkomusic.narod.ru> (персональный творческий сайт Сергея Тараненко с музыкой для урока хореографии на CD. В лёгкой красочной оркестровке. Также - музыка для фигурного катания и спорта).

10. <http://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatel'naya-tematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam> (сборники по хореографии и танцам).

11. Танцевальные этюды, конспекты занятий, танцы, игры, музыка, книги. http://perluna-detyam.com.ua/index.php?option=com_content&view=section&id=8&Itemid=138.

12. Каталог по хореографии по следующим рубрикам: балетный танец, модерн-балет, народный танец и фольклор, восточный танец др. http://list.mail.ru/10091/1/0_1_0_1.html.

13. Музыка для сопровождения танцев. http://chayca1.narod.ru/fonogram/muz_tanci.html

Календарный учебный график
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Созвездие» 1 год обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь			Беседа Практическое занятие	2	Вводное занятие. Знакомство с предметом. ТБ. ПДД. Игра на знакомство. Разминка.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
2	Сентябрь			Практическое занятие	2	Связи мелодии и движения. Выполнение музыкально – пространственных упражнений; ритмических упражнения на притопы и хлопки, подскоки.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
3	Сентябрь			Практическое занятие	2	Партерная гимнастика. Выполнение упражнений на развитие физических данных: шаг, выворотность, гибкость.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
4	Сентябрь			Практическое занятие	2	Элементы классического танца. Размер, темп музыкального сопровождения. Положение головы, корпуса, рук. Прыжки, «лебеди».	ЦРТДиЮ	Наблюдение
5	Сентябрь			Практическое занятие	2	Знакомство с музыкальным размером 2/4,4/4; темпом музыки (быстро, медленно). Выполнение музыкально – пространственных упражнений; комбинированных упражнений в различном	ЦРТДиЮ	Наблюдение

						музыкальном темпе.		
6	Октябрь			Практическое занятие	2	Слушание музыкального материала. Сюжет танца. Разучивание элементов танца «Губки бантиком».	ЦРТДиЮ	Наблюдение
7	Октябрь			Практическое занятие	2	Разучивание элементов танца «Губки бантиком».	ЦРТДиЮ	Наблюдение
8	Октябрь			Практическое занятие	2	Партерная гимнастика. Упражнения «рыбка», «кольцо», «свечка». Репетиционная практика. Разучивание элементов танца.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
9	Октябрь			Практическое занятие	2	Отработка танца "Танцующие мысли".	ЦРТДиЮ	Наблюдение
10	Октябрь			Практическое занятие	2	Отработка танца "Танцующие мысли".	ЦРТДиЮ	Наблюдение
11	Октябрь			Практическое занятие	2	Упражнения для развития подъема. Элементы историко-бытового танца. Характерные особенности, манера исполнения. Сценический ход, бег, шаги. Сценический марш.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
12	Октябрь			Практическое занятие	2	Изучение плие.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
13	Октябрь			Практическое занятие	2	Элементы классического танца. Размер, темп музыкального сопровождения. Выполнение упражнений у станка: постановка корпуса; I, II, V позиции ног; demi plie по I, II, V позиции.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
14	Октябрь			Практическое	2	Подготовка тела к работе.	ЦРТДиЮ	Наблюдение

				занятие		Элементы классического танца. Постановка рук; подготовительное положение рук; I, II, III поз рук.		
15	Ноябрь			Практическое занятие	2	Партерная гимнастика. Упражнения «рыбка», «кольцо», «свечка», "кораблик", "бабочка", складка. Русский танец.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
16	Ноябрь			Практическое занятие	2	Темп музыки (быстро, медленно); понятие «Такт» и «затакт»; точки зала. Выполнение заданных упражнений.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
17	Ноябрь			Практическое занятие	2	Русский танец.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
18	Ноябрь			Практическое занятие	2	Разминка. Точки зала; диагональ; «шахматный порядок». Выполнение музыкально – пространственных упражнений; повороты на месте, по диагонали, с продвижением, с прыжком; перестроения из линий в круг и обратно.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
19	Ноябрь			Практическое занятие	2	Упражнения «змейка», «рыбка», «мостик», «кольцо», лягушка, бабочка, кораблик, складка. Терминология элементов классического танца. Выполнение	ЦРТДиЮ	Наблюдение

						упражнений у станка: постановка корпуса; I, II, V позиции ног; demi plie по I, II, V позиции.		
20	Ноябрь			Практическое занятие	2	Элементы историко-бытового танца. Характерные особенности сюжетных танцев. Сюжетные танцы, отражающие сказочных героев, животных, птиц.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
21	Ноябрь			Практическое занятие	2	Выполнение упражнений у станка: постановка корпуса; I, II, V поз ног; demi plie по I, II, V поз; battement tendu по I позиции вперед, в сторону, назад.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
22	Декабрь			Практическое занятие	2	Закрепление материала. Практическое занятие.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
23	Декабрь			Практическое занятие	2	Разминка. Выполнение упражнений у станка: постановка корпуса; I, II, V позиции ног; demi plie по I, II, V позиции; battement tendu по I позиции вперед, в сторону, назад; battement jete на 45 градусов по I позиции вперед, в сторону, назад.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
24	Декабрь			Практическое занятие	2	Партерная гимнастика. Шпагат вперёд, в сторону. Элементы историко-бытового танца. Характерные особенности танца «Полька». Манера исполнения.	ЦРТДиЮ	Наблюдение

						Исполнение pas польки в различных вариантах.		
25	Декабрь			Практическое занятие	2	«Такт» и «затакт»; точки зала; диагональ; «шахматный порядок». Выполнение музыкально – пространственных упражнений; повороты на месте, по диагонали, с продвижением, с прыжком.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
26	Декабрь			Практическое занятие	2	Выполнение упражнений у станка: постановка корпуса; I, II, V поз ног; demi plie по I, II, V поз; battement tendu по I поз вперед, в сторону, назад; battement jete на 45 градусов по I поз вперед, в сторону, назад; rond de jambe par terre.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
27	Декабрь			Практическое занятие	2	Элементы историко-бытового танца. Характерные особенности танца "Полонез", манера исполнения. Исполнение pas полонез.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
28	Декабрь			Практическое занятие	2	Выполнение упражнений у станка: постановка корпуса; I, II, V поз ног; demi plie по I, II, V поз; battement tendu по I поз вперед, в сторону, назад; battement jete на 45 градусов по I поз вперед, в сторону, назад; подъёмы на полупальцы по I, II, V поз.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
29	Декабрь			Практическое занятие	2	Репертуарная практика.	ЦРТДиЮ	Наблюдение

						Слушание музыкального материала. Определение сюжета танца. Разучивание элементов танца "Новогодняя композиция».		
30	Декабрь			Практическое занятие	2	Разучивание элементов танца "Новогодняя композиция".	ЦРТДиЮ	Наблюдение
31	Декабрь			Практическое занятие	2	Закрепление материала, практическое занятие.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
32	Декабрь			Практическое занятие	2	Разминка. Точки зала; диагональ; «шахматный порядок». Выполнение музыкально – пространственных упражнений; повороты на месте, по диагонали, с продвижением, с прыжком; перестроения из линий в круг и обратно.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
33	Январь			Практическое занятие	2	Партерная гимнастика. Упражнения «змейка», «рыбка», «мостик», «кольцо», «ласточка», кораблик. Выполнение упражнений у станка: постановка корпуса; I, II, V поз ног; demi plie по I, II, V поз.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
34	Январь			Практическое занятие	2	Элементы историко-бытового танца. Характерные особенности сюжетных танцев. Сюжетные танцы, отражающие героев мультфильмов.	ЦРТДиЮ	Наблюдение

35	Январь			Практическое занятие	2	Элементы классического танца. Выполнение упражнений у станка: постановка корпуса; I, II, V позиции ног; demi plie по I, II, V позиции; battement tendu по I поз вперед, в сторону, назад.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
36	Январь			Практическое занятие	2	Упражнения для дыхания. Выполнение упражнений у станка: постановка корпуса; I, II, V поз ног; demi plie по I, II, V поз; battement tendu по I поз вперед, в сторону, назад; battement jete на 45 градусов по I поз вперед, в сторону, назад.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
37	Январь			Практическое занятие	2	Партерная гимнастика. Шпагат вперед, в сторону. Исполнение pas польки в различных вариантах.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
38	Январь			Практическое занятие	2	Точки зала; диагональ; «шахматный порядок». Выполнение музыкально – пространственных упражнений; перестроения из круга в линии.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
39	Февраль			Практическое занятие	2	Выполнение упражнений у станка: постановка корпуса; I, II, V поз ног; demi plie по I, II, V поз; battement tendu по I поз вперед, в сторону, назад; battement jete на 45 градусов	ЦРТДиЮ	Наблюдение

						по I поз вперед, в сторону, назад; <i>pas se par terre</i> .		
40	Февраль			Практическое занятие	2	Элементы историко-бытового танца. Характерные особенности танца "Полонез". Манера исполнения. Исполнение <i>pas</i> полонез.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
41	Февраль			Практическое занятие	2	Выполнение упражнений у станка: постановка корпуса; I, II, V поз ног; <i>demi plie</i> по I, II, V поз; <i>battement tendu</i> по I поз вперед, в сторону, назад; <i>battement jete</i> на 45 градусов по I поз вперед, в сторону, назад; подъёмы на полупальцы по I, II, V позиции.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
42	Февраль			Практическое занятие	2	Разучивание элементов танца к «8 Марта»	ЦРТДиЮ	Наблюдение
43	Февраль			Практическое занятие	2	Разучивание элементов танца к «8 Марта»	ЦРТДиЮ	Наблюдение
44	Февраль			Практическое занятие	2	Выполнение упражнений у станка: постановка корпуса; I, II, V поз ног; <i>demi plie</i> по I, II, V поз; <i>battement tendu</i> по I поз вперед, в сторону, назад; <i>battement jete</i> на 45 градусов по I поз вперед, в сторону, назад.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
45	Февраль			Практическое занятие	2	Отработка танца к «8 Марта».	ЦРТДиЮ	Наблюдение
46	Март			Практическое занятие	2	Элементы историко-бытового танца. Исполнение элементов русского танца.	ЦРТДиЮ	Наблюдение

47	Март			Практическое занятие	2	Отработка танца к «8 Марта».	ЦРТДиЮ	Наблюдение
48	Март			Практическое занятие	2	«Такт» и «затакт»; точки зала; диагональ; «шахматный порядок». Выполнение музыкально – пространственных упражнений; подскоки, галоп по диагонали с продвижением, с прыжком.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
49	Март			Практическое занятие	2	Элементы классического танца. Выполнение упражнений у станка: постановка корпуса; I, II, V поз ног; demi plie по I, II, V поз; battement tendu по I поз вперед, в сторону, назад; battement jete на 45 градусов по I поз вперед, в сторону, назад; rond de jambe par terre.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
50	Март			Практическое занятие	2	Элементы историко-бытового танца. Характерные особенности танца «полонез», манера исполнения. Исполнение pas полонез.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
51	Март			Практическое занятие	2	Элементы классического танца. Выполнение упражнений у станка: постановка корпуса; I, II, V поз ног; demi plie по I, II, V поз; battement tendu по I поз вперед, в сторону, назад; battement jete на 45 градусов по I поз вперед, в сторону,	ЦРТДиЮ	Наблюдение

						назад; подъёмы на полупальцы по I, II, V поз.		
52	Март			Практическое занятие	2	Разучивание репертуара.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
53	Март			Практическое занятие	2	Разучивание репертуара.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
54	Март			Практическое занятие	2	Закрепление материала, практическое занятие.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
55	Март			Практическое занятие	2	Разминка. Выполнение упражнений у станка: перегибы корпуса, demi plie по I, II, V поз; battement tendu по I поз вперед, в сторону, назад; battement jete на 45 градусов по I поз вперед, в сторону, назад.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
56	Апрель			Практическое занятие	2	Партерная гимнастика. Упражнения «свечка», «брёвнышко», бабочка, лягушка, кораблик, мостик, змейка. Отработка танца.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
57	Апрель			Практическое занятие	2	Элементы классического танца. Выполнение упражнений у станка: demi plie по I, II, V поз; battement tendu по I поз вперед, в сторону, назад; battement jete на 45 градусов по I поз вперед, в сторону, назад; rond de jambe par terre.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
58	Апрель			Практическое занятие	2	Элементы историко-бытового танца. Характерные особенности танца «полонез», манера исполнения. Исполнение pas полонез.	ЦРТДиЮ	Наблюдение

59	Апрель			Практическое занятие	2	Элементы классического танца. Выполнение упражнений на середине: постановка корпуса; I, II, III поз рук; demi plie по I, II, V поз; battement tendu по I поз, в сторону; saute.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
60	Апрель			Практическое занятие	2	Упражнения на смену темпа и ритма.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
61	Апрель			Практическое занятие	2	Закрепление материала, практическое занятие.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
62	Апрель			Практическое занятие	2	Упражнения на смену темпа и ритма.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
63	Апрель			Практическое занятие	2	Партерная гимнастика. Мини комплекс упражнений. Элементы историко-бытового танца. Allegro на середине	ЦРТДиЮ	Наблюдение
64	Апрель			Практическое занятие	2	Элементы историко-бытового танца. Работа над выразительностью исполнения.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
65	Май			Практическое занятие	2	Элементы классического танца. Варианты верчения на середине.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
66	Май			Практическое занятие	2	Партерная гимнастика. Комплекс упражнений.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
67	Май			Практическое занятие	2	Партерная гимнастика. Комплекс упражнений.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
68	Май			Практическое занятие	2	Партерная гимнастика. Комплекс упражнений.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
69	Май			Практическое занятие	2	Закрепление материала. Практическое занятие.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
70	Май			Практическое занятие	2	Практическое занятие,	ЦРТДиЮ	Наблюдение

						охватывающее все темы. Подготовка к открытому занятию.		
71	Май			Практическое занятие	2	Подготовка к открытому занятию.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
72	Май			Практическое занятие	2	Открытое занятие для родителей, гостей. Подведение итогов.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
Всего по программе					144			

Календарный учебный график
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Созвездие» 2 год обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь			Беседа Практическое занятие	2	Вводное занятие. Знакомство с предметом. ТБ. ПДД.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
2	Сентябрь			Практическое занятие	2	Разминка по кругу.(Перестроение из колонны по одному в круг. Обычный шаг, шаг на носках, шаг на пятках, шаги на внешней и на внутренней стопе, подскок, лёгкий танцевальный бег, упражнения на координацию движений.)	ЦРТДиЮ	Наблюдение

3	Сентябрь			Практическое занятие	2	Элементы классического танца. Изучение уровня подъема ног, на пример положения работающей ноги на уровне щиколотки опорной ноги (ку де пье), икры и колена.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
4	Сентябрь			Практическое занятие	2	Азбука музыкального движения. Музыкально-пространственные упражнения.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
5	Сентябрь			Практическое занятие	2	Азбука музыкального движения. Музыкально-пространственные упражнения.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
6	Октябрь			Практическое занятие	2	Разминка на середине зала :марш на месте; упражнения на улучшение эластичности шейного сустава и подвижности плечевых суставов. повороты, наклоны головы(вперед, назад ,достаем ушком до плечика- наклоны головы, повороты головы вправо, влево, вращения);	ЦРТДиЮ	Наблюдение
7	Октябрь			Практическое занятие	2	Элементы классического танца. Координация ног, рук и головы в движении - тан релеве пар тэр.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
8	Октябрь			Практическое занятие	2	Элементы народно-сценического танца. Изучение позиций положения и движения рук в танцах народов мира.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
9	Октябрь			Практическое занятие	2	Элементы народно-сценического танца. Изучение Особенности стиля исполнения.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
10	Октябрь			Практическое занятие	2	Азбука музыкального движения. исполнению шага с высоким подниманием колена и натянутой стопой.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
11	Октябрь			Практическое	2	Разминка. Упражнения на увеличения	ЦРТДиЮ	Наблюдение

				занятие		подвижности лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти и предплечья.		
12	Октябрь			Практическое занятие	2	Элементы классического танца. Прыжки - с двух ног на две. Разные этапы прыжка (тан леве соте).	ЦРТДиЮ	Наблюдение
13	Октябрь			Практическое занятие	2	Азбука музыкального движения. Развитие умения ориентироваться в пространстве.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
14	Октябрь			Практическое занятие	2	Элементы народно-сценического танца. Изучение народных тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни народов.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
15	Ноябрь			Практическое занятие	2	Азбука музыкального движения. Развитие умения ориентироваться в пространстве.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
16	Ноябрь			Практическое занятие	2	Разминка. упражнения для улучшения подвижности гибкости суставов позвоночника(вращение корпусом вправо, влево),наклоны в сторону(По два наклона, по одному, вперед по два, по одному, вниз дотянуться до носочка);	ЦРТДиЮ	Наблюдение
17	Ноябрь			Практическое занятие	2	Элементы классического танца. подготовка к взлету (деми плие), толчок, взлет, фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
18	Ноябрь			Практическое занятие	2	Элементы народно-сценического танца. Станок. Подготовительные движения рук.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
19	Ноябрь			Практическое занятие	2	Элементы классического танца. Изучение Батман фраппэ.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
20	Ноябрь			Практическое занятие	2	Разминка. Упражнения на улучшение подвижности коленных суставов.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
21	Ноябрь			Практическое занятие	2	Работа над репертуаром.	ЦРТДиЮ	Наблюдение

22	Декабрь			Практическое занятие	2	Азбука музыкального движения. Комплекс упражнений направленный на улучшение эластичности мышц и связок, повышение гибкости суставов.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
23	Декабрь			Практическое занятие	2	Элементы эстрадного танца. Комбинация для разогрева мышц спины, шейных позвонков, мышц бедер, ног, рук .	ЦРТДиЮ	Наблюдение
24	Декабрь			Практическое занятие	2	Элементы народно-сценического танца. Полуприседания и полно приседание, плавные и резкие приседания. Скольжение стопой по полу.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
25	Декабрь			Практическое занятие	2	Элементы классического танца. Изучение упражнения Релеве лен на 45°.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
26	Декабрь			Практическое занятие	2	Азбука музыкального движения. Исполнение танца в разных темпах, понятие – ритм.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
27	Декабрь			Практическое занятие	2	Элементы классического танца. Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку, в 1-ой позиции. Размер $\frac{3}{4}$, характер медленный, спокойный. По два такта на движение.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
28	Декабрь			Практическое занятие	2	Репетиционная работа.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
29	Декабрь			Практическое занятие	2	Элементы классического танца. Прыжки: танлеве соте - по 1,2, 5-й позициям. Размер $\frac{2}{4}$, характер быстрой польки. В музыке сочетаются два темпа: плавный и отрывистый.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
30	Декабрь			Практическое занятие	2	Работа над репертуаром.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
31	Декабрь			Практическое занятие	2	Азбука музыкального движения. Изучение чередования сильной и слабой	ЦРТДиЮ	Наблюдение

						долей такта.		
32	Декабрь			Практическое занятие	2	Элементы народно-сценического танца. Переступание на полупальцах. «Ковырялочка» .	ЦРТДиЮ	Наблюдение
33	Январь			Практическое занятие	2	Элементы классического танца. Па эшаппэ - на 2-ю позицию, прыжок с просветом; изучается вначале лицом к станку. Размер 4/4, сочетание плавного и четкого темпов.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
34	Январь			Практическое занятие	2	Элементы народно-сценического танца. Скольжение по ноге в открытом положении (подготовка к веревочке), в открытом и закрытом положении на всей стопе одной ноги.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
35	Январь			Практическое занятие	2	Элементы народно-сценического танца. Подготовка к каблучным движениям.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
36	Январь			Практическое занятие	2	Элементы эстрадного танца. Изучение упражнения наклон торса вперед до положения flat back,body roll, поворот в право, стать лицом к станку, Перевод стоп и коленей из параллельного положения, во время исполнения demi и grand plie Изолированные движения всех частей тела.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
37	Январь			Практическое занятие	2	Элементы классического танца. Поза круазе, поза эффасэ (с ногой на полу). Размер 3/4 характер плавный, исполняется на четыре такта. Вращение, повороты по 6-й позиции, на 1/4 и 1/2 круга.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
38	Февраль			Практическое занятие	2	Азбука музыкального движения. Изучение маршей (спортивные, военные), вальсы (быстрые, медленные).	ЦР ТД и	Набл юдени е

							Ю	
39	Февраль			Практическое занятие	2	Элементы народно-сценического танца Упражнения на середине. Положение рук, положение ног..	ЦРТДиЮ	Наблюдение
40	Февраль			Практическое занятие	2	Элементы народно-сценического танца. Положение рук в групповых танцах в фигурах: звездочка, круг, карусель, цепочка.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
41	Февраль			Практическое занятие	2	Элементы народно-сценического танца. Изучение поклонов - на месте, с движением вперед и назад.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
42	Февраль			Практическое занятие	2	Элементы народно-сценического танца. Изучение ходов. Простой шаг с продвижением вперед и назад.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
43	Февраль			Практическое занятие	2	Элементы народно-сценического танца. Изучение ходов. Переменный шаг с продвижением вперед и назад.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
44	Февраль			Практическое занятие	2	Элементы народно-сценического танца. Изучение ходов. Притоп - удар всей стопой. Дроби (дробная до рожка).	ЦРТДиЮ	Наблюдение
45	Март			Практическое занятие	2	Азбука музыкального движения. Изучение хороводов, быстрые плясовые русские танцы.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
46	Март			Практическое занятие	2	Репетиционная работа.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
47	Март			Практическое занятие	2	Азбука музыкального движения. Изучение хороводов, быстрые плясовые русские танцы.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
48	Март			Практическое занятие	2	Элементы народно-сценического танца. Изучение упражнения «Гармония» - одновременные повороты обеих стоп из свободной позиции в 1-ю закрытую и обратно, с продвижением в сторону.	ЦРТДиЮ	Наблюдение

49	Март			Практическое занятие	2	Элементы народно-сценического танца. Изучение Припаданий - на месте, с продвижением в сторону, с поворотом на 1/4.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
50	Март			Практическое занятие	2	Элементы народно-сценического танца. Изучение упражнения «Молоточки» - удар полупальцами в пол, от колена в прямом положении, с подскоком на другой ноге; на месте.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
51	Март			Практическое занятие	2	Элементы народно-сценического танца. Упражнения на работу стоп в танце.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
52	Март			Практическое занятие	2	Элементы народно-сценического танца. Небольшие подскоки с вынесением ноги вперед. Боковые шаги с вынесением свободной ноги вперед.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
53	Март			Практическое занятие	2	Элементы народно-сценического танца. Упражнения на положение рук - в соло и в паре.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
54	Апрель			Практическое занятие	2	Элементы эстрадного танца. Упражнение stretch-характера (растяжка).	ЦРТДиЮ	Наблюдение
55	Апрель			Практическое занятие	2	Элементы эстрадного танца. Упражнение свингового характера для расслабления позвоночника и суставов.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
56	Апрель			Практическое занятие	2	Работа над репертуаром.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
57	Апрель			Практическое занятие	2	Элементы эстрадного танца. Упражнения для подвижности позвоночника.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
58	Апрель			Практическое занятие	2	Элементы эстрадного танца. Движения для растяжки внутренних и внешних мышц бедер.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
59	Апрель			Практическое	2	Элементы эстрадного танца. Упражнения	ЦРТДиЮ	Наблюдение

				занятие		в партере .		
60	Апрель			Практическое занятие	2	Репетиционная работа.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
61	Апрель			Практическое занятие	2	Элементы эстрадного танца. Упражнения в партере .	ЦРТДиЮ	Наблюдение
62	Апрель			Практическое занятие	2	Элементы эстрадного танца. Переход из одной позиции в другую, создание «цепочек» на смену уровня (положения стоя, используя наклон корпуса , demi и grand plie).	ЦРТДиЮ	Наблюдение
63	Май			Практическое занятие	2	Элементы эстрадного танца. Броски ноги на 90 градусов и выше, исполняется вперед, в сторону и назад по параллельным и выворотным позициям.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
64	Май			Практическое занятие	2	Репетиционная работа.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
65	Май			Практическое занятие	2	Репетиционная работа.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
66	Май			Практическое занятие	2	Репетиционная работа.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
67	Май			Практическое занятие	2	Репетиционная работа.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
68	Май			Практическое занятие	2	Работа над репертуаром.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
69	Май			Практическое занятие	2	Работа над репертуаром.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
70	Май			Практическое занятие	2	Работа над репертуаром.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
71	Май			Практическое занятие	2	Работа над репертуаром.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
72	Май			Практическое занятие	2	Итоговое занятие.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
Всего по программе					144			

