

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  
**«Хореография»**

Уровень: базовый  
Направленность: художественная  
Возраст обучающихся: 5 - 7 лет  
Срок реализации: 2 года

Автор - составитель:  
Сосницкая Екатерина Вячеславовна,  
педагог дополнительного образования

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография» (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 «Хореография» имеет **художественную направленность**.

Искусство танца – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия потенциальных возможностей ещё маленького человека. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым.

### **Педагогическая целесообразность и актуальность программы**

Танец - одно из средств эстетического воспитания и воспитания творческого начала в ребенке. Занятия танцами в определенной мере формируют взгляд ребенка на мир, его реакции на отношения между окружающими людьми, приучают к дисциплине, мысли и чувствованию, формируют нравственные позиции ребенка. Музыка и движения питают эмоциональный мир ребенка, развивают эстетическое восприятие, воображение, координацию движений, произвольность. Танец обладает одновременно развивающей и психотерапевтической силой. Танец - отражение того, что происходит в душе человека, он помогает снять внутреннее напряжение и мышечные зажимы детей. Занятия танцем развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.).

**Практическая значимость:** танец обучает правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения. Танец развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству.

Содержание занятий по хореографии создаёт условия для самореализации личности, раскрытия её творческого потенциала. Возможность выразить свои чувства в танце, внимательно слушая музыку, в огромной степени способствует эмоциональному, духовному, физическому развитию дошкольника. Сочетание духовного и физического необходимо для развития личности ребенка.

Работа с детьми по обучению музыкально-ритмическим навыкам показала, что в каждом ребенке заложен огромный эмоциональный, творческий, физический потенциал. Задача хореографа – создать условия для его раскрытия и развития.

Ведь сама Культура танца, определяющая стиль танцевальных отношений, общения и поведения прививает ребенку особый образ жизни. Это и большое внимание к своему внешнему виду, к поведению и отношениям со сверстниками. Это совсем другой уровень творческого восприятия музыки, танца, собственные реализации в мире взрослых. С раннего возраста ребенок приобщается к прекрасному миру, посредством гармоничного движения и красивой музыки.

**Основные принципы построения программы:** в основе программы «Хореография» лежит обучение музыкально-ритмическим движениям простыми, но вместе с тем разнообразными способами (имитационные, танцевальные, общеразвивающие и т.д.).

**Новизна программы:** содержание программы предлагает обширный материал, включающий в себя разные виды деятельности: тренировочные упражнения, активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса (значительная часть практических занятий), выполнение танцевальных движений, этюдов.

**Адресат программы:** дети 5-7 лет.

В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – из области хореографии и гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная музыка, детские песни, но и некоторые классические произведения.

Приоритетные задачи: развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умения импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

**Объем учебных часов по программе** – 144 часа.

Первый год обучения – 72 часа.

Второй год обучения - 72 часа.

**Срок реализации** - 2 года.

**Форма обучения** – очная.

**Уровень освоения программы** – стартовый.

**Форма организации образовательного процесса:** групповая.

**Форма реализации образовательной программы:** традиционная.

**Количество детей в группе:** до 15 человек.

**Режим работы:** 2 часа в неделю (1 занятие 2 часа, 2 занятия по часу)

Продолжительность учебного занятия для дошкольников в соответствии с нормами САНПиН составляет:

для детей 5-7 лет - 30 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**

Принцип набора для занятий по программе свободный. Программа не предъявляет требований к содержанию и объему стартовых знаний, а также к уровню развития ребенка. 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 основные задачи образовательной программы**

**Цель:** выявление, раскрытие и развитие специальных (художественных) способностей каждого обучающегося, развитие личности дошкольника, развитие интереса к искусству танца.

Занятия хореографией призваны решать следующие **задачи:**

*обучающие:*

вызвать у детей интерес к искусству танца; пробуждать эмоциональный отклик на музыку и танцевальные движения;

способствовать укреплению здоровья детей, развивая силу, выносливость, ловкость, гибкость, координацию движений;

*развивающие:*

развивать у детей активность, инициативу, умение преодолевать трудности;

развивать чувство ритма, темпа, исполнительские навыки в танце; творческие способности;

развивать коммуникативные навыки и культуру поведения;

формировать красивые манеры, походку, осанку, выразительность движений и поз;

формировать устойчивый интерес к занятиям хореографией;

*воспитательные:*

воспитывать терпение, волю, упорство, трудолюбие, умение сознательно и добросовестно работать над совершенствованием движений;

воспитывать умения общаться и работать в коллективе.

## УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 1 года обучения

№ п/ п	Наименование тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	2	-	Наблюдение
2.	Ритмика и основы партерной пластики: разминка на середине зала; партерная гимнастика; танцевальные движения.	14	2	12	Наблюдение
3.	«Весёлая игра» - музыкальные игры.	18	2	16	Наблюдение
4.	«Маленький актёр» - активация и развитие творческих способностей	18	2	16	Наблюдение
5.	Постановочная работа	18	2	16	Наблюдение
6.	Итоговое занятие	2	-	2	Наблюдение
	<b>Итого:</b>	72	10	62	

### Содержание тем программы

#### 1. Вводное занятие (2 часа).

*Теоретические занятия:*

Знакомство с детьми. Введение в образовательную программу «Хореография», что мы будем изучать и зачем. Сведения о форме занятий, о требованиях к внешнему виду.

Игра на знакомство. Разминка.

**Форма контроля:** наблюдение

#### 2. Ритмика и основы партерной пластики (14 часов).

Данный раздел направлен на формирование и развитие музыкального слуха, а также на правильное развитие тела ребёнка, воспитывает первоначальные танцевальные навыки.

*Теоретические занятия:*

музыкальный размер, темп;

понятие «эмоциональная выразительность» - игра «улыбнулись, нахмурились»;

понятие линии танца, «круг»;

особенности партерной гимнастики; ее роль в развитии физических данных: шаг, гибкость выворотность;

понятие осанка, положение головы;

в игровой форме знакомство с понятием «танец», центр танцевального зала, рисунок танца (прямые горизонтальные и вертикальные линии, круг). Освоение танцевального поклона (простой, поясной).

*Практические занятия:*

выполнение музыкально-пространственных упражнений в различном музыкальном темпе;

выполнение ритмических упражнений на притопы и хлопки;

использование специальных упражнений на развитие: музыкальности, ритмичности, согласование музыки и танцевального движения.

**Формирование первоначальных навыков координации в различных видах танцевальных шагов, бега.**

*Шаги:* шаг с носка; шаги на полупальцах; приставной шаг в сторону; сценический шаг.

*Шаги в комбинации с хлопками.*

*Виды бега:* перескоки; ножницы; бег с отбрасыванием ног назад.

*Руки:* рука «левая» и «правая», положение рук на талии, перед грудью, положение рук в кулаки.

**Разминка по кругу и на середине зала (подготовительная часть занятия) - образные танцевальные миниатюры:** «Веселый паровозик»; «Путешествие по лесу» (шаги с носка, на полупальцах, на пятках, шаг с высоким подниманием колен); «Мы едем в цирк!» (различные виды бега, галоп).

**Строевые упражнения:** упражнение «ходьба по кругу друг за другом, врассыпную – круг,

построение в пары».

**Упражнения на развитие физических данных:** сокращение и вытягивание стоп, разворот в 1 позицию; «Бабочка» – для развития выворотности; упражнения «Рыбка», «Кораблик» для развития гибкости; в положении лежа на полу подъем ног на 90 градусов, броски.

**Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса, подвижности плечевых и локтевых суставов:**

подъем и опускание, круговые движения плеч «Незнайка»; круговые движения рук с работой кистей рук «Солнышко и тучка».

**Пальчиковая разминка:** «Бабушка очки надела и внучаток разглядела», «Тики-так, тики-так-так ходики стучат».

**Упражнения для развития подъема:** сокращение и вытягивание стоп.

**Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага:** сгибание и разгибание ног в коленях («Лягушка»); высокий подъем колен («Лошадка»); поперечный шпагат («Наши ножки разбежались»); прыжки на середине зала «Мячик», «Попрыгунчик», «Зайчик».

**Элементы партерной пластики:** упражнение для формирования выворотности стоп «Жучок»; упражнение для формирования правильной осанки «Куколки»; упражнение «Бабочка»; упражнение для подвижности позвоночника «Коробочка», «Корзиночка»; упражнение «Колечко»; упражнение для развития выворотности ног (в положении «Бабочка») - сидя и лёжа на спине; упражнение для развития выворотности ног (в положении «Лягушка») лёжа на животе.

**Форма контроля:** наблюдение

### **3. «Веселая игра» - музыкальные игры (18 часов).**

*Теория:*

«Кто быстрее» (на перестроение фигур); «Вышли мыши как-то раз...» (на закрепление исходного положения); «Грибники» (на быстроту реакции); «Солнышко» (на умение создать образ).

*Практика:* «Цветочные ворота»; танцевально-образные движения «Звероритмика» - движения имитирующие повадки зверей, птиц в соответствии с четверостишиями.

**Форма контроля:** наблюдение

### **4.«Школа маленького актёра» - активизация и развитие творческих способностей (18 часов).**

*Теория:*

Первоначальные упражнения для умения выражать свои эмоции: игра «Нахмурились - улыбнулись»; «Настроение» (времена года).

**Задание на импровизацию:** «Козлята»; «Бабочка»; «Заводная кукла»; «Гриб и зайчик»; «Ветер».

**Игровые этюды:** «Маленькие гномики», «Ежик по лесу бежал», «Серый слон».

**Форма контроля:** наблюдение

### **5.Постановочная работа (18 часов).**

*Практические занятия:*

Рисунок танца. Пространственные перестроения. Простые элементы танца. Изучение комбинаций из основных элементов.

Танец: «Губки бантиком», «С любовью к маме» (к празднику 8 Марта).

**Форма контроля:** наблюдение

### **6.Итоговые занятия (2 часа).**

*Теория:* задачи к открытому уроку.

*Практические занятия:*

Подготовка к открытому занятию. Открытое занятие. Итоговое занятие – подведение итогов работы за год.

**Форма контроля:** наблюдение

## **УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 2 года обучения**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1	1	-	Наблюдение
2.	Элементы классического танца.	21	3	18	Наблюдение

3.	Изоляция.	15	-	15	Наблюдение
4.	Ритмические упражнения на координацию движений.	21	4	17	Наблюдение
5.	Постановка, отработка концертных номеров.	12	2	10	Наблюдение
6.	Итоговое занятие.	2	-	2	Наблюдение
	<b>Итого:</b>	72	10	62	

## Содержание тем программы

### Тема 1. Вводное занятие (1час)

*Теория:* Знакомство с детьми. Введение в образовательную программу «Хореография», что мы будем изучать и зачем. Сведения о форме занятий, о требованиях к внешнему виду. Игра на знакомство. Разминка. Инструктаж «Правила поведения обучающихся в Доме детского творчества».

**Форма контроля:** наблюдение

### Тема 2 . Элементы классического танца (21час)

*Теория:* понятие «экзерсис» позиции рук и ног понятие «выворотность»  
*Практика:* Экзерсис на середине зала: demi plie grand plie battement tendu battement jete rond de jamb parter grand b. jete releves.

**Форма контроля:** наблюдение

### Тема 3. Изоляция (15часов)

*Практика:* Упражнения для различных частей тела: Голова - наклоны, повороты, круг, квадрат Плечи - подъём, опускание, вращение Грудная клетка – смещение по всем направлениям. Стопы – подъем и опускание.

**Форма контроля:** наблюдение

### Тема 4. Ритмические упражнения на координацию движений(21 час)

*Теория:* Объяснение правил ориентации в пространстве, повороты по точкам.

*Практика:* Изучение танцевальной комбинации на шагах с подскоками и поворотами (полуповороты, повороты, туры, развороты), в линии и по диагонали.

**Форма контроля:** наблюдение

### Тема 5. Постановка и отработка концертных номеров(12часов)

*Теория:* Образы в эстрадном номере и показ танцевальных связок и рисунка.

*Практика:* Разучивание и отработка техники исполнения движений концертных номеров.

**Форма контроля:** наблюдение

### Тема 6. Итоговое занятие(2часа)

*Практика:* Выступление на отчётном концерте, подведение итогов за учебный год.

**Форма контроля:** наблюдение

## Планируемые результаты реализации образовательной программы

### Предметные:

- обучить основным терминам, используемым в хореографии;
- научить правильно исполнять основные элементы классического экзерсиса;
- объяснить, как правильно держать осанку, подбородок и руки, при выполнении хореографических движений;
- научить исполнять хореографические композиции, поставленные педагогом, в соответствии с программой обучения;
- развивать навыки музыкально-ритмической координации, технику выполнения упражнений;
- научить исполнять танцевальные движения и элементы; развивать способность к творческому самовыражению;
- научить правильности выполнения техники упражнений.

- **Личностные:**
- развивать познавательный интерес к хореографии;
- научить пониманию причин успеха и не успеха в творческой деятельности;
- развивать способность к самооценке на основе критерия успешности деятельности;
- прививать основы социально ценных личностных и нравственных качеств: трудолюбие, организованность, добросовестное отношение к делу, инициативность, научиться быстро переключать внимание, проявлять такие качества, как терпение, аккуратность, научить общаться со своими сверстниками в коллективе.

#### **Метапредметные:**

- формировать чувство прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с хореографическим искусством;
- развивать эффективно и грамотно физические данные обучающихся.

## **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: 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;

индивидуальный подход к каждому обучающемуся с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

#### **Форма организации занятия:**

вводная часть (мини-беседы; настроенческие эмоциональные упражнения, спокойные музыкально-ритмические игры);

основная (содержательная часть);

рефлексия;

заключительная часть.

#### **Педагогические технологии, используемые на занятиях:**

*лично-ориентированное обучение:*

индивидуальная работа с целью дать индивидуальные рекомендации по коррекции недостатков и с целью индивидуальной проработки хореографических упражнений (например, в случае отставания ребёнка из-за продолжительного периода болезни и пропуска занятий);

работа с небольшими группами позволяет уделить внимание небольшой группе детей, в то же время дать отдохнуть другим;

*технология саморазвития:*

научить ребёнка видеть и уметь исправлять свои ошибки, развивая самостоятельность, ответственность;

*технология развивающего обучения:*

после того как дети освоили материал, переходим к усложнению программы. Все упражнения и движения проучиваются от простого к сложному и вытекают одно из другого, что ведет к качественному развитию, и переходу на новый уровень исполнительского мастерства;

*здоровьесберегающие технологии:*

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

#### **Дидактические материалы**

комплекс упражнений для развития физических данных;

музыкальный материал для занятия хореографией.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. – СПб., 1996.-256с.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Санкт-Петербург, 2000.-40с.
3. Гусев Г.П. Этюды. – М., 2004.-232с.
4. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов н/Д., 2003.-343с.
5. Усова О.В. Развитие личности ребёнка средствами хореографии. Татр Танца для детей 3-6 лет. Авторская программа. – Екатеринбург, 2001.
6. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. – М., 1984.-288с.
7. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2003.-256с.

### Интернет-ресурсы:

1. «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%82%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](http://dyagilev.arts.mos.ru/education_activities/programs/%D0%A0%D0%B8%D1%82%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)
2. «Хореография. Ансамбль песни и пляски имени В.С. Локтева. Начальная хореография для детей 3 – 6 лет» (Коротеев И.В., педагог дополнительного образования). [http://st.educom.ru/eduoffices/gateways/get\\_file.php?id=%7B1FADE7D2-D6AB-4857-BA5F-FE4172E60E1B%7D&name=0100-horeografiya.-ansambly-pesni-i-plyaski-im.-v.s.lokteva.-nach.hor.-dlya-det.-3-6-let.-oznakomit.hudog..pdf](http://st.educom.ru/eduoffices/gateways/get_file.php?id=%7B1FADE7D2-D6AB-4857-BA5F-FE4172E60E1B%7D&name=0100-horeografiya.-ansambly-pesni-i-plyaski-im.-v.s.lokteva.-nach.hor.-dlya-det.-3-6-let.-oznakomit.hudog..pdf)
3. [http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika\\_raboty\\_s\\_detmi\\_metodicheskoe\\_posobie\\_quot\\_ot\\_ritmiki\\_k\\_tancu\\_quot/2011-12-08-1-](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».
4. <http://www.chel-15.ru/horejgrafija.html>. Методические и дидактические разработки по хореографии.
5. <http://horeograf.ucoz.ru/blog>. Музыка для танцев, развивающие игры для детей, гимнастика в стихах, методические пособия для педагога – хореографа.
6. Все для хореографов <http://www.horeograf.com/>
7. Танцевальные игры. Сайт «Секреты Терпсихоры» <http://secret-terpsihor.com.ua>

Приложение 1

**Календарный учебный график**  
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы  
**«Хореография» 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	1	Вводное занятие. Знакомство с предметом. ТБ. ПДД. Игра на знакомство.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
2	Сентябрь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. музыкальный размер, темп	ЦРТДиЮ	Наблюдение
3	Сентябрь			Практическое занятие	1	Элементы танцевальных движений. Знакомство детей с элементами танцевальных движений.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
4	Сентябрь			Практическое занятие	1	Партерная гимнастика Понятие «партер» и значение.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
5	Сентябрь			Практическое занятие	1	Знакомство с элементами партерной гимнастики. Танцевальная разминка	ЦРТДиЮ	Наблюдение
6	Сентябрь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Ориентировка в пространстве.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
7	Октябрь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и выполнение хореографических этюдов.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
8	Октябрь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Основные понятия: музыка, темп, такт.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
9	Октябрь			Практическое занятие	1	Знакомство детей с элементами танцевальных движений	ЦРТДиЮ	Наблюдение
10	Октябрь			Практическое занятие	1	Знакомство детей с элементами танцевальных движений	ЦРТДиЮ	Наблюдение
11	Октябрь			Практическое занятие	1	Знакомство детей с элементами танцевальных движений	ЦРТДиЮ	Наблюдение
12	Октябрь			Практическое	1	Танцевальная разминка. Партерная	ЦРТДиЮ	Наблюдение

				занятие		гимнастика.		
13	Октябрь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
14	Октябрь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
15	Ноябрь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
16	Ноябрь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
17	Ноябрь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика	ЦРТДиЮ	Наблюдение
18	Ноябрь			Практическое занятие	1	Первоначальные упражнения для умения выражать свои эмоции: игра «Нахмурились – улыбнулись»	ЦРТДиЮ	Наблюдение
19	Ноябрь			Практическое занятие	1	«Маленький актёр» - активация и развитие творческих способностей. Упражнение на импровизацию «Радость».	ЦРТДиЮ	Наблюдение
20	Ноябрь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
21	Ноябрь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
22	Ноябрь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Знакомство с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
23	Ноябрь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
24	Ноябрь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
25	Декабрь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Движения под музыку,	ЦРТДиЮ	Наблюдение

						выполнение ритмических упражнений .		
26	Декабрь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
27	Декабрь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
28	Декабрь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Выполнение упражнений по ориентации в пространстве.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
29	Декабрь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Выполнение упражнений по ориентации в пространстве.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
30	Декабрь			Практическое занятие	1	Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
31	Декабрь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Выполнение тренировочных упражнений на полу.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
32	Декабрь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Выполнение тренировочных упражнений на полу.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
33	Январь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
34	Январь			Практическое занятие	1	Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
35	Январь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
36	Январь			Практическое занятие	1	Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
37	Январь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Отработка танцевального номера	ЦРТДиЮ	Наблюдение
38	Январь			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Постановка танцевального номера. Работа	ЦРТДиЮ	Наблюдение

						над репертуаром.		
39	Февраль			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Отработка танцевального номера. Работа над репертуаром.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
40	Февраль			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Отработка танцевального номера. Работа над репертуаром.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
41	Февраль			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
42	Февраль			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Танцевальные этюды..	ЦРТДиЮ	Наблюдение
43	Февраль			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
44	Февраль			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
45	Февраль			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
46	Февраль			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка. Танцевальные этюды.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
47	Март			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
48	Март			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
49	Март			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
50	Март			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Танцевальные этюды.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
51	Март			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.	ЦРТДиЮ	Наблюдение

				занятие		гимнастика.		
52	Март			Практическое занятие	1	Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
53	Март			Практическое занятие	1	Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Работа над репертуаром.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
54	Март			Практическое занятие	1	Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
55	Апрель			Практическое занятие	1	Партерная гимнастика. Работа над репертуаром.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
56	Апрель			Практическое занятие	1	Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений	ЦРТДиЮ	Наблюдение
57	Апрель			Практическое занятие	1	Партерная гимнастика. Работа над репертуаром.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
58	Апрель			Практическое занятие	1	Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Работа над репертуаром.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
59	Апрель			Практическое занятие	1	Партерная гимнастика. Работа над репертуаром.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
60	Апрель			Практическое занятие	1	Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Работа над репертуаром.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
61	Апрель			Практическое занятие	1	Партерная гимнастика. Работа над репертуаром.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
62	Апрель			Практическое занятие	1	Партерная гимнастика. Творческие задания на создание индивидуальных танцевальных композиций.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
63	Май			Практическое занятие	1	Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
64	Май			Практическое занятие	1	Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных	ЦРТДиЮ	Наблюдение

						комбинаций.		
65	Май			Практическое занятие	1	Партерная гимнастика. Работа над репертуаром.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
66	Май			Практическое занятие	1	Партерная гимнастика. Работа над репертуаром.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
67	Май			Практическое занятие	1	Партерная гимнастика. Творческие задания на создание индивидуальных танцевальных композиций.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
68	Май			Практическое занятие	1	Партерная гимнастика. Творческие задания на создание индивидуальных танцевальных композиций.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
69	Май			Практическое занятие	1	Партерная гимнастика. Работа над репертуаром.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
70	Май			Практическое занятие	1	Подготовка к итоговому занятию. Отработка танцевальных номеров.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
71	Май			Практическое занятие	1	Рисунок танца. Пространственные перестроения.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
72	Май			Практическое занятие		Итоговое занятие.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
Всего по программе					72			

**Календарный учебный график**  
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы  
**«Хореография» 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	1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
2	Сентябрь			Практическое занятие	1	Элементы классического танца. Постановка корпуса, ног, рук и головы.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
3	Сентябрь			Практическое занятие	1	Элементы классического танца. Позиции ног – I, II, III, V.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
4	Сентябрь			Практическое занятие	1	Элементы классического танца. Позиции рук – подготовительное положение; 1, 2, 3 позиции рук.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
5	Сентябрь			Практическое занятие	1	Элементы классического танца. Demi-pliés – по I, II и V позициям.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
6	Сентябрь			Практическое занятие	1	Элементы классического танца. Grand pliés по I, II, и V позициям.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
7	Октябрь			Практическое занятие	1	Элементы классического танца. Battements tendus из I позиции, после усвоения из V позиции: в сторону, вперед, назад.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
8	Октябрь			Практическое занятие	1	Элементы классического танца. Plié-soutenus - в сторону, вперед, назад.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
9	Октябрь			Практическое занятие	1	Элементы классического танца. Battements tendus jetés из I и V позиции в сторону, вперед, назад.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
10	Октябрь			Практическое занятие	1	Элементы классического танца. Demi-	ЦРТДиЮ	Наблюдение

				занятие		rond de jambe и rond de jambe par terre en dehors и en dedans (вначале объясняется понятие en dehors и en dedans).		
11	Октябрь			Практическое занятие	1	Элементы классического танца. Положение sur le cou de pied – спереди, сзади и обхватное.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
12	Октябрь			Практическое занятие	1	Упражнения на умение выражать свои эмоции: «На что похоже мое выражение лица» .	ЦРТДиЮ	Наблюдение
13	Октябрь			Практическое занятие	1	Ритмические упражнения на координацию движений. Ходьба и бег по ориентирам.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
14	Октябрь			Практическое занятие	1	Упражнения на умение выразить свои эмоции: «Золотые капельки».	ЦРТДиЮ	Наблюдение
15	Ноябрь			Практическое занятие	1	Музыкальная игра на обогащение представлений об окружающем мире : «Танцуем сидя» «игра-повторялка»	ЦРТДиЮ	Наблюдение
16	Ноябрь			Практическое занятие	1	Ритмические упражнения на координацию движений. Построение и перестроение.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
17	Ноябрь			Практическое занятие	1	Ритмические упражнения на координацию движений. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
18	Ноябрь			Практическое занятие	1	Музыкальная игра на развитие чувства ориентации в пространстве: «Трансформер»	ЦРТДиЮ	Наблюдение

19	Ноябрь			Практическое занятие	1	Ритмические упражнения на координацию движений. Упражнения на расслабление мышц.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
20	Ноябрь			Практическое занятие	1	Упражнения на умение выражать свои эмоции: «Цветок».	ЦРТДиЮ	Наблюдение
21	Ноябрь			Практическое занятие	1	Ритмические упражнения на координацию движений. Упражнения для кистей рук.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
22	Ноябрь			Практическое занятие	1	Ритмические упражнения на координацию движений. Координация рук и ног совместно.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
23	Ноябрь			Практическое занятие	1	Музыкальная игра на снятие внутреннего зажима, высвобождение чувств: «Стоп-кадр».	ЦРТДиЮ	Наблюдение
24	Ноябрь			Практическое занятие	1	Упражнения на импровизацию: «Перышко» и др.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
25	Декабрь			Практическое занятие	1	Ритмические упражнения на координацию движений.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
26	Декабрь			Практическое занятие	1	Ритмические упражнения на координацию движений. Партерная гимнастика - основные элементы в положении: сидя, лежа на спине.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
27	Декабрь			Практическое занятие	1	Музыкальная игра на вхождение в контакт и взаимодействие в группе: «Цепочка»	ЦРТДиЮ	Наблюдение
28	Декабрь			Практическое занятие	1	Упражнения на импровизацию «Бабочка».	ЦРТДиЮ	Наблюдение
29	Декабрь			Практическое занятие	1	Ритмические упражнения на	ЦРТДиЮ	Наблюдение

				занятие		координацию движений. Игры на координацию в зале.		
30	Декабрь			Практическое занятие	1	Упражнения на импровизацию «Ветер».	ЦРТДиЮ	Наблюдение
31	Декабрь			Практическое занятие	1	Ритмические упражнения на координацию движений. Партерная гимнастика - элементы упражнений для подготовки к растяжке.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
32	Декабрь			Практическое занятие	1	«Школа маленького актёра» Игровой этюд: «Маленькие гномики».	ЦРТДиЮ	Наблюдение
33	Январь			Практическое занятие	1	Музыкальная игра на развитие чувства быстрой реакции: «Ищем друга»	ЦРТДиЮ	Наблюдение
34	Январь			Практическое занятие	1	Ритмические упражнения на координацию движений. Упражнения на равновесие с подскоком (подготовка к подскоку).	ЦРТДиЮ	Наблюдение
35	Январь			Практическое занятие	1	Ритмические упражнения на координацию движений. Упражнения на движение по залу (в кругу, диагонали, линии).	ЦРТДиЮ	Наблюдение
36	Январь			Практическое занятие	1	«Школа маленького актёра» Игровой этюд: «Качели»	ЦРТДиЮ	Наблюдение
37	Январь			Практическое занятие	1	Музыкальная игра на стимулирование общения в парах, развитие способности взаимопонимания: «Энергичная парочка»	ЦРТДиЮ	Наблюдение
38	Январь			Практическое занятие	1	Ритмические упражнения на координацию движений. Партерная	ЦРТДиЮ	Наблюдение

						гимнастика - растяжка.		
39	Февраль			Практическое занятие	1	Музыкальная игра на развитие ориентации в пространстве: «Крылья»	ЦРТДиЮ	Наблюдение
40	Февраль			Практическое занятие	1	Постановка, отработка концертных номеров.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
41	Февраль			Практическое занятие	1	«Школа маленького актёра» Игровой этюд: «Лисичка подслушивает»	ЦРТДиЮ	Наблюдение
42	Февраль			Практическое занятие	1	Постановка, отработка концертных номеров.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
43	Февраль			Практическое занятие	1	Музыкальная игра на развитие возможностей самовыражения: «Лебединое озеро»	ЦРТДиЮ	Наблюдение
44	Февраль			Практическое занятие	1	Постановка, отработка концертных номеров.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
45	Февраль			Практическое занятие	1	«Школа маленького актёра» Игровой этюд: «Серый слон».	ЦРТДиЮ	Наблюдение
46	Февраль			Практическое занятие	1	Музыкальная игра на умение экспериментировать с движением, на осознание своего танцевально-экспрессивного стереотипа: «Веселый поход»	ЦРТДиЮ	Наблюдение
47	Март			Практическое занятие	1	Ритмические упражнения на координацию движений. Постановка танца: прослушивание музыки.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
48	Март			Практическое занятие	1	Постановка, отработка концертных номеров.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
49	Март			Практическое занятие	1	Музыкальная игра на развитие чувства сплоченности: «Танцуют все»	ЦРТДиЮ	Наблюдение

50	Март			Практическое занятие	1	«Школа маленького актёра» Игровой этюд: «Круговая пляска»	ЦРТДиЮ	Наблюдение
51	Март			Практическое занятие	1	Ритмические упражнения на координацию движений. Музыкально-ритмические игры: упражнения, игры и темп.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
52	Март			Практическое занятие	1	Музыкальная игра на исследование взаимного принятия друг друга и вхождения в контакт: «Разрешите пригласить».	ЦРТДиЮ	Наблюдение
53	Март			Практическое занятие	1	Постановка, отработка концертных номеров.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
54	Март			Практическое занятие	1	«Школа маленького актёра» Игровой этюд: «Веселый поезд»	ЦРТДиЮ	Наблюдение
55	Апрель			Практическое занятие	1	Ритмические упражнения на координацию движений. Постановка танца: танцевальные элементы.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
56	Апрель			Практическое занятие	1	Ритмические упражнения на координацию движений. Партерная гимнастика: упражнения, укрепляющие мышцы спины и развивающие подъем стопы.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
57	Апрель			Практическое занятие	1	Ритмические упражнения на координацию движений. Упражнение для развития шеи и плечевого пояса.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
58	Апрель			Практическое занятие	1	Постановка, отработка концертных номеров.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
59	Апрель			Практическое занятие	1	«Школа маленького актёра» Игровой этюд: «Круговая пляска»	ЦРТДиЮ	Наблюдение

				занятие		этюд: «Я по городу иду»		
60	Апрель			Практическое занятие	1	Ритмические упражнения на координацию движений. Танцевальные элементы: танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки – отработка.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
61	Апрель			Практическое занятие	1	Постановка, отработка концертных номеров.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
62	Апрель			Практическое занятие	1	Постановка, отработка концертных номеров.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
63	Май			Практическое занятие	1	Постановка, отработка концертных номеров.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
64	Май			Практическое занятие	1	Ритмические упражнения на координацию движений. Изучение различного вида шагов с руками, находящимися в положении «ладони на талии».	ЦРТДиЮ	Наблюдение
65	Май			Практическое занятие	1	«Школа маленького актёра» Игровой этюд: «Чебурашка»	ЦРТДиЮ	Наблюдение
66	Май			Практическое занятие	1	Ритмические упражнения на координацию движений. Партерная гимнастика: упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса и для развития плечевого сустава и рук.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
67	Май			Практическое занятие	1	Ритмические упражнения на координацию движений. Музыкально-ритмические игры: упражнения, игры и темп.	ЦРТДиЮ	Наблюдение

68	Май			Практическое занятие	1	Постановка, отработка концертных номеров.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
69	Май			Практическое занятие	1	«Школа маленького актёра» Игровой этюд: «Часики»	ЦРТДиЮ	Наблюдение
70	Май			Практическое занятие	1	Постановка, отработка концертных номеров.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
71	Май			Практическое занятие	1	Постановка, отработка концертных номеров.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
72	Май			Практическое занятие		Итоговое занятие.	ЦРТДиЮ	Наблюдение
Всего по программе					72			