

Раздел №1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Искусство танца» имеет художественную направленность, стартовый уровень, составлена на основе:

1. Федерального Закона РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона от 19.12.2023 № 618-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся») (далее - ФЗ № 273);
2. Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.06.2022г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Приказа Министерства Просвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
4. Приказа Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
5. Распоряжения Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
6. Распоряжения Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
7. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N 28 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»(далее СП 2.4.3648-20);
8. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
9. Письма Минобрнауки РФ от 11.12.2006 №06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;

10. Паспорта федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07 декабря 2018 г., протокол № 3);
11. Устав МБОУ ДО ДД(Ю)Т г. Ишимбай МР ИР РБ от 15.03.2021г.

Методических рекомендации:

1. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015 г.) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);
2. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (разработанные ГАУ ДПО Региональный методический центр дополнительного образования Республики Башкортостан г. Уфа 2022г.)

Введение.

Данная программа реализуется в МБОУ ДО ДД(Ю)Т по адресу: 453211, Республика Башкортостан, р-н Ишимбайский, г. Ишимбай, проспект Ленина 22.

Танцевальное искусство с незапамятных времен занимало в жизни человека важное место. создаваясь на протяжении многих столетий, танец стал подлинно художественной энциклопедией. Искусство танца – это синтез эстетического и физического развития человека.

В основе данной программы лежит ритмическое воспитание, техники классического танца, русского народного и современного танца (модерн-джаз, импровизация и техник «работы» с полом).

Ритмика – развитие у детей чувства ритма в хореографии очень важно, это помогает сделать танец гармоничным, красивым, зрелищным. Занятия с элементами ритмики являются прекрасным способом развития слуха, памяти, помогают выявлению творческих задатков учеников, знакомят с некоторыми теоретическими основами музыки, развивают чувство ритма. На занятиях происходит всестороннее обучение ребенка на основе гармоничного сочетания музыкального, двигательного, физического и интеллектуального развития.

Изучение элементов *народно-сценического танца* совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа. Кроме того, это позволяет учащимся овладеть разнообразием танцевальных стилей, манерой исполнения танцев русских народов, в значительной степени расширяют и обогащают их кругозор. Формируют уважение к культуре и традициям различных народов, улучшают и обогащают исполнительские навыки и возможности.

Классический танец - является фундаментом для освоения всего комплекса танцевальных дисциплин. Он развивает физические данные детей,

укрепляет мышцы и сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной постановки корпуса, координацию и танцевальность. Классический танец является источником высокой исполнительской культуры - в этом его значение и значимость.

Эстрадный танец – является отправной точкой в получении первых танцевальных навыков в любом возрасте, он понятен и комфортен для изучения, помогает сделать плавный переход от непосредственного детского танца к современной хореографии. В этом стиле идет смешение различных танцевальных направлений. В нем можно бесконечно сочинять, варьировать, учитывая возможности детей и их уровень подготовки.

Модерн – джаз – энергичный и выразительный, образный танец, который взял все самое лучшее с джазовой хореографии и модерна, к тому же он заметно улучшает координацию и ритмичность. Слияние *джаза, модерна и классической* хореографии дало рождение совершенно нового танцевального направления, которое получило название «modern- jazz». Джазовый танец уходит своими корнями в Африку и был создан африканцами, а в основе техники лежит негритянский фольклор, который постепенно смешался с танцами других эмигрантов, проживающих на территории США. Основным принципом джазового танца является импровизация. В модерне же имеет значение внутреннее наполнение движения, четкость линий, умение работать с дыханием. Подготовленное, техникой танца модерн- джаз, тело танцора сильное, гибкое, пластичное, выносливое. Стандартное поведение, стандартная реакция, стандартные поступки- это то к чему нас приучали в течение всей жизни. Джаз-модерн это всё меняет...

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям, а также стоят задачи патриотического воспитания детей, что *является актуальным всегда*. Также получение общего эстетического, морального и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений для человека и формирует его художественное «я», воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста, поэтому танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом всех необходимых знаний, навыков и умений детей на определенном этапе изучения, и навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий, что помогает успешному выполнению требований Программы.

Направленность программы –художественная, стартовый уровень.

Новизна программы.

Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, обусловлено современным социальным заказом и задачами художественного воспитания, формирующего у обучающихся творческие способности, эстетический вкус, помогает всестороннему развитию личности, а также помогает в решении задач патриотического

воспитания учащихся.

Программа адаптирована и рассчитана на работу с детьми без специального отбора, но включает в себя методы преподавания в школах искусств. Использование опыта знаменитых педагогов - А.Я Ваганова, Г.П. Гусев, И.В. Лифец, а также многих других, что дает возможность ученикам объединения овладеть базовыми навыками и основами танцевального мастерства.

Педагогическая целесообразность программы заключается в практической возможности взаимосвязи и реализации принципов обучения, воспитания и развития. Создания условий для социального, культурного совершенствования и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности учащегося. Движение и музыка одновременно влияют на ребенка и формируют его эмоциональную сферу, координацию, артистичность, воздействуют на двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную и моторную память.

Отличительная особенность программы заключается в том, что она комплексная и представляет собой синтез классической, народной и современной хореографии, а также уделяется внимание развитию физических данных танцора и ритмическому воспитанию.

Объем и срок освоения программы.

Общее количество часов – 144.

Режим занятий: исходит из реальных потребностей младших и средних школьников в общении, познании и двигательной активности.

Продолжительность одного академического часа - 45 мин.

Перерыв между учебными занятиями – 10 минут.

Общее количество часов в неделю – 4 часа.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

Форма организации деятельности:

- фронтальная (работа со всеми одновременно);
- групповая (разделение детей на группы для выполнения определённой работы);
- при отработке технических действий часто применяется индивидуальная форма занятий (ребёнку даётся самостоятельное задание с учётом его возможностей).

Форма обучения: очное обучение, групповые практические и теоретические занятия, опросы, беседы, участие в массовых мероприятиях, открытых занятиях.

Принцип формирования и наполняемости групп (количество учащихся в каждой учебной группе определяется в соответствии с уставом учреждения, санитарно-гигиеническими требованиями к данному виду деятельности) – до 15 детей в группе.

В группе могут заниматься все желающие, допущенные врачом к занятиям хореографией.

Формы организации учебного занятия: программа

предусматривает изучение теоретического материала, проведение практических занятий по общей физической подготовке, игровые комплексы.

Основной формой организации учебной работы является занятие. Любое хореографическое занятие строится по общепринятой структуре и состоит из 3-х частей:

- вводной (или подготовительной),
- основной,
- заключительной.

Эти части имеют свои особенности и содержание в зависимости от хореографического жанра, специфики его преподавания и возрастной категории обучаемых. Подготовительная часть включает построения, поклон и разминку, способствующую разогреву мышц, суставов, связок.

Основная часть делится на две составляющие: тренировочную и танцевальную.

Составляющая тренировочная предусматривает тренаж на основе какого-либо танцевального направления (классический танец, народный танец и др.) Это означает – изучение элементов, упражнений, их сочетаний, поз, гимнастические упражнения, упражнения на развитие данных танцора и т.д., их детальная отработка. Составляющая танцевальная – это изучение различных комбинаций, этюдов, композиций на основе любого танцевального направления, отработка техники и манеры исполнения в них, подготовка, составление из них танцевальных номеров.

Заключительная часть предполагает подведение итогов урока, расслабление мышечно-связочного аппарата. Танцевальные занятия в основном являются практическими и сопровождаются словесными объяснениями и наглядным показом, примерами. Изучение теоретического материала проводится в процессе практических занятий в форме беседы, рассказа или презентаций.

Особенности реализации образовательного процесса.

В период приостановки образовательной деятельности в связи с ростом заболеваемости населения вирусными инфекциями образовательный процесс организуется с применением дистанционных технологий.

Адресат программы. В объединение эстрадной хореографии «Овация» по дополнительной общеобразовательной программе «Искусство танца» принимаются все желающие дети в возрасте от 7 до 12 лет, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий хореографией.

В связи с анатомо-физиологическими и психологическими особенностями растущего организма школьный возраст подразделяется на несколько периодов. Некоторые из них:

- а) младший школьный возраст – от 7 до 9 лет (1-3 классы);
- б) средний школьный возраст – от 10 до 14 лет (4 -7 классы);

В каждой из этих возрастных групп используются различные средства и методы физического воспитания.

Младший школьный возраст – от 7 до 10 лет, ознакомительный, нацелен на изучение танцевальных основ, развитие физических данных, изучение базовых гимнастических и акробатических элементов. Формирует у младших школьников волевые качества, дисциплину, ответственность, умение работать в команде.

Средний школьный возраст – от 10 до 14 лет, базовый. Реализует принцип преемственности в обучении, предполагая усложнение танцевального материала для дальнейшего развития. У детей среднего школьного возраста отмечается повышенная возбудимость и, как следствие, быстрая утомляемость, раздражительность, несдержанность, наблюдается временное ухудшение координации движений (к концу подросткового периода она улучшается), а также замедление развития способности к запоминанию движений, особенно у девочек. Вместе с тем процесс запоминания движений приобретает все более аналитический характер. В этот период педагогически правильно временно ограничить обучение новым сложным движениям и заняться улучшением и закреплением уже освоенных двигательных навыков, а также заняться общей физической подготовкой.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы – обучающая и воспитательная работа, с целью подготовки юных танцоров, создания условий для формирования танцевальной культуры средствами хореографии, а также всестороннее развитие личности детей.

Задачи программы.

Образовательные (предметные):

- изучить различные базовые танцевальные элементы;
- овладеть базовыми терминами начальной танцевальной подготовки;
- сформировать навык музыкального движения;
- научить концентрации внимания на уроках;
- обучить навыкам ориентации в пространстве во время исполнения танца;
- формировать тягу к здоровому образу жизни.

Мета-предметные задачи:

- развить чувство ритма и музыкальность;
- развить специальные двигательные качества, позволяющие выполнять движения в заданном сочетании, ритме, темпе;
- развить физические данные: выносливости, гибкости, выворотности, длину шага, координацию, устойчивость, ловкость и силу.
- способствовать общекультурному и эстетическому развитию обучающихся;
- развить творческое и логическое мышление, творческое воображение и способности;
- научиться ставить перед собой цели и определять задачи.

Личностные задачи:

- сформировать деловые, личностные качества (ответственность, пунктуальность, дисциплина, аккуратность);

- развить волевые качества личности: целеустремлённость, трудолюбие, упорство;
- сплотить коллектив, построить в нем отношения на основе взаимопомощи и сотрудничества;
- способствовать формированию внутренней мотивации к танцевальной деятельности.

После прохождения обучения по данной программе, каждый ученик приобретает стартовый уровень знаний по хореографии, у него улучшаются уровень физического развития, формируются базовые танцевальные навыки и специальные умения. Далее обучающиеся могут перейти на изучение других программ по данной направленности или перейти на другую, реализуемую в данной организации.

1.3. Содержание программы.

Учебный план первого года обучения.

№	Наименование разделов	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
	Раздел №1. Введение в программу				
1	Вводное занятие: инструктаж по ТБ. Требование к занятиям, организация, питание, тело танцора.	2	2	-	Беседа, устный опрос
Раздел №2. Гимнастика и ритмика					
2	Развитие физических данных	22	2	20	Выполнение упражнений
3	Основы музыкальной грамоты	10	2	8	Выполнение заданий, наблюдение
4	Навыки выразительного движения: виды шагов, прыжков, бега.	16	2	14	Выполнение упражнений, наблюдение
5	Построения, упражнения спредметом	10	2	8	Выполнение упражнений, наблюдение
6	Промежуточная аттестация	2	-	2	Открытое занятие, практический показ
Раздел №3. Танец					
7	Водное занятие, инструктаж ТБ. Танцевальные направления.	2	1	1	Беседа, устный опрос
8	Подготовка к современному танцу	26	2	24	Выполнение танцевальных элементов и упражнений
9	«Азбука» акробатических элементов	16	2	14	Выполнение упражнений, наблюдение
10	Основы народного танца	22	2	20	Выполнение упражнений
11	Пластическая выразительность и импровизация.	14	1	13	Наблюдение
12	Итоговое занятие	2	-	2	Практический показ
	Всего	144	18	126	

Содержание учебного плана первого года.

Раздел №1 Введение в программу.

Тема 1. Вводное занятие.

Теория. Знакомство с учащимися, программой. Инструктаж по технике безопасности. Положение рук и ног в танце. Точки класса.

Раздел №2. Развитие физических данных и ритмика.

Тема 2. Развитие физических данных

Теория. Техника выполнения упражнений.

Практика. Упражнения для подвижности и силы стоп. Упражнения для развития выворотности тазобедренного сустава и силы бедра. Упражнения для развития амплитуды шага. Упражнения для развития гибкости и силы мышц спины. Укрепление мышц брюшного пресса. Упражнения для развития устойчивости.

Тема 3. Основы музыкальной грамоты.

Теория. «Город музыки»- знакомство с целью предмета.

Практика: Длинные и короткие звуки. Темп. Вступление. Динамические оттенки. Пульс. Характер музыки. Быстро и медленно. Музыкальная фраза. Пауза, развитие умения прекращать движение с остановкой музыки. Канон. Музыкальные размеры. Длительности нот четвертные и восьмые. Ритмические рисунки (интуитивное восприятие).

Тема 4. Навыки выразительного движения.

Теория. Техника исполнения движений. Позиции ног 2,4,6. Положения рук на пояс, за спиной, парная.

Практика. Виды шага: с носка, на пятках, марш, на полу-пальцах, полу-пальцы с высоким коленом, кошачий мягкий шаг. Виды бега сценический с захлестом, с высоким коленом, на полупальцах, с выбросом ног вперед. Прыжки: по 6 и 2 позиции, с ноги на ногу, вперед-назад- в право-лево. Подскоки. Галоп. Комбинация с использованием шагов, прыжков, подскоков. Plie. Releve. Passe. Battment tandy. Бросание и удержание ног в выворотном положении сидя и лежа.

Тема 5. Построения и упражнения с предметом.

Теория. Что такое танцевальный рисунок? «Орнаментальный танец.»

Практика. Точки класса, прыжки в повороте по точкам. Линейный рисунок: линии, шеренгу, колонну, по одному. Из колонны по одному, в пары и обратно. В колонну по одному, два, три и четыре человека. Диагональные построения: 1,2 диагонали. Круг- 1,2, сужение и расширение. Свободное размещение. Из троек и четверок в кружочки и звездочки. В парах, обход партнера по кругу.

Тема 6. Промежуточная аттестация.

Практика: Практический показ.

Раздел №3. Танец.

Тема 7. Вводное занятие.

Теория: Инструктаж ТБ, Знакомство с эстрадным танцем.

Практика: Разминка.

Тема 8. Подготовка к современному танцу.

Теория. Методики исполнения танцевальных элементов.

Практика. Поклон. Разминка. Drop. Свинги руками. Перекаты и кувырки в партере. Прыжок с «колен». Комбинация в партере №1. Вращения по линиям, подготовка. Комбинация на координацию №2. Прыжки по 1 прямой позиции с поворотом. Комбинация «Червяки» №3.

Тема 9. Азбука акробатических элементов.

Теория История развития акробатики. Правила выполнения акробатических элементов.

Практика. «Перекаты» (боковые, на спине). Группировка. Упор на руки «планка передняя». Кувырки вперед и назад через плечо. Полу-шпагат продольный. «Мосты». Шпагат поперечный. «Стойки» (на лопатках, на руках у стены, на голове с опорой). Равновесия. «Колесо». Шпагат продольный.

Тема 10. Основы народного танца.

Теория. Знакомство с предметом и его целями «Искусство танца».

Секреты русского хоровода. Методика исполнения танцевальных элементов.

Практика. Основные позиции рук и ног. Обращение с платочком. Положения рук в парах. Положения корпуса и головы. Поклон.

Основные виды шагов в русском танце. Переменные шаги. Танцевальный бег. Ходы в русском танце. Подготовка к дробям. Притопы 1,2,3. Удары стопой в повороте по точкам. Дроби. «Гармошка» и «елочка». «Припадание». «Ковырялочка», подготовка. «Веребочка», подготовка. «Моталочка», подготовка. «Молоточки». «Хлопки и хлопущки». Прыжки малые. Вращения, подготовка. «Ключ» дробный.

Тема 11. Пластическая выразительность и импровизация.

Теория: Правила поведения на сцене, в зале, сценическая деятельность.

Практика: Упражнения на развитие ритма и навыков взаимодействия в коллективе. Задания на внимание координацию и построения. Задания на внимание, синхронное исполнение и ориентацию. Комплекс упражнений «Зеркало». Упражнения, основанные на народных играх. Импровизация с предметом. Борьба с зажимами. Работа над вниманием (ритмические тренинги). Развитие фантазии. Предлагаемые обстоятельства. Логическое восприятие. Творческие способности. Эмоции.

Тема 12. Итоговое занятие.

Практика. Отчетное занятие.

1.4. Планируемые результаты.

К концу реализации дополнительной общеобразовательной программы «Искусство танца» учащиеся получают:

Предметные результаты:

- знать основы техники выполнения базовых танцевальных элементов и их названия;
- знать технику выполнения гимнастических упражнений и элементов акробатики;
- виды танцевальных направлений: русский народный, современный танец, основы ритмики и гимнастики;

- сформировать понятие о здоровом образе жизни;
- научиться последовательно выполнять упражнения для развития физических данных, гимнастических упражнения для разогрева;
- историю развития танцевальных направлений: современный и народный танец, историю зарождения акробатики;
- правила техники безопасности: при выполнении акробатических и гимнастических упражнений, в классе, на концертах, за сценой.

Мета- предметные результаты:

- осуществлять первоначальный контроль своего участия на занятии и во всех видах гимнастических упражнений;
- сотрудничать с педагогом, ставить новые учебные задачи;
- ориентироваться в информационном материале предмета гимнастики, (основные теоретические понятия);
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- следить за действиями других участников в учебном процессе;
- сформировать устойчивый интерес к танцевальной деятельности.

Личностные результаты:

- развили эмоциональную отзывчивость детей к различным танцевальным направлениям, формировать основы эстетического восприятия;
- развили творческие способности у детей;
- повысить самооценку, уверенность, умение держаться перед большой аудиторией;
- участвовать в коллективном исполнении движений, композиций, вовремя начинать и заканчивать движение;
- учащиеся научатся организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками: определять цели, распределять функции и роли участников;
- работать в группе: находить общее решение и разрешать конфликты.

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Искусство танца» на 2025/2026 учебный год

Год обучения, группа	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дне	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения 1 группа	10.09.2025	29.05.2026	36	72	144	2 раза по часа 2
1 год обучения 2 группа	09.09.2025	26.05.2025	36	72	144	2 раза по часа 2

Промежуточная аттестация:

группа №1 – Практическая работа, выполнение упражнений, опрос.
19.12.2025 г. 15:00-16:40.

Группы № 2 - Практическая работа, выполнение упражнений, опрос.
23.12.2025 г. 13:30-15:10

Итоговое занятие:

Группа № 1- Итоговое занятие. 22.05.2026г. - 15:00-16.40.

Группа № 2 – Итоговое занятие 19.05.2026 г. - 13:30-15:10.

Календарный учебный график– Приложение 1.

2.2. Условия реализации программы.

Материально-технические условия:

1. Необходимым условием для реализации программы является наличие танцевального зала - площадь которого должна быть не меньше 4 кв. м. на одного занимающегося в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами СанПиН.
2. Раздевалка.
3. Перечень оборудования:
Коврики гимнастические;
Станок хореографический;
Скакалки гимнастические (длина не менее 3м);
Зеркала.
Спортивный мат.
4. Технические средства:
Музыкальный центр;
Доска информационная;
Дидактические материалы:
Методические пособия по гимнастике;
Сборники музыки.
5. Тренировочная форма для занятий.

На занятия, обучающиеся должны быть одеты:

Девочки - гимнастические купальники или однотонные футболки (единого

цвета для группы) облегающего кроя без рисунка, лосины черные, носки, балетки;

Мальчики- не широкая футболка единого цвета без рисунка, спортивные шорты или не широкое спортивное трико (без рисунка), носки, чешки.

Кадровое обеспечение: по программе может работать педагог дополнительного образования со средним или высшим педагогическим образованием, владение профессиональным знаниями по хореографии, прошедший курсы повышения квалификации.

Приветствуются личные качества:

- коммуникабельность и умение находить общий язык как с детьми, так и с взрослыми, что только способствует эффективным занятиям;
- терпеливость и ответственное отношение к каждому ученику;
- способный вовлечь в работу и сделать процесс увлекательным;
- творческий и оптимистичный подход к учебному процессу, способный вовлечь учеников.

2.3. Формы аттестации и контроля учащихся:

Входная диагностика проводится в сентябре. Для детей первого года обучения, с целью выявления исходного уровня умений и возможностей детей и определения уровня физической подготовленности, а также наличия или отсутствия видимых нарушений осанки и проблем со стопой (сильно выраженные косолапие, вальгусная или варусная деформация стопы, «Х» или «О»-образные ноги). Для детей второго и последующих годов обучения, с целью оценки уровня остаточной физической подготовки после летних каникул (уменьшения/увеличения растяжки, гибкости, силы и выносливости). Проводится в форме - педагогического наблюдения.

Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств обучающихся. Он проводится в различных формах: педагогическое наблюдение, устного опроса, беседы, анализ на каждом занятии педагогом и учащимися качества выполнения упражнений и приобретенных навыков общения.

Промежуточный контроль предусмотрен в конце полугодия, с целью выявления уровня освоения программы обучающимися и корректировки процесса обучения. В качестве промежуточного контроля применяются такие его формы как опросы учащихся и практические занятия, где дети показывают полученные навыки при самостоятельном исполнении учебных упражнений и этюдов.

Итоговый контроль призван показать оценку уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеразвивающей программы по завершению обучения. Проводится в форме показательных выступлений.

Формы подведения итогов реализации: главным результатом реализации программы является: улучшение общей физической формы, и развитие специальных физических возможностей и умений, умение держаться на публике, умение импровизировать в танце, участие детей в концертах с

танцевальными номерами. Главным критерием оценки учащегося является не столько его талантливость, сколько его способность трудиться, способность упорно добиваться нужного результата, желание овладеть всеми секретами танцевального искусства.

Промежуточная аттестация и итоговые занятия- открытые занятия, участие в концертах и различных мероприятиях.

Для отслеживания и фиксации образовательных результатов используются следующие формы контроля:

1. Входной контроль (в начале года): собеседование, проверка уровня физических данных- просмотр.
2. Текущий контроль (в течение всего года, на каждом из занятий): опрос (освоение теоретического материала), наблюдение, творческие выступления.
3. Промежуточная аттестация (в середине учебного года): анализ творческих выступлений, наблюдение.
4. Подведение итогов реализации программы (в конце учебного года, по окончании реализации образовательной программы): показательное выступление (проверяется уровень освоения программы, соответствие ожидаемых результатов получаемым результатам).

2.4. Оценочные материалы.

Основные показатели эффективности реализации программы:

- высокий уровень мотивации учащихся к танцевальной деятельности;
- творческая самореализация учащихся, участие в концертах, в культурно – массовых мероприятиях.

2.5. Методическое обеспечение образовательной программы включает в себя следующие компоненты: педагогические аспекты творческой деятельности; этно-педагогический подход к обучению, воспитанию и развитию; методы развития межличностного общения в коллективе; методы создания художественной среды средствами хореографии.

В программе представлены различные разделы, которые объединяет постановочная и концертная деятельность, позволяющая учебно-воспитательному процессу быть более привлекательным, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей. Программа построена на основе принципа «от простого к сложному». Тематика занятий строится с учетом интересов учащихся, возможности их самовыражения. В ходе усвоения учащимися содержания программы учитывается темп развития специальных умений и навыков, уровень самостоятельности, умение работать в коллективе.

Организация педагогического процесса предполагает создание для учащихся такой среды, в которой они полнее раскрывают свой мир, чувствуют себя комфортно и свободно. Этому способствует комплекс методов, форм и средств образовательного процесса.

Работа проводится в форме теоретических и практических занятий. Занятия проводятся в танцевальном зале. Теоретический материал подается в форме беседы. Практические занятия проводятся в форме учебно-

тренировочных уроков, с учетом возрастных особенностей обучающихся. Необходимо строгое соблюдение постепенности в процессе роста тренировочных нагрузок.

Методы обучения и воспитания предполагает использование в процессе работы следующие традиционные:

- словесные методы: устное изложение, беседа, рассказ и т.д.;
- наглядные методы: демонстрация, показ-выполнение педагогом, работа по образцу, наблюдение и др.;
- практические методы: выполнение практических упражнений по образцу;
- репродуктивные методы: инструктаж, объяснение, практическая работа;
- метод игры: развивающие игры на занятиях, занятие-путешествие, образное занятие, превращения, занятия соревнования и т.п..

Образовательные технологии: для успешного освоения программы и оптимизации творческой деятельности учащихся на занятиях предусматриваются следующие технологии:

- лично - ориентированного обучения;
- коллективного творчества;
- индивидуализации обучения;
- групповые;
- коллективно творческой деятельности;
- исследовательского (проблемного) обучения – процесс импровизации;
- игровые технологии;
- постановочная и концертной деятельности.

Алгоритм учебного занятия

Любое хореографическое занятие строится по общепринятой структуре учебного занятия. Оно состоит из 3-х частей:

- вводной (или подготовительной);
- основной;
- заключительной.

Эти части имеют свои особенности и содержание в зависимости от хореографического жанра, специфики его преподавания и возрастной категории обучаемых. Подготовительная часть включает построения, поклон и разминку, способствующую разогреву мышц, суставов, связок. Основная часть подразделяется на две составляющие: тренировочную и танцевальную. Составляющая тренировочная предусматривает тренаж на основе какого-либо танцевального направления (классический танец, народный танец и др.) Это означает – изучение элементов, упражнений, их сочетаний, поз, гимнастические упражнения, упражнения на развитие данных танцора и т.д., их детальная отработка. Составляющая танцевальная – это изучение различных комбинаций, этюдов, композиций на основе любого танцевального направления, отработка техники и манеры исполнения в них. Подготовка и составление из них танцевальных номеров. Заключительная

часть предполагает подведение итогов урока, расслабление мышечно-связочного аппарата.

Танцевальные занятия в основном являются практическими и сопровождаются словесными объяснениями и наглядным показом, примерами.

1. Построение. Приветствие.
2. Разминка – разогрев.
3. Повторение пройденного материала.
4. Изучение нового материала.

Изложение нового материала или информации предлагается обучающимся в форме практического показа, сопровождающегося словесным объяснением. Педагог показывает пример исполнения движений или готовит видео и фото материалы по теме, если такое необходимо.

5. Кроссы (шаги, бег, вращения, прыжки и другие танцевальные элементы в продвижении).

6. Гимнастические упражнения в партере и физические тренировки на развитие данных. На данном этапе занятия тело достаточно хорошо «разогрелось», что позволит снизить риск травм и повысит амплитуду движения.

7. Танцевальные комбинации, этюды, работа с номерами.

Здесь происходит обобщение всей полученной информации, ее соединение и применение на практике.

8. Заключительная часть.

Здесь можно использовать упражнения на расслабление мышц или танцевальные игры для снятия напряжения. В танцевальные занятия для детей с 7-10 лет хорошо вводить игровые моменты, что будет способствовать повышению интереса к занятиям и более легкому усвоению материала. Если в 2-7 лет игровая деятельность является ведущей для ребенка, то в 7-10 лет она начинает постепенно сменяться учебной, но пока еще остается одним из основных элементов в обучении.

2.6. Программа воспитания.

Воспитательный процесс неразрывно связан с образовательной деятельностью в детском хореографическом коллективе «Овация». Невозможно обучать, не воспитывая и воспитывать не обучая.

2.6.1. Цель, задачи и результат воспитательной работы

Цель: воспитание чувства прекрасного средствами хореографии, любовь к Родине, уважение к культуре и народам страны, воспитание внутренней потребности личности в здоровом образе жизни, формирование творческой и уверенной в себе личности.

Задачи воспитания:

- воспитать патриотическое чувство собственного достоинства как представителя своего народа, толерантное отношение к представителям других национальностей, к ровесникам, родителям, соседям, другим людям;
- способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее и

использовать полученные знания в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;

- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности.

Планируемые результаты реализации программы воспитания:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и поддержка;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей.
- развить этические чувства, эмоционально-нравственную отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам других людей.

2.6.2. Работа с коллективом обучающихся нацелена на:

- формирование практических умений по организации органов самоуправления этике и психологии общения, технологии социального и творческого проектирования;
- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и за других;
- развитие творческого, культурного, коммуникативного потенциала обучающихся в процессе участия в совместной общественно-полезной деятельности;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу.

2.6.3. Работа с родителями

Воспитание ребенка в образовательном учреждении и воспитание ребенка в семье - не разрывный процесс. Работа с родителями обучающихся детского объединения включает в себя:

- организацию системы индивидуальной работы (возможность родителей получать в течение года, по мере необходимости, консультацию или индивидуальную встречу по вопросам обучения ребенка или другим моментами связанным с его пребыванием в объединении) и коллективной работы (тематические беседы, собрания в течении года по мере необходимости);
- открытые уроки и выступления для родителей;
- вовлечение родителей в жизнедеятельность детского объединения.

**2.6.4. Календарный план воспитательной работы на 2025-2026 год.
Виденеева С.А.**

№	Название мероприятия	Форма проведения	Сроки проведения
I	Воспитание на учебном занятии		
1	ТБ на занятиях хореографией «Танцевальный этикет».	Рассказ, тематическая беседа, обсуждение.	Сентябрь Январь
2	«Дорога и другие опасности в зимнее время.»	Рассказ, тематическая беседа.	Декабрь
3	«Терроризм. Действия в чрезвычайной ситуации.»	Рассказ.	Январь
4	«Пожарная безопасность.»	Рассказ, тематическая беседа.	Март
5	«ПДД, профилактика дорожного травматизма.»	Беседа, опрос.	Апрель
II	Взаимодействие с родителями участников коллектива		
1	«Открытие танцевального сезона». (Информационно ознакомительное мероприятие ДД(Ю)Т, запись детей в коллектив, родительское собрание.)	Информационный рассказ, объяснение.	Сентябрь
2	Индивидуальные встречи, беседы с родителями по мере необходимости. Родительская группа в мессенджере.	Беседа, обсуждение, информирование.	В течение года
3	Открытое занятие для родителей воспитанников 1 года обучения.	Практический показ детьми приобретенных ЗУН, подведение итогов.	Май
III	Воспитание в детском объединении		
1	«Здоровое питание и гигиена танцора.»	Рассказ, беседа.	Октябрь
2	«В культуре и традициях – сила народов России.»	Тематическая беседа.	Ноябрь
3	«Правила поведения артиста за кулисами, в гримерке, зрительном зале во время концертов и других мероприятий.»	Рассказ, беседа.	Февраль
4	«Балет в годы ВОВ.»	Рассказ, тематическая беседа.	Май

ЛИТЕРАТУРА

Основной список:

1. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей. Выпуск 5. Учебное пособие. - СПб.: Музыкальная палитра, 2004.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. - СПб., 2000 год.
3. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. – Ярославль: Академия Холдинг, 2000.
4. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Москва - 1999.
5. Н. Базарова. Азбука классического танца. Учебно-мет. пособие. Л.: Искусство, 1983
6. А. Ваганова. Основы классического танца. Учебное пособие. Л.: Искусство, 1975
7. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца: Учебное пособие для ВУЗОВ /Г.П. Гусев. – М.: 2004 – 206 с.: ил. (танцевальные движения на середине зала)
8. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды. – М.: Гуманитар. Издательский центр- ВЛАДОС, 2004
9. Диниц Е.В. Джазовые танцы. – М.: АСТ, 2010
10. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Методика преподавания – М.: ВЦХТ («Я вхожу в мир искусств»), 2002

Дополнительный список:

1. Гренлюнд. Э., Оганесян Н. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика. – СПб.: Речь, 2014.
2. Станиславский К.С. Моя жизнь в искусстве. Собрание сочинений в восьми томах.- Гос. Издат."Искусство", М., 1954.
3. Настюков Г.А. Сюжетный танец. – М.: Профиздат, 1960.
4. Васенина Е. Российский современный танец. Диалоги. – М.: Emergency Exit., 2005.
5. Новицкая Л.П. Уроки вдохновения. – М.: Всерос. театр. об-во, 1984
6. Калашникова Т.И. Ритмика и хореография в педагогическом колледже. – И.: Тускарора, 2000.
7. Баскаков В. Свободное тело. – М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2001.
8. Шлямин А.М., Брыкин А.Т. Гимнастика: Учебник. - М.: Физкультура и спорт, 1979.
9. Боттомер М. Учимся танцевать. - «Эксмо-пресс», 2002.
10. Панферов В.И. Пластика современного танца. – Челябинск: ЧГИИК, 1996.

Интернет -ресурсы:

1. Гиршон А. Е. Импровизация и хореография - <http://girshon.ru/>
2. Новости образования, практика, методика: <http://pedsovet.org/>
3. Официальный сайт. Издательство учитель: <https://www.uchitel-izd.ru>
4. Копилка уроков. Сайт для педагогов: <https://kopilkaurokov.ru>

Журнал "БАЛЕТ": www.russianballet.ru

Приложение №1

Календарный учебный график
Группа №1, 1 год обучения, количество часов 144, в неделю 4 часа

№ п/п	Ме-сяц	Чис-ло	Время проведения занятий	Форма занятий	Кол-во часов	Тема занятий	Место проведения	Форма контроля
1.	09	10	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Теория	2	Знакомство с учащимися, программой. Инструктаж по Т. Б. Организация рабочего места.	ДДЮТ 10 каб.	Беседа
2.	09	12	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Теория и практика	2	Техника безопасного выполнения упражнений.	ДДЮТ 10 каб.	Беседа, опрос
3.	09	17	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Упражнения для подвижности и силы стоп.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение упражнений
4.	09	19	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Упражнения для развития выворотности тазобедренного сустава и силы бедра.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение упражнений
5.	09	24	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Упражнения для развития выворотности тазобедренного сустава и силы бедра.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение упражнений
6.	09	26	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Упражнения для развития амплитуды шага.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение упражнений
7.	10	1	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Упражнение для амплитуды шага.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение упражнений
8.	10	3	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Упражнения для развития гибкости и силы мышц спины.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение упражнений
9.	10	8	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Упражнения для развития гибкости и силы мышц спины.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение упражнений

10.	10	10	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Укрепление мышц брюшного пресса.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение упражнений
11.	10	15	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Упражнения для развития устойчивости.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение упражнений
12.	10	17	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика.	2	Упражнения для развития устойчивости.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение упражнений
13.	10	22	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Теория и практика	2	«Город музыки»: длинные и короткие звуки. Темп. Вступление.	ДДЮТ 10 каб.	Беседа, рассказ, опрос
14.	10	24	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Динамические оттенки. Пульс. Характер музыки. Быстро и медленно.	ДДЮТ 10 каб.	Выполнение заданий
15.	10	29	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Музыкальная фраза. Пауза. Развитие умения прекращать движение с остановкой музыки. Канон.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
16.	10	31	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Музыкальные размеры. Длительности нот четвертные и восьмые..	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
17.	11	5	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Ритмические рисунки (интуитивное восприятие).	ДДЮТ 10 каб.	Самостоятель ное выполнение заданий
18.	11	7	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Теория и практика	2	Техника исполнения движений. Позиции ног 2,4,6. Положения рук на пояс, за спиной, парная.	ДДЮТ 10 каб.	Рассказ, объяснение
19.	11	12	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Виды шага: с носка, на пятках, марш, на полу-пальцах, полу-пальцы с высоким коленом, кошачий мягкий шаг.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий

20.	11	14	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Виды бега сценический с за хлестом, с высоким коленом, на полу-пальцах, с выбросом ног вперед.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
21.	11	19	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Прыжки. Подскоки. Галоп.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
22.	11	21	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Комбинация с использованием шагов, прыжков, подскоков.	ДДЮТ 10 каб.	Выполнение практич. задания
23.	11	26	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Plie. Releve. Passe.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
24.	11	28	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Battement tendy.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
25.	12	3	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Бросание и удержание ног в выворотном положении сидя и лежа.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
26.	12	5	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Теория и практика	2	Что такое танцевальный рисунок? Орнаментальный танец.	ДДЮТ 10 каб.	Беседа, опрос, творческая работа
27.	12	10	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Точки класса, прыжки в повороте по точкам. Линейный рисунок: линии, шеренгу, колонну, по одному.	ДДЮТ 10 каб.	Опрос, выполнение задания
28.	12	12	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Колонна по одному, в пары и обратно. В колонну по одному, два, три и четыре человека.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
29.	12	17	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Диагональные построения: 1,2 диагонали. Круг- 1,2, сужение и расширение. Свободное размещение.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
30.	12	19	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Промежуточная аттестация	2	Практический показ.	ДДЮТ 10 каб.	Практический показ

31.	12	24	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Творческое задание. Из троек и четверок в кружочки и звездочки. В парах, обход партнера по кругу.	ДДЮТ 10 каб.	Самостоятельное исполнение.
32.	12	26	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Теория и практика.	2	Инструктаж ТБ, Знакомство с эстрадным танцем. Разминка.	ДДЮТ 10 каб.	Рассказ, опрос, беседа
33.	01	14	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Теория и практика	2	Методики исполнения танцевальных элементов. Поклон. Разминка.	ДДЮТ 10 каб.	Рассказ, исполнение
34.	01	16	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Drop. Свинги руками.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
35.	01	21	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Перекаты и кувырки в партере.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
36.	01	23	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Прыжок с «колен».	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
37.	01	28	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Комбинация в партере №1.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
38.	01	30	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Комбинация в партере №1.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
39.	02	4	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Вращения по линиям, подготовка.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение
40.	02	6	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Комбинация на координацию №2.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
41.	02	11	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Комбинация на координацию №2.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, творческая работа

42.	02	13	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Прыжки по 1 прямой позиции с поворотом.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
43.	02	18	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Комбинация «Червячки» №3.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
44.	02	20	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Комбинация «Червячки» №3.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
45.	02	25	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Повторение и закрепление.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
46.	02	27	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Теория и практика	2	История развития акробатики «Перекаты» (боковые, на спине).	ДДЮТ 10 каб.	Беседа, ответы на вопросы
47.	03	4	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Теория и практика	2	Правила выполнения акробатических элементов. Группировка.	ДДЮТ 10 каб.	Объяснение, выполнение заданий
48.	03	6	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Кувырки вперед и назад через плечо. Упоры.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
49.	03	11	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	«Мост» (лежа/стоя). Полу-шпагат продольный.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
50.	03	13	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	«Стойка» (на лопатках). Шпагат поперечный.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
51.	03	18	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	«Стойка» (на голове/ на руках у стены). Равновесия.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
52.	03	20	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Равновесия. «Колесо».	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий

53.	03	25	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	«Колесо». Шпагаты.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
54.	03	27	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Теория и практика	2	Знакомство с предметом, целями. Секреты русского хоровода. Основные позиции рук и ног.	ДДЮТ 10 каб.	Рассказ, беседа, выполнение упражнений
55.	04	1	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Методика исполнения танцевальных элементов. Положения корпуса и головы. Поклон. Обращение с платочком.	ДДЮТ 10 каб.	Рассказ, творческая работа
56.	04	3	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Положения рук в парах. Обращение с платочком.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
57.	04	8	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Основные виды шагов в русском танце. Переменные шаги. Танцевальный бег.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
58.	04	10	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Ходы в русском танце. Подготовка к дробям. Притопы 1,2,3.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
59.	04	15	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Удары стопой в повороте по точкам. Дроби. .	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
60.	04	17	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	«Гармошка» и «елочка». «Припадание».	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
61.	04	22	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	«Ковырялочка», подготовка. «Веревочка», подготовка.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
62.	04	24	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	«Моталочка», подготовка. «Молоточки».	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, выполнение заданий
63.	04	29	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	«Хлопки и хлопушки». Прыжки малые.	ДДЮТ 10 каб.	Выполнение заданий

64.	05	1	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Вращения, подготовка. «Ключ» дробный.	ДДЮТ 10 каб.	наблюдение, выполнение заданий
65.	05	6	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Теория и практика	2	Правила поведения на сцене, в зале, сценическая деятельность. Упражнения для развития чувства ритма и навыков взаимодействия в коллективе.	ДДЮТ 10 каб.	Рассказ, беседа, опрос по теме
66.	05	8	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Задания на внимание координацию и построения.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, исполнение
67.	05	13	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Задания на внимание, синхронное исполнение и ориентацию. Комплекс упражнений «Зеркало».	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, исполнение
68.	05	15	14.00-14.45; 14.55-15.40.	Практика	2	Упражнения, основанные на народных играх. Импровизация с предметом.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, исполнение
69.	05	20	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Борьба с зажимами. Работа над вниманием (ритмические тренировки).	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение, исполнение
70.	05	22	14.00-14.45; 14.55-15.40.	<i>Итоговое занятие</i>	2	Показательное выступление.	ДДЮТ 10 каб.	Практический показ занятия
71.	05	27	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Практика	2	Развитие фантазии. Предлагаемые обстоятельства.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение
72.	05	29	15.00-15.45; 15.55-16.40.	Итоговое занятие	2	Творческие способности. Эмоции.	ДДЮТ 10 каб.	Наблюдение.

Календарный учебный график
Группа № 2, 1 год обучения, количество часов 144, в неделю 4 часа

№ п/п	Ме-сяц	Чис-ло	Время проведения занятий	Форма занятий	Кол-во часов	Тема занятий	Место проведения	Форма контроля
1.	09	9	13.30-14.15; 14.25-15.10.	Теория	2	Знакомство с учащимися, программой. Инструктаж по Т. Б. Организация рабочего места.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Беседа, опрос
2.	09	11	13.30-14.15; 14.25-15.10	Теория и практика	2	Техника безопасного выполнения упражнений. Разминка и ее виды.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Рассказ, выполнение упражнений.
3.	09	16	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Упражнения для подвижности и силы стоп.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Беседа, наблюдение
4.	09	18	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Упражнения для развития выворотности тазобедренного сустава и силы бедра.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение упражнений
5.	09	23	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Упражнения для развития выворотности тазобедренного сустава и силы бедра.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение упражнений
6.	09	25	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Упражнения для развития амплитуды шага.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение упражнений
7.	09	30	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Упражнение для амплитуды шага.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение упражнений
8.	10	2	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Упражнения для развития гибкости и силы мышц спины.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение упражнений
9.	10	7	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Упражнения для развития гибкости и силы мышц спины.	СОШ №16 Малый спорт	Наблюдение, выполнение

							зал.	упражнений
10.	10	9	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Укрепление мышц брюшного пресса.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение упражнений
11.	10	14	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Упражнения для развития устойчивости.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение упражнений
12.	10	16	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика.	2	Упражнения для развития устойчивости.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение упражнений
13.	10	21	13.30-14.15; 14.25-15.10	Теория и практика	2	«Город музыки»: длинные и короткие звуки. Темп. Вступление.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Беседа, рассказ, практика
14.	10	23	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Динамические оттенки. Пульс. Характер музыки. Быстро и медленно.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
15.	10	28	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Музыкальная фраза. Пауза. Развитие умения прекращать движение с остановкой музыки. Канон.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
16.	10	30	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Музыкальные размеры. Длительности нот четвертные и восьмые..	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
17.	11	4	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Ритмические рисунки (интуитивное восприятие).	СОШ №16 Малый спорт зал.	Самостоятель ное выполнение заданий
18.	11	6	13.30-14.15; 14.25-15.10	Теория и практика	2	Техника исполнения движений. Позиции ног 2,4,6. Положения рук на пояс, за спиной, парная.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Объяснение, практическое выполнение заданий

19.	11	11	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Виды шага: с носка, на пятках, марш, на полу-пальцах, полу-пальцы с высоким коленом, кошачий мягкий шаг.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
20.	11	13	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Виды бега сценический с за хлестом, с высоким коленом, на полупальцах, с выбросом ног вперед.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
21.	11	18	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Прыжки. Подскоки. Галоп.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
22.	11	20	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Комбинация с использованием шагов, прыжков, подскоков.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Творческая работа, исполнение
23.	11	25	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Plie. Releve. Passe.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
24.	11	27	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Battement tendy.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
25.	12	2	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Бросание и удержание ног в выворотном положении сидя и лежа.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
26.	12	4	13.30-14.15; 14.25-15.10	Теория и практика	2	Что такое танцевальный рисунок? Орнаментальный танец.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Беседа, опрос, творческое задание
27.	12	9	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Точки класса, прыжки в повороте по точкам. Линейный рисунок: линии, шеренгу, колонну, по одному.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Опрос, выполнение задания
28.	12	11	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Колонна по одному, в пары и обратно. В колонну по одному, два, три и четыре человека.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий

29.	12	16	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Диагональные построения: 1,2 диагонали. Круг- 1,2, сужение и расширение. Свободное размещение.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
30.	12	18	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика.	2	Из троек и четверок в кружочки и звездочки. В парах, обход партнера по кругу.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Выполнение заданий
31.	12	23	13.30-14.15; 14.25-15.10	<i>Промежуто чная аттестация</i>	2	Практический показ.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Практический показ
32.	12	25	13.30-14.15; 14.25-15.10	Теория и практика.	2	Инструктаж ТБ, Знакомство с эстрадным танцем. Разминка.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Рассказ, опрос, беседа
33.	12	30	13.30-14.15; 14.25-15.10	Теория и практика	2	Методики исполнения танцевальных элементов. Поклон. Разминка.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Объяснение, выполнение упражнений
34.	01	13	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Дроп. Свинги руками.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
35.	01	15	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Перекаты и кувырки в партере.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
36.	01	20	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Прыжок с «колен».	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
37.	01	22	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Комбинация в партере №1.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
38.	01	27	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Комбинация в партере №1. .	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий

39.	01	29	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Вращения по линиям, подготовка.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение
40.	02	3	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Комбинация на координацию №2.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
41.	02	5	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Комбинация на координацию №2.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, творческая работа
42.	02	10	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Прыжки по 1 прямой позиции с поворотом.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
43.	02	12	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Комбинация «Червячки» №3.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
44.	02	17	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Комбинация «Червячки» №3.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
45.	02	19	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Повторение и закрепление.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение
46.	02	24	13.30-14.15; 14.25-15.10	Теория и практика	2	История развития акробатики «Перекаты» (боковые, на спине).	СОШ №16 Малый спорт зал.	Беседа, практическое исполнение
47.	02	26	13.30-14.15; 14.25-15.10	Теория и практика	2	Правила выполнения акробатических элементов. Группировка.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
48.	03	3	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Кувырки вперед и назад через плечо. Упоры.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
49.	03	5	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	«Мост» (лежа/стоя). Полу-шпагат продольный.	СОШ №16 Спорт зал.	Выполнение заданий

50.	03	10	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	«Стойка» (на лопатках). Шпагат поперечный.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
51.	03	12	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	«Стойка» (на голове/ на руках у стены). Равновесия.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение упражнений
52.	03	17	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Равновесия. «Колесо».	СОШ №16 Малый спорт зал.	Выполнение заданий
53.	03	19	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	«Колесо». Шпагаты.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Выполнение заданий
54.	03	24	13.30-14.15; 14.25-15.10	Теория и практика	2	Знакомство с предметом, целями. Секреты русского хоровода. Основные позиции рук и ног.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Рассказ, практическое выполнение
55.	03	26	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика, теория	2	Методика исполнения танцевальных элементов. Положения корпуса и головы. Поклон. Обращение с платочком.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Объяснение, творческая работа
56.	03	31	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Положения рук в парах. Обращение с платочком.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
57.	04	2	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Основные виды шагов в русском танце. Переменные шаги. Танцевальный бег.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
58.	04	7	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Ходы в русском танце. Подготовка к дробям. Притопы 1,2,3.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
59.	04	9	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Удары стопой в повороте по точкам. Дроби. .	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий

60.	04	14	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	«Гармошка» и «елочка». «Припадание».	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
61.	04	16	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	«Ковырялочка», подготовка. «Веревочка», подготовка.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
62.	04	21	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	«Моталочка», подготовка. «Молоточки».	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
63.	04	23	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	«Хлопки и хлопушки». Прыжки малые.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, выполнение заданий
64.	04	28	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Вращения, подготовка. «Ключ» дробный.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Выполнение упражнения
65.	04	30	13.30-14.15; 14.25-15.10	Теория и практика	2	Правила поведения на сцене, в зале, сценическая деятельность. Упражнения для развития чувства ритма и навыков взаимодействия в коллективе.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Беседа, практические задания
66.	05	5	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Задания на внимание координацию и построения.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, исполнение
67.	05	7	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Задания на внимание, синхронное исполнение и ориентацию. Комплекс упражнений «Зеркало».	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, исполнение
68.	05	12	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Упражнения, основанные на народных играх. Импровизация с предметом.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, исполнение
69.	05	14	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Борьба с зажимами. Работа над вниманием (ритмические тренинги).	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение, исполнение

70.	05	19	13.30-14.15; 14.25-15.10	<i>Итоговое занятие</i>	2	Показательное выступление.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Самостоятель ное исполнение
71.	05	21	13.30-14.15; 14.25-15.10	Практика	2	Развитие фантазии. Предлагаемые обстоятельства.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение
72.	05	26	13.30-14.15; 14.25-15.10	Итоговое занятие	2	Творческие способности. Эмоции.	СОШ №16 Малый спорт зал.	Наблюдение.