

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Центр развития творчества детей и юношества муниципального района  
Дюртюлинский район Республики Башкортостан

Обсуждена и принята на  
заседании методического совета  
от «31» мая 2021 г.  
Протокол №6



Утверждаю:

Директор МБУ ДО ЦРТДЮ

В.Т. Максютов

№ 54-од «31» мая 2021 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Грация»

Возраст детей 9-14 лет

Срок реализации программы 2 года

Автор-составитель программы:  
Нугуманова Алия Фасхутдиновна,  
педагог дополнительного образования

г. Дюртюли, 2021 г.

## Содержание

|                                                                                    |    |
|------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Пояснительная записка                                                           | 1  |
| 2. Содержание программы                                                            | 7  |
| 3. Учебный тематический план(1 год обучения)                                       | 8  |
| 4. Содержание изучаемого курса (1 год обучения)                                    | 8  |
| 5. Календарный учебный график (1 год обучения)                                     | 10 |
| 6. Учебный тематический план(2 год обучения)                                       | 14 |
| 7. Содержание изучаемого курса (2 год обучения)                                    | 14 |
| 8. Календарный учебный график (2 год обучения)                                     | 16 |
| 9. Предполагаемый результат                                                        | 26 |
| 10. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение учебной деятельности | 26 |
| 11. Критерии оценочной деятельности обучающихся                                    | 26 |
| 12. Материально – техническое обеспечение                                          | 27 |
| 13. Список литературы                                                              | 28 |

## Пояснительная программа

Программа объединения «Грация» разработана в соответствии с требованиями:

"Конвенции о правах ребенка" (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990);

-Конституцией Российской Федерации;

-Конституцией Республики Башкортостан;

-Федеральным законом от 24.07.1998 N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" (с последующими изменениями);

-Федеральным законом от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (с последующими изменениями);

-Законом Республики Башкортостан от 1 июля 2013 года №696-з "Об образовании в Республике Башкортостан" (с последующими изменениями);

-Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 N 41 "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" (вместе с "СанПиН 2.4.4.3172-14. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы...");

-Приказом Минобрнауки России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

-Приказом Минтруда России от 05.05.2018 N 298н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых";

-Письмом Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;

-Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

-Распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 N 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;

-Уставом МБУ ДО ЦРТДЮ;

-Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБУ ДО ЦРТДЮ.

Данная программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

Программа направлена на:

- формирование гимнастических знаний, умений и навыков;
- приобретение практического опыта активного, творческого исполнительства;
- развитие музыкальности, художественных и творческих способностей;
- развитие двигательных качеств и умений, гибкости, пластичности, мягкости движений, самостоятельности исполнения, побуждения обучающихся к творчеству;
- укрепление физического здоровья средствами хореографии.

**Актуальность** состоит в том, что программа отвечает потребностям современных детей, ориентирована на решение актуальных проблем. Занятия танцам учат обучающихся красоте и выразительности движений, силе и ловкости, развивают и совершенствуют их мышечно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечно-сосудистую системы. Материал подобран на основании изучения потребностей обучающихся, с учетом их возрастных особенностей, возможностей и интересов. Обучающиеся

получают всестороннее физическое развитие, заняты в свободное время, имеют возможность становиться призерами и победителями различных соревнований.

**Новизна программы.** Состоит в том, что в ней учтены и адаптированы возможности обучающихся разных возрастов, интегрированы содержание и организационно-методические условия ее реализации, характерные для дополнительного образования обучающихся в области физической культуры и спорта. Основные направления – акробатика, пластика, классический экзерсис у станка, постановочная работа танцевального номера. Образовательная программа дает возможность общения детей, снятия напряжения и агрессии, позволяет научиться выстраивать отношения в группе, решает вопрос свободного времени.

**Цель программы:** формирование целостной и гармонично развитой личности путем развития способностей у обучающихся воспринимать, чувствовать и понимать прекрасное через спортивный танец. Укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма.

**Задачи программы:**

Образовательные:

- обучить обучающихся основам спортивного танца и импровизации, правильно и красиво танцевать, понимать язык современно-спортивного танца и хореографии;
- изучить танцевальные движения и схемы, индивидуальные и массовые танцевальные композиции;
- обучить ритмично двигаться в соответствии с различным ритмом и характером музыки;
- обучить обучающихся правильно выполнять комплекс упражнений (растяжки).

Развивающие:

- развить музыкальный слух и ритм;
- развить воображение и фантазию;
- развить пластику и грацию в движениях, гибкость и пластичность мышц, а также эстетический вкус и художественные способности обучающихся.

Воспитательные:

- воспитать морально-волевые качества: терпение, настойчивость, ответственность, уверенность в своих силах;
- воспитать уважение к партнерам по танцу, чувство товарищества;
- воспитать коммуникативные качества обучающихся;
- формировать привычку здорового образа жизни.

**Педагогическая целесообразность:** данная программа дает возможность общения обучающихся, снятия напряжения и агрессии, позволяет научиться выстраивать отношения в группе, решает вопрос свободного времени.

**Вариативность программы** заключается в том, что для детей разного уровня подготовки в одной группе могут быть подготовлены разные задания. Спортивный танец – не только спорт, это искусство, форма социального общения, способ самопознания, самосовершенствования и самоутверждения. Он ориентирует педагога на целенаправленную организацию системной учебно-тренировочной деятельности, способствующей развитию интеллектуальной, эмоционально-волевой и действенно-практической сфер личности, творческого потенциала, физической, эстетической и духовно- нравственной культуры обучающихся. Спортивный танец включает их в многогранную и психологически положительно настроенную жизнь, в которой есть условия для самовыражения и самоутверждения.

**Отличительные особенности программы.** Из-за специфики предмета обучения она не подразумевает жестко регламентированного разделения учебного материала на занятия. Программа предоставляет возможность педагогу определять приоритетные задачи и творчески планировать учебный материал в рамках занятия, распределять его в течение учебного года в зависимости от состава, особенностей, уровня способностей и возможностей обучающихся. Это обеспечивает вариативность занятий и доступность программы для всех обучающихся. Программа реализует право обучающихся, мотивированных на активную соревновательную деятельность и достижение спортивного результата, использовать форму индивидуальной работы. Программный материал дает возможность осваивать сюжетно-тематические произведения и привлекать высокохудожественную музыку, использовать танцевально – спортивные движения при минимуме тренировочных упражнений. В процессе работы обучающиеся приучаются к сотворчеству, у них развиваются художественное воображение, творческие способности.

**Особенности возрастной группы.** Обучающиеся объединяются в группы с учётом возраста, психологических особенностей и их физических данных. Программа рассчитана на детей от 9 до 16 лет.

Набор обучающихся в объединение осуществляется в установленные учреждением сроки при наличии медицинской справки и по личному заявлению родителей (лиц их заменяющих). Отбор в группу первого года обучения по определенным критериям в хореографии не ведется, в целях оптимального выявления способностей обучающегося в течение учебного процесса и появления возможности каждого проявить себя в танцевальном спорте. Однако для зачисления обучающегося в группы второго и более года обучения, необходима физическая подготовка в классическом танце, развитая гибкость. Состав группы обучающихся постоянный. Количество обучающихся 15 – 20 человек.

**Срок реализации программы.** Программой предусматривается годовая нагрузка 144 часа. Группа работает 2 раза в неделю, по 2 академических часа с перерывом 10 минут, второй год обучения 6 часов в неделю.

Срок реализации программы – 2 года.

Форма обучения – очная.

**Ожидаемые результаты:**

- Личностные результаты – активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.
- Метапредметные результаты – обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий.
- Предметные результаты – выполнение ритмических комбинаций, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

**Принципы построения дополнительной образовательной программы:**

- Доступность и последовательность обучения;
- Учет индивидуальных особенностей обучающихся;
- Связь теории и практики в занятиях;

- Научность – обучение на основе передового педагогического и научного опыта;
- Сочетание коллективных и индивидуальных способов обучения и воспитания.

**Общие критерии оценивания результатов:**

- Владение знаниями по программе;
- Активность. Участие в конкурсах, фестивалях, смотрах;
- Умение работать как самостоятельно, так и в коллективе;
- Уровень воспитанности и культуры обучающихся;
- Творческий рост и личностные достижения обучающихся.

**Формы подведения итогов (механизмы оценивания результатов):**

- Педагогические наблюдения;
- Открытые занятия с последующим обсуждением;
- Итоговые занятия;
- Концертные выступления;
- Конкурсы, фестивали, смотры.

### **Содержание программы**

Подготовка обучающихся делится на несколько этапов, имеющих свои специфические особенности: этап предварительной подготовки, этап начальной подготовки, этап углубленной подготовки, этап совершенствования. Учебные группы в объединении комплектуются в соответствии с возрастными особенностями детей и уровнем подготовленности обучающихся.

**Этап предварительной подготовки:** В группы зачисляются обучающиеся, имеющие разрешение врача для занятий. На данном этапе тренировочный процесс строится по типу физкультурно – оздоровительной работы с обучающимися, направлен на разностороннюю физическую подготовку и знакомство с основами. Широко используются в работе с детьми развивающие игры.

**Этап начальной подготовки:** В группы зачисляются обучающиеся успешно прошедшие этап предварительной подготовки, а также, пришедшие вновь дети, желающие заниматься спортивными танцами и имеющие разрешение врача. Дополнительный просмотр детей позволит определить уровень их подготовленности и возможность обучения на этапе начальной подготовки. На этом этапе проводится физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа с обучающимися, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники движений в изучаемых танцевальных направлениях и стилях. Выполнение контрольных нормативов для зачисления на учебно-тренировочный этап многолетней подготовки. Основной курс составлен по принципу «от простого к сложному».

**Этап углубленной подготовки:** В группы зачисляются обучающиеся прошедшие этап начальной подготовки, выполнившие нормативы по общей и специальной подготовке, а также зачетные и экзаменационные требования. Основная задача этапа - углубленное обучение спортивному танцевальному направлению.

**Этап совершенствования:** Основная задача этапа – совершенствование спортивного мастерства, достижение высоких спортивных и творческих результатов.

### Учебный тематический план (1 год обучения)

| № п/п | Наименование раздела, тема                                                         | Количество часов |        |          | Форма контроля            |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------|----------|---------------------------|
|       |                                                                                    | Всего            | Теория | Практика |                           |
| 1     | <u>Вводное занятие.</u><br>- Инструктаж.<br>-Содержание и программа занятий.       | 2                | 2      | -        | беседа                    |
| 2     | <u>Ритмическая разминка</u><br>- Основные базовые шаги.<br>-Танцевальные движения. | 38               | 1      | 37       | Педагогическое наблюдение |
| 3     | Партнерская гимнастика                                                             | 38               | 1      | 37       | Педагогическое наблюдение |
| 4     | <u>Игровая деятельность.</u><br>«Творческая мастерская»                            | 18               | 1      | 17       | Педагогическое наблюдение |
| 5     | Постановочная деятельность.                                                        | 42               | 6      | 36       | Педагогическое наблюдение |
| 6     | Просветительско-досуговая деятельность.                                            | 4                | 4      | -        | беседа                    |
| 7     | Итоговое занятие                                                                   | 2                | -      | 2        | Педагогическое наблюдение |
| 8     | Итого:                                                                             | 144              | 15     | 129      |                           |

### Содержание изучаемого курса (1 год обучения)

**Вводное занятие:** *Инструктаж по технике безопасности:* правила поведения в зале, на перемене. Правила пожарной безопасности, правила и пути эвакуации в учреждении. Расписание занятий.

**Разминка.** *Основные базовые шаги.* Разнообразные виды передвижения. Маршевые простые шаги. Приставные простые шаги. Маршевые шаги со сменой ноги. Приставные шаги со сменой ноги;

*Танцевальные движения.* Разучивание танцевальных движений. Разминочный комплекс.

**Партнёрская гимнастика.** Стретчинг.

*Развитие силы.* Сила – это способность человека совершать действия с определенными мышечными напряжениями. Динамические и статические силовые упражнения. Комплекс упражнений для развития силы.

*Развитие ловкости.* Ловкость – это способность человека совершать действия быстро и технично. Комплекс упражнений для развития ловкости.

*Развитие гибкости.* Гибкость – это свойство упругой растягиваемости телесных структур (мышечные и соединительные), определяющие пределы амплитуды движений звеньев тела. Махи: вперед, по диагонали, назад. Шпагаты: продольные шпагаты (правая, левая вперед); поперечный шпагат (фронтальный). Комплекс упражнений для развития гибкости.

*Развитие координации.* Координация – это способность человека совершать сложные движения в различных направлениях без потери равновесия, соблюдая заданный темп. Комплекс упражнений для развития координации. Упражнения, развивающие умения

ориентироваться в зале, перестроения в пары, круг, колонну. Изучение точек в зале. Равновесия: горизонтальное, горизонтальное боковое, вертикальное. Повороты: на одной ноге, одноименные, разноименные.

*Развитие выносливости.* Выносливость – это способность организма сопротивляться утомлению при длительной мышечной работе. Прыжки. Бег. Комплекс упражнений для развития выносливости.

**Игровая деятельность.** Игровые задания и игры на активизацию внимания и повышения эмоционального состояния обучающихся, для сплочения группы. Передача при помощи жестов и мимики характера, чувств, настроения. Танцевальные шаги и движения в образах животных, птиц. Этюды, передающие явления природы (падают снежинки, идёт дождь и др.). Тематические игры: «Весёлый оркестр», «магазин игрушек», «Солдатушки — бравы ребятушки», «Зеркало», «Трамвайчик», «Куклы» (по выбору учителя). Инсценировка детских песен (по выбору учителя).

**Просветительско-досуговая деятельность.** Посещение концертных программ, новогодних мероприятий.

**Постановочная работа.** Постановка концертных номеров, разработка и обсуждение сюжета танцевального номера. Работа над синхронностью. Совместное творчество педагога и обучающегося.

**Контрольные (итоговые) занятия.** Определение уровня восприятия разделов и тем программы обучающихся.

### Календарный учебный график (1 год обучения)

| № п\п             | Месяц, число | Время проведения занятия | Форма проведения занятия | Кол-во часов | Тема занятия                                                                       | Место проведения   | Форма контроля            |
|-------------------|--------------|--------------------------|--------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|---------------------------|
| <b>1 четверть</b> |              |                          |                          |              |                                                                                    |                    |                           |
| 1.                |              | 15:00                    | теория                   | 2            | Введение. Инструктаж по технике безопасности.                                      | Танцевальный класс | беседа                    |
| 2.                |              | 15:00                    | практика                 | 6            | Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.                    | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение |
| 3.                |              | 15:00                    | практика                 | 4            | Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).            | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение |
| 4.                |              | 15:00                    | практика                 | 6            | Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп. | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение |
|                   |              |                          |                          |              |                                                                                    |                    |                           |
| 5.                |              | 15:00                    | практика                 | 4            | Ритмическая схема. Ритмическая игра.                                               | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение |
| 6.                |              | 15:00                    | практика                 | 4            | Этюдная работа. Игры.                                                              | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение |
| 7.                |              | 15:00                    | практика                 | 6            | Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.            | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение |

|     |  |       |                    |   |                                                                                                 |                           |                                      |
|-----|--|-------|--------------------|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|--------------------------------------|
| 8.  |  | 15.00 | Теория<br>практика | 6 | Постановочная<br>деятельность.                                                                  | Танцеваль<br>ный<br>класс | Педагоги<br>ческое<br>наблюда<br>ние |
| 9.  |  | 15:00 | практика           | 4 | Упражнения для<br>развития<br>плавности и<br>мягкости<br>движений.<br>Пластичная<br>гимнастика. | Танцеваль<br>ный<br>класс | Педагоги<br>ческое<br>наблюда<br>ние |
|     |  |       |                    |   |                                                                                                 |                           |                                      |
| 10. |  | 15:00 | практика           | 6 | Простейшие<br>фигуры в танцах.<br>Разучивание танца<br>в паре.                                  | Танцеваль<br>ный<br>класс | Педагоги<br>ческое<br>наблюда<br>ние |
| 11. |  | 15:00 | практика           | 4 | Танец с<br>использованием<br>«степа».<br>Упражнения на<br>силовую<br>подготовку.                | Танцеваль<br>ный<br>класс | Педагоги<br>ческое<br>наблюда<br>ние |
| 12. |  | 15:00 | практика           | 6 | Аэробика с<br>использованием<br>«степов»                                                        | Танцеваль<br>ный<br>класс | Педагоги<br>ческое<br>наблюда<br>ние |
| 13. |  | 15:00 | практика           | 8 | Соединение<br>танцевальных<br>упражнений.                                                       | Танцеваль<br>ный<br>класс | Педагоги<br>ческое<br>наблюда<br>ние |
|     |  |       |                    |   |                                                                                                 |                           |                                      |
| 14. |  | 15:00 | практика           | 4 | Аэробика.<br>Упражнения на<br>силовую<br>подготовку.                                            | Танцеваль<br>ный<br>класс | Педагоги<br>ческое<br>наблюда<br>ние |
| 15. |  | 15:00 | практика           | 4 | Игровые<br>двигательные<br>упражнения с<br>предметами.                                          | Танцеваль<br>ный<br>класс | Педагоги<br>ческое<br>наблюда<br>ние |
| 16. |  | 15:00 | практика           | 4 | Упражнения на<br>расслабление<br>мышц.                                                          | Танцеваль<br>ный<br>класс | Педагоги<br>ческое<br>наблюда        |

|     |  |       |                 |   |                                                                                              |                    |                           |
|-----|--|-------|-----------------|---|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|---------------------------|
|     |  |       |                 |   |                                                                                              |                    | ние                       |
| 17. |  | 15:00 | практика        | 4 | Аэробика. Соединение движений на 32 счета. Упражнение на координацию.                        | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение |
| 18. |  | 15:00 | практика        | 2 | Музыкальные игры: «танцующие звери», «мультяшки», «мяч соседу».                              | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение |
| 19. |  | 15.00 | Теория практика | 6 | Постановочная деятельность.                                                                  | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение |
| 20. |  | 15:00 | практика        | 6 | Прогонная репетиция выученных танцев.                                                        | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение |
| 21. |  | 15:00 | практика        | 4 | Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава; эластичности мышц голени и стоп. | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение |
| 22. |  | 15:00 | практика        | 4 | Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага.                               | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение |
| 23. |  | 15:00 | практика        | 4 | Упражнения для улучшения гибкости позвоночника.                                              | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение |
| 24. |  | 15:00 | Теория практика | 6 | Изучить движения танца на месте и с продвижением по рисункам танца; синхронность исполнения. | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение |
| 25. |  | 15.00 | Теория          | 2 | Просветительско-досуговая деятельность.                                                      | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение |

|     |  |       |                  |   |                                                                         |                    |                              |
|-----|--|-------|------------------|---|-------------------------------------------------------------------------|--------------------|------------------------------|
|     |  |       |                  |   |                                                                         |                    | ние                          |
| 26. |  | 15:00 | практика         | 2 | Музыкальные игры: «танцующие звери», «мультяшки», «мяч соседу».         | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение    |
| 27. |  | 15:00 | практика         | 6 | Упражнения на силовую подготовку.                                       | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение    |
| 28. |  | 15:00 | практика         | 4 | Комплекс упражнений для разогрева мышц и суставов; танцевальные прыжки. | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение    |
| 29. |  | 15:00 | практика         | 4 | Аэробика. Соединение движений на 32 счета. Упражнение на координацию.   | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение    |
| 30. |  | 15:00 | практика         | 4 | Движения на гибкость позвоночного сустава; шпагат; бабочка.             | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение    |
| 31. |  | 15:00 | практика         | 4 | Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага.          | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение    |
| 32. |  | 15:00 | практика         | 6 | Постановочная деятельность.                                             | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение    |
| 33. |  | 15:00 | практика         | 2 | Просветительско-досуговая деятельность.                                 | Танцевальный класс | Педагогическое наблюдение    |
| 34. |  | 15:00 | Практика, теория | 2 | Подведение итогов                                                       | Танцевальный класс | Тестовые мероприятия, беседа |

### Учебный тематический план (2 год обучения)

| №<br>п/<br>п | Название раздела, темы                                                                                                                                           | Количество часов |        |          | Форма<br>аттестации/<br>контроля |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------|----------|----------------------------------|
|              |                                                                                                                                                                  | Всего            | Теория | Практика |                                  |
| 1            | Учебно-тренировочная работа                                                                                                                                      |                  |        |          |                                  |
| 1.1          | Вводное занятие (техника безопасности, первичный инструктаж, повторный инструктаж).                                                                              | 4                | 3      | 1        | Устный контроль                  |
| 1.2          | Танцевально – ритмическая гимнастика                                                                                                                             | 42               | 4      | 38       | Творческая работа                |
| 1.3          | Аэробика с использованием реквизитов                                                                                                                             | 44               | 10     | 34       |                                  |
| 1.4          | Партерная гимнастика                                                                                                                                             | 42               | 2      | 40       | Творческая работа                |
| 1.5          | Азбука классического танца                                                                                                                                       | 22               | 6      | 16       | Творческая работа                |
| 1.6          | Современный танец                                                                                                                                                | 4                | 1      | 3        | Творческая работа                |
| 1.7          | Работа над репертуаром                                                                                                                                           | 32               | 10     | 22       | Творческая работа                |
| 2.           | Сценическое движение.                                                                                                                                            |                  |        |          |                                  |
| 2.1          | Музыкально-танцевальные игры.                                                                                                                                    | 22               | 2      | 20       | Творческое задание               |
| 3.           | Мероприятия воспитательного характера                                                                                                                            |                  |        |          |                                  |
| 3.1          | Просмотр видео – материала<br>Просмотр своих номеров (работа над ошибками)<br>Просмотр классических постановок<br>Просмотр концертных номеров народных ансамблей | 2                | 2      |          | Устный контроль, опрос           |
| 3.2          | Заключительное занятие. Подведение итогов<br>Актуализация ранее изученного материала.                                                                            | 2                |        | 2        | Итоговый контроль                |
|              | Итого                                                                                                                                                            | 216              | 40     | 176      |                                  |

### Содержание изучаемого курса (2 год обучения)

Второй год обучения рассчитан на обучающихся, прошедших курс первого года обучения и вновь прибывших.

#### 1. Тема – Вводное занятие.

Теория: Провести инструктаж по технике безопасности.

Содержание материала: данный цикл занятий начинается со вступительной беседы, в которой раскрываются цели и задачи программы. Определяются основные правила этики, безопасности и гигиены.

#### 2. Тема – Танцевально - ритмическая гимнастика.

Теория. Включается весь материал, указанный в программе для первого года обучения. Дополнительно: особенности метро – ритма, чередование сильной и слабой доли такта.

*Практика:* выполняется материал, указанный для первого года обучения, затем новый. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Отличается от многих разминок тем, что выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов начинается уже в разминке.

### 3. Тема - Аэробика с использованием реквизитов.

Упражнения с использованием Мячика, скакалки, ленточки, обручи.

### 4. Тема – Партерная гимнастика.

- упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп;
- упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага;
- упражнения для улучшения гибкости позвоночника;
- упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;
- упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава;
- упражнения для исправления осанки;
- упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.

### 5. Тема – Элементы классического танца.

Теория. Повторить изученные термины первого года обучения, изучить новые термины и их значения.

Практика. Упражнения у станка: Повторение и закрепление упражнений 1-го года обучения, добавит позиции рук, изучить к Battements fondus – frappes, doubles frappes. Ronds de jambes en l'air – круговое движение в воздухе. Прыжки лицом к станку – Temps leve, changement de pied. Упражнения на середине зал: 3-е пордебра; позы – croisee, efface, ecartee, Прыжки руки на поясе Temps leve, changement de pied. Закрепление упражнений: Повторение и закрепление выученного, работа над техникой исполнения.

### 6. Тема – Народно – сценический танец.

*Теория:* в народно-сценическом танце применяются те же позиции ног, что и в классическом танце. Однако эти позиции выполняются несколько иначе, а именно, менее в выворотном положении, чем в классике.

*Практика:* народно – сценические упражнения у станка и на середине зала – подготовка к более четкому исполнению народных движений. Контрастность стилей разных народов. Источники народных тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни народов. Изучить у станка экзерсис разных народностей, смотря на успеваемость обучающихся.

### 7. Тема – Современный танец.

Изучить упражнения переплетаясь в постановках с современными направлениями. В этом стиле можно бесконечно варьировать, сочинять, учитывая возможности, особенности темперамента обучающиеся, максимально выявляя индивидуальные возможности каждого. Изучить комплекс упражнений, которые в дальнейшем будут использованы для совместных исполнений в флешмобе.

### 8. Тема – Работа над репертуаром.

Разучивание движений к танцу, постановка танцевального номера, в зависимости от фантазии педагога и возможностей обучающихся. Отработка готовых номеров в танцевальном зале и на сцене, подготовка к концертным выступлениям.

### 9. Тема – Музыкально – танцевальная игра.

- «Ласточки, воробьи и петухи» (Ласточки летают, воробьи сидят и клюют зернышки, петухи ходят важно);
- «Подснежник» (обучающиеся показывают как распускается цветок);

- «Пантомима» (один игрок показывает, другой повторяет зеркально);
- «Добрая волшебница»;
- «Злая волшебница».

**10. Тема – Просмотр видео – материала**

- Просмотр своих номеров (работа над ошибками);
- Просмотр классических постановок;
- Просмотр концертных номеров народных ансамблей.

**11. Тема – Беседы об искусстве**

Прослушивание музыки, изучить слова и фразы знаменитых людей. Посещение и участие праздничных и концертных мероприятий.

**12. Тема – Заключительное занятие. Подведение итогов. Актуализация ранее изученных тем.**

**Ожидаемые результаты**

*По окончании второго года обучения, обучающиеся должны:*

- уметь передавать в движении характер и темп музыки;
- уметь перестраиваться в простые рисунки танца (круг, линии, колонны);
- знать основные движения – разных народно – сценических танцев;
- иметь правильную осанку;
- уметь правильно выполнять основные упражнения классического танца у станка и на середине зала.

Личностные качества — повышение интереса к занятиям к танцевальным занятиям и развитие желания добиваться хороших результатов, проявляя упорство и настойчивость; стремление систематически овладевать теоретическими и практическими знаниями и навыками; активно участвовать в общественной и культурной жизни коллектива.

**Календарный учебный график (2год обучения)**

| № | Месяц    | Число | Время | Форма занятия                        | Кол-во часов | Тема занятий                                                                                                                | Место проведения     | Форма контроля    |
|---|----------|-------|-------|--------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-------------------|
| 1 | Сентябрь |       |       | Теоретическое и практическое занятие | 2            | Вводное занятие<br>Первичный инструктаж                                                                                     | Танцевальный кабинет | Устный контроль   |
|   |          |       |       | Практическое занятие                 | 4            | Танцевально – ритмическая гимнастика: постановка корпуса; упражнения на гибкость корпуса; упражнения для рук, кистей, плеч. | Танцевальный кабинет | Творческая работа |
|   |          |       |       | Практическое занятие                 | 4            | Партерная гимнастика: упражнения для развития подвижности голеностопного                                                    | Танцевальный кабинет | Творческая работа |

|   |         |  |  |                                               |   |                                                                                                                                                                                                 |                         |                      |
|---|---------|--|--|-----------------------------------------------|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------------|
|   |         |  |  |                                               |   | сустава;<br>эластичности<br>мышц голени и<br>стоп;<br>упражнения для<br>развития<br>выворотности<br>ног и<br>танцевального<br>шага;<br>упражнения для<br>улучшения<br>гибкости<br>позвоночника. |                         |                      |
|   |         |  |  | Практическое<br>и<br>теоретическое<br>занятие | 2 | Элементы<br>классического<br>танца:<br>Положение рук<br>и ног; позиции<br>рук и ног у<br>станка; изучить<br>demi plie, grand<br>plie, releve.                                                   | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа |
|   |         |  |  | Практическое<br>и<br>теоретическое<br>занятие | 6 | Работа над<br>репертуаром –<br>Музыкальный<br>размер танца;<br>Изучить<br>движения танца<br>на месте;<br>изучить начало<br>танца;<br>синхронность<br>исполнения                                 | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа |
|   |         |  |  | Практическое<br>занятие                       | 4 | Работа над<br>репертуаром –<br>повторять<br>движения<br>синхронно                                                                                                                               | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа |
|   |         |  |  | Практическое<br>занятие                       | 2 | Народно –<br>сценический<br>танец.<br>Положение рук,<br>ног, корпуса.                                                                                                                           | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа |
| 2 | Октябрь |  |  | Практическое<br>и<br>теоретическое<br>занятие | 4 | Танцевально –<br>ритмическая<br>гимнастика:<br>постановка<br>корпуса;<br>упражнения на<br>гибкость                                                                                              | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа |

|  |  |  |  |                         |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                         |                       |
|--|--|--|--|-------------------------|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------|
|  |  |  |  |                         |   | корпуса;<br>упражнения для<br>рук, кистей,<br>плеч.                                                                                                                                                                                                                                        |                         |                       |
|  |  |  |  | Практическое<br>занятие | 4 | Партерная<br>гимнастика:<br>упражнения для<br>развития<br>подвижности<br>голеностопного<br>сустава;<br>эластичности<br>мышц голени и<br>стоп;<br>упражнения для<br>развития<br>выворотности<br>ног и<br>танцевального<br>шага;<br>упражнения для<br>улучшения<br>гибкости<br>позвоночника. | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа  |
|  |  |  |  | Практическое<br>занятие | 4 | Элементы<br>классического<br>танца:<br>Положение рук<br>и ног; позиции<br>рук и ног у<br>станка; повторять<br>demi plie, grand<br>plie, releve.                                                                                                                                            | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа  |
|  |  |  |  | Практическое<br>занятие | 6 | Работа над<br>репертуаром –<br>Музыкальный<br>размер танца;<br>Изучить<br>движения танца<br>на месте;<br>изучить<br>движения с<br>продвижением;<br>изучить рисунки<br>танца;<br>синхронность<br>исполнения;<br>характер<br>исполнения.                                                     | Танцевальный<br>кабинет | Творческое<br>задание |
|  |  |  |  | Практическое<br>занятие | 2 | Музыкально<br>танцевальная                                                                                                                                                                                                                                                                 | Танцевальный<br>кабинет | Творческое<br>задание |

|   |        |  |  |                                                |   |                                                                                                                                                                                                                                                            |                         |                       |
|---|--------|--|--|------------------------------------------------|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------|
|   |        |  |  |                                                |   | игра.                                                                                                                                                                                                                                                      |                         |                       |
|   |        |  |  | Практическое<br>и<br>теоретическое<br>занятие  | 4 | Народно –<br>сценический<br>танец у станка.<br>Изучить<br>комбинацию на<br>плие                                                                                                                                                                            | Танцевальный<br>кабинет | Творческое<br>задание |
| 3 | Ноябрь |  |  | Практическое<br>занятие                        | 4 | Танцевально –<br>ритмическая<br>гимнастика:<br><b>упражнение для<br/>формирования<br/>правильной<br/>осанки;<br/>комплекс<br/>упражнений<br/>для развития<br/>подвижности<br/>суставов<br/>позвоночника,<br/>исправления<br/>недостатков в<br/>осанке.</b> | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа  |
|   |        |  |  | Практическое<br>занятие                        | 4 | Партерная<br>гимнастика:<br>Бабочка – сидя,<br>лежа на спине,<br>лежа на животе,<br>по парам.                                                                                                                                                              | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа  |
|   |        |  |  | Теоретическо<br>е и<br>практическое<br>занятие | 4 | Работа над<br>репертуаром –<br>движения танца<br>на месте;<br>изучить<br>движения с<br>продвижением;<br>изучить рисунки<br>танца;<br>синхронность<br>исполнения;<br>характер<br>исполнения.                                                                | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа  |
|   |        |  |  | Практическое<br>занятие                        | 4 | Музыкально<br>танцевальная<br>игра.                                                                                                                                                                                                                        | Танцевальный<br>кабинет | Творческое<br>задание |
|   |        |  |  | Практическое<br>занятие                        | 4 | Элементы<br>классического<br>танца:<br>Положение рук<br>и ног; позиции<br>рук и ног у<br>станка; изучить                                                                                                                                                   | Танцевальный<br>кабинет | Творческое<br>задание |

|   |         |  |  |                      |   |                                                                                                                                                                                                                                               |                      |                    |
|---|---------|--|--|----------------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|--------------------|
|   |         |  |  |                      |   | demi plie, grand plie, releve.                                                                                                                                                                                                                |                      |                    |
|   |         |  |  | Практическое занятие | 4 | Народно – сценический танец у станка. Изучить комбинацию на тондю, повторить плие.                                                                                                                                                            | Танцевальный кабинет | Творческое задание |
| 4 | Декабрь |  |  | Практическое занятие | 4 | Танцевально – ритмическая гимнастика: <b>комплекс упражнений для развития подвижности суставов позвоночника;</b> комплекс упражнений для подвижности мышц тазобедренного суставов; упражнения для растяжки и формирования танцевального шага. | Танцевальный кабинет | Творческая работа  |
|   |         |  |  | Практическое занятие | 4 | Партерная гимнастика: Шпагат поперечный, на правую и левую ногу.                                                                                                                                                                              | Танцевальный кабинет | Творческая работа  |
|   |         |  |  | Практическое занятие | 4 | Работа над репертуаром – Изучить движения танца на месте; изучить движения с продвижением; изучить рисунки танца; синхронность исполнения; характер исполнения.                                                                               | Танцевальный кабинет | Творческая работа  |
|   |         |  |  | Практическое занятие | 4 | Музыкально танцевальная                                                                                                                                                                                                                       | Танцевальный кабинет | Творческое задание |

|   |        |  |  |                                      |   |                                                                                                                                            |                      |                    |
|---|--------|--|--|--------------------------------------|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|--------------------|
|   |        |  |  |                                      |   | игра.                                                                                                                                      |                      |                    |
|   |        |  |  |                                      | 4 | Элементы классического танца: у станка; повторять demi plie, grand plie, releve, dattement tondu, battement jette, rond de jambe parterre/ | Танцевальный кабинет | Творческое задание |
|   |        |  |  | Практическое и теоретическое занятие | 4 | Народно – сценический танец у станка. Изучить комбинацию на плие, тондю и жете.                                                            | Танцевальный кабинет | Творческое задание |
| 5 | Январь |  |  | Теоретическое занятие                | 2 | Повторный инструктаж                                                                                                                       | Танцевальный кабинет | Устный опрос       |
|   |        |  |  | Практическое занятие                 | 6 | Танцевально – ритмическая гимнастика: <b>комплекс упражнений для развития подвижности мышц и суставов.</b>                                 | Танцевальный кабинет | Творческая работа  |
|   |        |  |  | Практическое занятие                 | 4 | Партерная гимнастика: мостик, упражнения на гибкость позвоночника.                                                                         | Танцевальный кабинет | Творческая работа  |
|   |        |  |  | Практическое занятие                 | 2 | Музыкально танцевальная игра.                                                                                                              | Танцевальный кабинет | Творческое задание |
|   |        |  |  | Практическое занятие                 | 4 | Элементы классического танца: demi plie, grand plie, releve по I,II, III позиции ног; battement tondu по I, III позиции ног;               | Танцевальный кабинет | Творческая работа  |
|   |        |  |  | Теоретическое и практическое занятие | 6 | Работа над репертуаром – Изучить движения танца, рисунки танца; синхронность                                                               | Танцевальный кабинет | Творческая работа  |

|   |             |  |  |                                                |   |                                                                                                                                                           |                         |                       |
|---|-------------|--|--|------------------------------------------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------|
|   |             |  |  |                                                |   | исполнения;<br>характер<br>исполнения.                                                                                                                    |                         |                       |
| 6 | Феврал<br>ь |  |  | Практическое<br>занятие                        | 4 | Танцевально –<br>ритмическая<br>гимнастика:<br><i>комплекс<br/>упражнений<br/>для развития<br/>подвижности<br/>мышц и<br/>суставов.</i>                   | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа  |
|   |             |  |  | Практическое<br>занятие                        | 4 | Партерная<br>гимнастика:<br>мостик,<br>упражнения на<br>гибкость<br>позвоночника.                                                                         | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа  |
|   |             |  |  | Практическое<br>занятие                        | 2 | Музыкально<br>танцевальная<br>игра.                                                                                                                       | Танцевальный<br>кабинет | Творческое<br>задание |
|   |             |  |  | Практическое<br>занятие                        | 8 | Работа над<br>репертуаром –<br>Рисунки и<br>движения танца,<br>синхронность<br>исполнения;<br>характер<br>исполнения.                                     | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа  |
|   |             |  |  | Теоретическо<br>е и<br>практическое<br>занятие | 2 | Элементы<br>классического<br>танца:<br>Классический<br>экзерсис лицом к<br>станку; изучить<br>battement jette в<br>сторону; повтор.                       | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа  |
|   |             |  |  | Теоретическо<br>е и<br>практическое<br>занятие | 4 | Современный<br>танец. Изучить<br>движения для<br>флешмоб                                                                                                  | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа  |
| 7 | Март        |  |  | Практическое<br>занятие                        | 6 | Танцевально –<br>ритмическая<br>гимнастика:<br><i>комплекс<br/>упражнений<br/>для развития<br/>подвижности<br/>мышц и<br/>суставов. Бег по<br/>кругу.</i> | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа  |

|   |        |  |  |                                      |   |                                                                                                                          |                      |                    |
|---|--------|--|--|--------------------------------------|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|--------------------|
|   |        |  |  | Практическое занятие                 | 2 | Музыкально танцевальная игра.                                                                                            | Танцевальный кабинет | Творческое задание |
|   |        |  |  | Практическое занятие                 | 4 | Партерная гимнастика: мостик, упражнения на гибкость позвоночника.                                                       | Танцевальный кабинет | Творческая работа  |
|   |        |  |  | Практическое занятие                 | 6 | Работа над репертуаром: Изучить движения и рисунки танца; отработка исполнения движений в такт музыки.                   | Танцевальный кабинет | Творческая работа  |
|   |        |  |  | Практическое занятие                 | 4 | Элементы классического танца: Исполнение классического экзерсиса с правой и левой стороны.                               | Танцевальный кабинет | Творческая работа  |
|   |        |  |  | Теоретическое и практическое занятие | 2 | Современный танец. Изучить движения для флешмоб                                                                          | Танцевальный кабинет | Творческая работа  |
| 8 | Апрель |  |  | Практическое занятие                 | 4 | Танцевально – ритмическая гимнастика: <b>комплекс упражнений для развития подвижности мышц и суставов. Бег по кругу.</b> | Танцевальный кабинет | Творческая работа  |
|   |        |  |  | Практическое занятие                 | 4 | Партерная гимнастика: комплекс упражнений на пластику.                                                                   | Танцевальный кабинет | Творческая работа  |
|   |        |  |  | Теоретическое и практическое занятие | 4 | Современный танец. Изучить движения для флешмоб                                                                          | Танцевальный кабинет | Творческая работа  |
|   |        |  |  | Теоретическое                        | 2 | Работа над                                                                                                               | Танцевальный кабинет | Творческая         |

|   |     |  |  |                                                |   |                                                                                                                                                           |                         |                       |
|---|-----|--|--|------------------------------------------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------|
|   |     |  |  | е и<br>практическое<br>занятие                 |   | репертуаром:<br>Изучить<br>движения и<br>рисунки танца;<br>отработка<br>исполнения<br>движений в такт<br>музыки.                                          | кабинет                 | работа                |
|   |     |  |  | Теоретическо<br>е и<br>практическое<br>занятие | 2 | Элементы<br>классического<br>танца: экзерсис у<br>станка; изучить<br>прыжки на<br>середине зала.                                                          | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа  |
|   |     |  |  | Теоретическо<br>е и<br>практическое<br>занятие | 4 | Народно –<br>сценический<br>танец . Экзерсис<br>у станка .                                                                                                | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа  |
|   |     |  |  | Практическое<br>занятие                        | 4 | Современный<br>танец: ходы на<br>руках по парам;<br>прыжки<br>«Пенек»,<br>изучить и<br>отработать<br>движения для<br>флешмоб.                             | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа  |
| 9 | Май |  |  | Практическое<br>занятие                        | 2 | Танцевально –<br>ритмическая<br>гимнастика:<br><b>комплекс<br/>упражнений<br/>для развития<br/>подвижности<br/>мышц и<br/>суставов. Бег по<br/>кругу.</b> | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа  |
|   |     |  |  | Практическое<br>занятие                        | 2 | Партерная<br>гимнастика:<br>мостик, шпагат,<br>бабочка, колесо,<br>качалка.                                                                               | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа  |
|   |     |  |  | Практическое<br>занятие                        | 2 | Музыкально<br>танцевальная<br>игра: игра на<br>фантазию; «кто<br>быстрее» (на<br>перестроение<br>фигур);<br>«пародия на<br>животных».                     | Танцевальный<br>кабинет | Творческое<br>задание |
|   |     |  |  | Практическое                                   | 2 | Работа над                                                                                                                                                | Танцевальный            | Творческая            |

|  |  |  |  |                                                |   |                                                                                                                               |                         |                              |
|--|--|--|--|------------------------------------------------|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------|
|  |  |  |  | занятие                                        |   | репертуаром:<br>движения и<br>рисунки танца;<br>отработка<br>исполнения<br>движений в такт<br>музыки.                         | кабинет                 | работа                       |
|  |  |  |  | Практическое<br>занятие                        | 2 | Элементы<br>классического<br>танца: Экзерсис<br>у станка.                                                                     | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа         |
|  |  |  |  | Теоретическо<br>е и<br>практическое<br>занятие | 4 | Народно –<br>сценический<br>танец. Экзерсис<br>у станка .                                                                     | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа         |
|  |  |  |  | Практическое<br>занятие                        | 4 | Современный<br>танец: ходы на<br>руках по парам;<br>прыжки<br>«Пенек»,<br>изучить и<br>отработать<br>движения для<br>флешмоб. | Танцевальный<br>кабинет | Творческая<br>работа         |
|  |  |  |  | Теоретическо<br>е занятие                      | 2 | Просмотр видео<br>– материала.<br>Просмотр своих<br>номеров (работа<br>над ошибками);                                         | Танцевальный<br>кабинет | Устный<br>контроль.<br>Опрос |
|  |  |  |  | Теоретическо<br>е занятие                      | 2 | Беседа об<br>искусстве танца                                                                                                  | Танцевальный<br>кабинет | Устный<br>контроль.<br>Опрос |
|  |  |  |  | Практическое<br>занятие                        | 2 | Заключительное<br>занятие:<br>повторить<br>раннее<br>изученный<br>материал.                                                   | Танцевальный<br>кабинет | Итогов<br>ый<br>контрол<br>ь |

### **Предполагаемый результат**

За время обучения обучающиеся должны получить представление о том, как танцевально – спортивное движение выражает внутренний мир человека, что красота танца – это совершенство движений и линии человеческого тела, выразительность, легкость, сила, грация. Обучающийся, прошедший определенный курс по данной программе, должны получить общие сведения об искусстве хореографии, по специфике и особенностях. Овладеют позициями и положениями рук и ног. У обучающихся должно быть всесторонне развито внимание, им необходимо одновременно овладеть техникой движения, и музыкальностью, и артистичностью. Усвоят технику исполнения движения в неразрывной связи с той особенной манерой и характером, которые делают элементы танца грациозными.

### **Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение учебной деятельности:**

Учитывая, что в объединение часто принимаются дети без специального отбора, одной из задач педагога является исправление дефектов осанки. Следует обращать внимание на положение всей ноги и стопы, в полной и неполной выворотности. Чтобы не было наклона в голеностопном суставе ни снаружи, ни внутри.

Обучающиеся во время обучения должны получать представление о выразительности танцевальных движений, отражающих внутренний мир человека, стремиться к совершенствованию своих движений – выразительности, легкости, стиле, грации.

Обучающиеся, прошедшие определенный курс по данной программе, должны получить также общие сведения об искусстве танцевального спорта, ее специфике и особенностях.

Отчеты танцевально – спортивного объединения «Грация» могут проходить как концертное выступление и как открытое занятие. Вместе с тем выступления на сценической площадке можно сочетать с выступлениями обучающихся на воздухе, на открытой площадке в майские праздники, в дни зимних каникул принимает участие в играх и танцах детей вокруг елки.

На мероприятиях воспитательного характера входит подготовка и проведение отчетных концертов, выступлений обучающихся в школе, клубах, на избирательных участках, помощь товарищам по коллективу в различных танцев, замена заболевших, самостоятельная работа по созданию, исполняемых в своей школе, в лагерях.

На занятии обучающиеся должны приходить в специальной форме, это их дисциплинирует. Девочки надевают купальник без рукавов, мальчики – шорты и майки. Обувь тапочки на мягкой подошве и для мальчиков, и для девочек.

Преподаватель должен иметь раздаточный материал: эскизы костюмов. Также в кабинете должна быть своя фонотека и видеотека. Для выступлений необходимо иметь костюмы и сценическую обувь, а также реквизиты необходимые для изучаемого танцевального номера.

Результаты контроля учебной деятельности служат основанием для внесения корректив в содержание и организацию процесса обучения, а также для поощрения успешной работы обучающихся, развития их творческих способностей, самостоятельности и инициативы в овладении знаниями, умениями, навыками.

### **Критерии оценочной деятельности обучающихся.**

Главным экспертом в оценке личностного и творческого роста обучающихся, конечно, должен быть сам педагог с помощью метода наблюдения и метода включения обучающихся в танцевально – спортивную деятельность.

Механизмом оценки роста и восхождения является: «обратная связь» обучающегося и педагога; уровень задач, которые ставят перед собой обучающийся и коллектив: а также достижения не только творческого характера, но и личностного. Если «обратная связь» от участника передает готовность продолжать тренироваться, учиться, участвовать и это находит выражение в труде и настойчивости, а при этом уровень притязаний личности растет соответственно достижениям, значит с личностью все в порядке, она растет и развивается.

А поскольку танец - творчество коллективное и, если коллектив с удовольствием работает и отдыхает, то его деловое и неформальное общение «здоровое». Если зритель стремится посмотреть выступления танцевальной группы в коллектив стремятся новые люди, чтобы стать его обучающимися, значит, творческий организм живет и развивается успешно.

Одной из «экспертных оценок» являются выступления на концертах, участие в районных и областных конкурсах. Беседуя с детьми об увиденном, будь то конкурс, фестиваль или концерт, у обучающихся вырабатывается способность улавливать красоту, полученные впечатления учат их сравнивать, сопоставлять, вызывают желание поделиться своими соображениями с взрослыми и ровесниками.

Формирование оценочной деятельности у обучающихся в танцевальном объединении происходит по двум направлениям. Во - первых, благодаря изучению творчества Мастеров, во - вторых, в сопоставлении с тем, как изменились результаты, прежние и настоящие. У нас не принято сравнивать и сопоставлять «талантливость» работы ровесников. Это может вызвать негативное явление - потерю стремления ребенка подняться в своих знаниях и умениях на более высокую ступень. На мой взгляд, соперничество и конкуренция внутри детского коллектива губительны, так как вместо творчества начинается работа ради первенства, ради успеха.

Диагностика результатов ведётся лично педагогом, с помощью журнала.

### **Материально-техническое обеспечение**

- музыкальный центр;
- сценические костюмы;
- коврики для разминки;
- скакалки;
- обруч;
- спортивная одежда.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### Основная литература

Интернет-источники:

- ◆ Пидкасистый И. П. Педагогика – М.: Пед. наследие России, 2007. – 608с. - режим доступа [http://www.5port.ru/pidkasisty/ped\\_p](http://www.5port.ru/pidkasisty/ped_p);
- ◆ Слостенко В. А. и др. Общая педагогика в 2-х ч. - М.: Академия. – 571с. - режим доступа [http://www.kroto.v.info/lib\\_sec/shso/71\\_slas0.html](http://www.kroto.v.info/lib_sec/shso/71_slas0.html);
- ◆ Харламов И. Ф. Педагогика. [Электронный ресурс - М.: 1999] - режим доступа <http://www.koob.ru/pedagogics/>;
- ◆ Подласый И. П. Педагогика. - М.: Просвещение, 2007 - режим доступа [http://pedlib.ru/Books/1/0221/1\\_0221-1.shtml](http://pedlib.ru/Books/1/0221/1_0221-1.shtml);
- ◆ Педагогика (Педагогические теории, системы технологии). Под ред. Смирнова С. А. – М.: Академия, 2008 - режим доступа <http://psychologiya.com.ua/pedagogicheskaya-psixologiya/1115-smirnov-sa-pedagogika-pedagogicheskie-teorii-sistemy-technologii.html>;
- ◆ Селевко Г.К. Энциклопедия образовательных технологий: [Электронный ресурс - М.: 2006] - режим доступа <http://psyinst.ru/library.php?id=2599&part=article>.

### Дополнительная литература

- ◆ Федеральный закон Российской Федерации "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012г. № 273-ФЗ - <http://base.garant.ru/70291362/>;
- ◆ Закон Республики Башкортостан «Об образовании в Республике Башкортостан» от 01.07.2013г. № 696-З - <http://www.rg.ru/2013/07/17/bashkiriya-zakon696-reg-dok.html>;
- 1. Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в ОУ: СанПиН 2.4.2.2821 – 10. – 25 апреля 2014г. – режим доступа <http://base.garant.ru/12158477/>;
- 2. Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования обучающихся. Санитарно-эпидемиологические нормы и правила СанПиН 2.4.4.1251 -03. - 25 апреля 2014г. – режим доступа <http://base.garant.ru/12158477/>;
- 3. Конвенция ООН «О правах обучающегося». – М., [http://www.un.org/ru/documents/decl\\_conv/conventions/childcon](http://www.un.org/ru/documents/decl_conv/conventions/childcon);
- 4. Концепция развития дополнительного образования обучающихся в Российской Федерации до 2020 года [Электронный ресурс - М.: 2014] - режим доступа <http://bda-expert.com/2014/04/koncepciya-razvitiya-dopolnitelnogo-obrazovaniya-detej-v-rossijskoj-federacii-proekt/>;
- 5. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 8 сентября 2015г. № 613н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования обучающихся и взрослых»» - <http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71102914/#ixzz3p0POPIFI>;
- ◆ Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013г. N 1008 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» - [http://minobr.gov-murman.ru/files/Prikaz\\_1008.pdf](http://minobr.gov-murman.ru/files/Prikaz_1008.pdf);
- 6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014г. № 1726-р Концепция развития дополнительного образования обучающихся -

<http://government.ru/media/files/ipA1NW42XOA.pdf>;

7. Данилюк А.Я., Кондаков А.М., Тишков В.А. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России – М., 2011г. - [http://portal21.ru/news/we\\_recommend.php?ELEMENT\\_ID=1890](http://portal21.ru/news/we_recommend.php?ELEMENT_ID=1890);

♦ Джумм Ю. Что на душе у экстремала? Здоровье школьника. - <http://www.zapartoi.ru/extrim.html>;

♦ Жилякова Е.Н. Организация работы с «трудными» учащимися. Справочник классного руководителя. - <http://www.mcfr.ru/journals/56/281/17960/index.php>;

♦ Коновалова Т. Наркомания: кто виноват и что делать? Классное руководство и воспитание обучающихся - [http://ruk.1september.ru/view\\_article.php?ID=200701114](http://ruk.1september.ru/view_article.php?ID=200701114);

♦ Паршутин И.А. Методы стимулирования учебной деятельности. Справочник классного руководителя. – <http://klass.resobr.ru/archive/year/articles/517/>;

♦ Рязанкина Е.В. Манипулирование личностью: как защитить подростка. Справочник классного руководителя <http://psyjournals.ru/authors/39785.shtml>.

#### Литература для педагога

- ♦ Вашкевич Н.Н., История хореографии всех веков и народов. М,Лань, Планета музыки, 2009. [idvm.narod.ru>texts/bibe/vashkevich.htm](http://idvm.narod.ru/texts/bibe/vashkevich.htm);
- ♦ Пасютинская В. Волшебный мир танца. Москва., 2008;
- ♦ Фришман И.И. Методика работы педагога доп. обр-я.- М, 2001;
- ♦ Бочаров А.И., Лопухов А.В., Ширлев А.В. Основы характерного танца. – М., 2006 [terpsihora.podderzhka@gmail.com](mailto:terpsihora.podderzhka@gmail.com);
- ♦ Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. – М., 2006. [literaturerepublic@gmail.com](mailto:literaturerepublic@gmail.com);
- ♦ Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «Са-фи-дансе»: Танцевально игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 56  
2000. <https://drive.google.com/file/d/0B7cx5n1ku9s9TlZFX0dTbGdRX1E/view?usp=sharing>.

#### Литература для обучающихся

- ♦ Вашкевич Н.Н., История хореографии всех веков и народов. М,Лань, Планета музыки, 2009.
- ♦ Подласый И.П. Педагогика: 100 вопросов- 100 ответов.- М. Владос-Пресс, 2001.
- ♦ Пасютинская В. Волшебный мир танца. Москва., 2008
- ♦ Тучкова Г.У.Урок как показатель грамотности и мастерства учителя.-М.,ЦГЛ,АПК и ПРО,2003
- ♦ Фришман И.И. Методика работы педагога доп. обр-я.- М, 2001