Утверждаю:
директор ГОКУ СКШ №2 г. Ангарска
_____ И.В. Черепанова
Приказ № 64-п от 01.09.2022 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 0246CA780078AD118746995A2BC8B5932E
Владелец: Черепанова Ирина Владимировна
Действителен: с 02.08.2021 по 02.11.2022

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественно-творческой направленности

# Студия современного танца «Крылья»

ГОКУ «Специальная (коррекционная) школа №2 г. Ангарска»

**Возрастная категория обучающихся:**
13-16 лет

**Срок реализации программы:** 3 года

**Автор-составитель:**
Сукнева Инна Сергеевна,
педагог дополнительного образования

г. Ангарск, 2022 год

# Оглавление

Паспорт программы ..... 3
Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы ..... 6
1.1. Пояснительная записка ..... 6
Направленность программы ..... 6
Актуальность и новизна программы ..... 7
Отличительная особенность программы ..... 8
Педагогическая целесообразность ..... 8
Срок освоения программы ..... 8
Формы и режим занятий ..... 8
1.2. Цель и задачи программы ..... 9
Цель программы ..... 9
Задачи программы ..... 9
Основные направления коррекционной работы ..... 10
1.3. Содержание программы. ..... 10
Учебный план студии современного танца «Крылья» средней группы (6-7-е классы) ..... 10
Учебный план студии современного танца «Крылья» старшей группы (8-9-е классы) ..... 10
Содержание учебного плана средней группы (6-7-е классы) ..... 11
Содержание учебного плана старшей группы (8-9-е классы) ..... 13
Календарно-тематическое планирование (средняя группа) ..... 15
Календарно-тематическое планирование (старшая группа) ..... 19
1.4. Планируемые результаты освоения программы ..... 23
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий ..... 41
2.1. Календарный учебный график ..... 41
2.2. Условия реализации программы ..... 41
2.3. Этапы и формы контроля ..... 41
2.4. Оценочные материалы ..... 42
Список литературы ..... 43

# Паспорт программы

| | |
|---|---|
| **Название программы** | Студия современного танца «Крылья» |
| **Автор-составитель** | Сукнева Инна Сергеевна |
| **Адрес** | Иркутская область, г. Ангарск, 12 микрорайон, дом 18 |
| **Возраст обучающихся** | 13-16 лет |
| **Срок реализации программы** | 1-3 года |
| **Направленность** | Творческая (хореография) |
| **Вид программы** | Модифицированная |
| **Уровень освоения** | Общеразвивающий |
| **Год разработки программы** | 2022 г. |
| **Нормативно-правовое обеспечение программы** | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа студия современного танца «Крылья» разработана в соответствии с:<br>• Федеральным законом от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации.<br>• Приказом Министерства образования и науки от 29 августа 2013 года № 1008 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам».<br>• Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. 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".<br>• Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008).<br>• Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242).<br>• Концепцией развития дополнительного образования детей (утвержденной распоряжением правительства РФ от 04.09.2014 г. №1726-р).<br>• Требованиями к структуре и содержанию программы дополнительного образования детей (письмо Министерства образования Российской Федерации от 18 июня 2003 г. № 28-02-484/16).<br>• Примерными требованиями к программам дополнительного образования детей (Приложение к письму Департамента молодёжной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844).<br>• Федеральной целевой программой «Успех каждого |

| | |
|---|---|
| | ребенка» национального проекта образования до 2024 года. (01.11.2018 – 30.12.2024 г.). |
| **Цель** | Развитие личности ребенка способного к творческому самовыражению через овладение основами хореографии. |
| **Задачи** | **Образовательные:**<br>1. Познакомить с историей возникновения танца, от истоков до наших дней;<br>2. Исправлять недостатки моторики и совершенствовать зрительно-двигательную координацию;<br>3. Формировать правильную осанку и укреплять здоровье;<br>4. Поощрять речевую активность детей, продолжать обогащать словарный запас.<br>**Развивающие:**<br>1. Развивать творческое мышление, воображение и художественный вкус, стимулирование развития эмоциональности, памяти, воображения и творческой активности в ансамбле;<br>2. Способствовать проявлению индивидуальных интересов и потребностей;<br>3. Развивать чувства ансамбля (чувства партнерства), двигательно-танцевальных способностей, артистизма интерес к совместной деятельности со сверстниками и взрослыми.<br>**Воспитательные:**<br>1. Воспитывать чувство коллективизма (партнерства), стремление к взаимопомощи;<br>2. Поддерживать стремление детей к отражению своих представлений посредством танца, приобретение детей опыта творческой деятельности и публичных выступлений;<br>3. Воспитывать положительные качества характера: обязательность, ответственность, трудолюбие, доброту. |
| **Планируемые результаты освоения программы** | К концу обучения, обучающиеся овладевают следующими компетентностями:<br>**Образовательные (предметные):**<br>• Умение работать с раздаточным материалом педагога;<br>• Умение станцевать импровизацию под известную и современную музыку с предметами.<br>**Метапредметные:**<br>• Умение планировать, контролировать и оценивать собственные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;<br>• Умение осуществлять под руководством педагога танцевальную деятельность индивидуально, в парах и ансамбле;<br>**Личностные:**<br>• Навыки сотрудничества с взрослыми и сверстниками;<br>• Умение проявлять отзывчивость, доброжелатель- |

| | |
|---|---|
| | ность, понимание и сопереживание чувствам других людей. |
| **Количество часов** | 1 год – 68 часов<br>2 год - 68 часов<br>3 год - 68 часов |
| **Форма обучения** | Групповая |
| **Методическое обеспечение** | • просмотр отрывков из истории танца;<br>• просмотр презентаций по теме: «От истоков до наших дней», «Ансамль имени Годенко и Моисеева», «Современный балет», «Известные балеты», «Развития хип хоп Культуры»<br>• просмотр фильмов, балетах;<br>• дидактические материалы. |
| **Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)** | Материально-технические условия реализации программы:<br>1. Учебный класс, для проведения практических занятий;<br>2. Учебная мебель, зеркала;<br>3. Видео, аудиоаппаратура;<br>4. Коврики, ленты, платки и т.д.<br>5. Дидактический материал. |

# Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

## 1.1. Пояснительная записка

В связи с введением Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с 2014 года реализуется учебный план в соответствии с требованиями нового стандарта, в котором внеурочная деятельность входит в Федеральный компонент.

Хореография предусматривает знакомство с элементами музыкальной грамоты, развитие ориентации и «мышечного чувства», формирование художественно-творческих способностей личности, также хореографическое искусство является важным аспектом эстетического воспитания.

В духовной культуре человечества хореографическое искусство занимает своё особое значимое место. Являясь одним из самых древних видов искусства, появившись с рождением человечества, танец всегда неразрывно связан с жизнью.

Изменялось общество – изменялось и танцевальное искусство. Танец стал больше, чем красивое зрелищное представление. На данном этапе танец раскрывает духовно-нравственный потенциал человека, его способность ценить красоту, совершенство мира природы и гармонично взаимодействовать с ним. Танец пронизывает самые разнообразные области культуры и искусства.

Танец – искусство многогранное, объединяющее искусство действия с музыкой, художественными образами, произведениями литературы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Душой наполненный полет» разработана на основе типовой программы «Ритмика» для общеобразовательных учебных учреждений, программы «Ритмика и танец» 1-8 классы, авторской адаптированной программы для учащихся 1-7 классов Беляевой В. Н. «Ритмика и танец». Данная программа является адаптированной, развивающей творческий потенциал, фантазии, формированию интереса учащихся с умственными нарушениями, средствами танца, пластики, в овладении техникой хореографии и ритмики. В содержание программы включены темы, раскрывающие историю развития танца, что позволяет учащимся знакомиться с национальными культурными традициями своей малой Родины, с разнообразными видами танца, творческими коллективами и ансамблями. В программе предусмотрено активное участие учащихся в концертной, конкурсной деятельности, формирующей активную жизненную позицию ребенка с интеллектуальными нарушениями понимание значимости собственной творческой деятельности и ее ценности.

## Направленность программы

Программа направлена на создание условий для развития личности обучающегося с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ), развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия обучающегося, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей, на удовлетворение потреб-

ностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

## Актуальность и новизна программы

Очень важно, чтобы ребенок с ОВЗ мог после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в танцевальном зале, посредством занятий хореографией.

Таким детям бывает очень трудно адаптироваться к новой, непривычной обстановке, каковой является для них коррекционная школа, так как, это новая среда, вокруг новые дети, новые педагоги. В то же время для обучения и развития им необходима специальным образом организованная обучающая среда. Эта среда должна постепенно изменяться в соответствии с познавательными и личностными потребностями ребенка и, следовательно, ребенок не всегда чувствует себя в ней абсолютно комфортно. Для детей с глубокими нарушениями умственного и речевого развития очень значимой является эмоциональная окраска танца, возможность совместных общих сильных переживаний. Они начинают активно общаться с партнерами, произносят звуки и слоги, которые от них редко можно услышать, переживают радостное волнение, часто помогают и поправляют друг друга в отдельных движениях.

Очень осторожно надо использовать танцы для детей с эпилепсией: здесь присутствуют такие факторы риска как ритмизация, повторы, кружения, бег хороводом, сильные эмоциональные переживания и т.д. Можно чередовать танцы и отдых (включать ребенка не во все танцы); предпочтительны медленные, спокойные танцы, парные танцы. В любом случае необходимо внимательно отслеживать состояние такого ребенка в течение танца. Для детей с дизартрией характерны затруднения при выполнении физических упражнений и танцев. Им нелегко научиться соотносить свои движения с началом и концом музыкальной фразы, менять характер движений по ударному такту. Про таких детей говорят, что они неуклюжие, потому что они не могут четко, точно выполнять различные двигательные упражнения. Им трудно удерживать равновесие, стоя на одной ноге, часто они не умеют прыгать на левой или правой ноге. Обычно взрослый помогает ребенку прыгать на одной ноге, сначала поддерживая его за талию, а потом - спереди за обе руки, пока он не научится это делать самостоятельно.

Выполняя музыкально-ритмические упражнения, дети развиваются физически, укрепляют костно-мышечный аппарат, учатся владеть своим телом, готовятся к выполнению более сложных двигательных заданий в танцах и играх.

Перед педагогом стоит сложная задача: нужно, с одной стороны, создать для ребенка развивающую среду, а с другой – помочь ему научиться адекватно вести себя в ней, несмотря на постоянное изменение ситуации. Структура танца, его четкий рисунок формируют внешние опоры для личностного поведения ребенка. Танцы создают эмоциональное равновесие в группе: собирают, успокаивают детей, облегчают переход от одного занятия к другому.

Специфические средства воздействия на обучающихся, свойственные танцам, способствуют общему развитию, исправлению недостатков физическо-

го развития, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

Дети с нарушениями общения, в отличие от остальных, обычно пропускают в своем развитии очень важный этап обучения через подражание. В результате занятий танцами такие дети начинают подражать действиям других людей, что создает новые возможности для их обучения.

У детей с познавательными проблемами на фоне положительного эмоционального подкрепления формируется моторная и зрительно-моторная координация, развиваются пространственные представления, двигательная память, серийная организация действий.

В данной программе танец рассматривается как средство преодоления трудностей, связанных с ограничениями здоровья.

## Отличительная особенность программы

Данная общеобразовательная программа рассчитана на детей с ОВЗ, не имеющих жестких противопоказаний для занятий танцами.

## Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность в том, что позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, способствует формированию творческих и физических качеств, пробуждение интереса детей с ОВЗ к новой деятельности в области танцевального и музыкально искусства.

## Срок освоения программы

Срок освоения дополнительной общеобразовательной программы Студия современного танца «Крылья» составляет 3 года.

## Формы и режим занятий

Занятия по данной программе проводятся в форме урока. На изучение данного кружка в 6,7,8,9 классе отводится 68 часов в год. На каждый изучаемый раздел отведено определенное количество часов, указанное в тематическом плане, только дифференцированный подход в обучении.

Для занятий танцами желательно иметь просторное помещение, с деревянными полами, оборудованное специальными станками и зеркалами.

Танцевальная студия объединяет 2 возрастные группы: средняя и старшая.

Программа рассчитана на 68 часов в год.

- Средняя группа 6-7-е классы: занятия проводятся по 1 часу 1 раз в неделю по 40 минут (в каникулярное время занятия не проводятся).
- Старшая группа 8-9-е классы: занятия проводятся по 1 часу 1 раз в неделю, 1 час в неделю сводное занятие для группы, по 40 минут (в каникулярное время занятия не проводятся).

Каждое занятие начинается и заканчивается 2-х – 3-х минутной релаксацией (в начале занятия, - настрой на урок, в конце, - снятие нагрузки). Формирование групп происходит после диагностики стартовых танцевальных способностей детей, в соответствии с уровнем способностей и возрастными особенностями.

Так как занятия проводятся с детьми с ОВЗ, то первоначально педагог консультируется с медицинскими работниками относительно противопоказаний.

Программа обеспечивает необходимую систематизацию знаний. Она направлена на разностороннее развитие личности обучающихся, способствует их умственному развитию, обеспечивают гражданское, нравственное, эстетическое воспитание. Программа содержит материал, помогающий обучающимся достичь того уровня общеобразовательных знаний и умений, который необходим им для социальной адаптации. Принцип коррекционной направленности обучения является ведущим. Поэтому особое внимание обращено на коррекцию имеющихся у отдельных учащихся специфических нарушений, на коррекцию всей личности в целом.

Организация обучения по программе осуществляется на базе ГОКУ «Специальная (коррекционная) школа №2 г. Ангарска».

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель программы:**

Развитие личности ребенка способного к творческому самовыражению через овладение основами хореографии.

**Задачи программы:**

**Образовательные:**

- Познакомить с историей возникновения танца, от истоков до наших дней;
- Исправлять недостатки моторики и совершенствовать зрительно-двигательную координацию;
- Формировать правильную осанку и укреплять здоровье;
- Поощрять речевую активность детей, продолжать обогащать словарный запас.

**Развивающие:**

- Развивать творческое мышление, воображение и художественный вкус, стимулирование развития эмоциональности, памяти, воображения и творческой активности в ансамбле;
- Способствовать проявлению индивидуальных интересов и потребностей;
- Развивать чувства ансамбля (чувства партнерства), двигательно-танцевальных способностей, артистизма интерес к совместной деятельности со сверстниками и взрослыми.

**Воспитательные:**

- Воспитывать чувство коллективизма (партнерства), стремление к взаимопомощи;

- Поддерживать стремление детей к отражению своих представлений посредством танца, приобретение детей опыта творческой деятельности и публичных выступлений;
- Воспитывать положительные качества характера: обязательность, ответственность, трудолюбие, доброту.

## Основные направления коррекционной работы

- развитие артикуляционной моторики;
- коррекция нарушений эмоционально-личностной сферы:
- формирование умений работать по словесной инструкции;
- коррекция индивидуальных пробелов в знаниях, умениях, навыках;
- коррекция отклонений в интеллектуальном развитии;
- помочь самовыражению через занятия музыкальной деятельности.

## 1.3. Содержание программы. Учебный план студии современного танца «Крылья» средней группы (6-7-е классы)

| Содержание и виды работы средней группы | Всего часов | в том числе | |
|---|---|---|---|
| | | Теория | Практика |
| 1. Организационное занятие | 1 | 1 | - |
| Учебно-тренировочная деятельность | | | |
| 1. Азбука музыкальных движений | 3 | 1 | 2 |
| 2. Элементы классического танца | 4 | 1 | 3 |
| 3. Элементы народного танца | 4 | 1 | 3 |
| 4. Элементы современного танца | 8 | 1 | 7 |
| Специальная танцевально-художественная работа | | | |
| 1. Постановочная деятельность | 5 | 1 | 4 |
| 2. Репетиционная деятельность | 7 | - | 7 |
| Итоговое занятие | 2 | - | 2 |
| Всего часов | 34 | 6 | 28 |

## Учебный план студии современного танца «Крылья» старшей группы (8-9-е классы)

| Содержание и виды работы старшей группы | Всего часов | в том числе | |
|---|---|---|---|
| | | Теория | Практика |
| 1. Организационное занятие | 1 | 1 | - |
| Учебно-тренировочная деятельность | | | |
| 1. Азбука музыкальных движений | 3 | 1 | 2 |
| 2. Элементы классического танца | 4 | 1 | 3 |
| 3. Элементы народного танца | 4 | 1 | 3 |
| 4. Элементы современного танца | 7 | 1 | 6 |
| Специальная танцевально-художественная работа | | | |
| 1. Постановочная деятельность | 5 | 1 | 4 |
| 2. Репетиционная деятельность | 8 | - | 8 |
| Итоговое занятие | 2 | - | 2 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| Всего часов | 34 | 6 | 28 |

## Содержание учебного плана средней группы (6-7-е классы)

**Организационное занятие. (1 час)**

*Теория.* Техника безопасности. Цели и задачи, содержание и форма занятий в кружке. Расписание занятий (количество часов, время занятий). Внешний вид и форма одежды для занятий для девочек и мальчиков (туфли, репетиционный костюм, прически). Беседа с родителями о целях и задачах, перспективный план. Организация групп по возрастам, знакомство с вновь пришедшими учениками.

**Азбука музыкального движения. (3 часа)**

*Теория:* Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры. Контрастная музыка: быстрая – медленная, весёлая – грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево. Такт и затакт.

*Практика:* Акцентировка на сильную долю такта в шагах и дирижерском жесте. Музыкальная структура движения: половинный каданс – полный каданс. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды. Прослушивание народных мелодий в исполнении оркестров народных инструментов. Музыкальная структура движения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Пространственные упражнения: повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с прыжком (вправо, влево). Фигурная маршировка с перестроениями: из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два и обратно; продвижения по кругу (внешнему и внутреннему), звездочка, конверт (по 5-6 человек на углах и в центре круга в шеренгу). Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой. Танцевальные шаги в образах, например, оленя, журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птички и др. Дирижерский жест на 2/4, 4/4, 3/. Выделение сильной доли.

**Элементы классического танца (4 часа)**

*Теория:* Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Позиции и положения ног и рук.

*Практика:* Упражнения у станка. Постановка корпуса (в выворотной позиции, лицом к станку, со второго полугодия – держась за станок одной рукой). Позиции ног – 1, 2, 3. Позиции рук – подготовительная 1, 2, 3 (разучивается на середине, при неполной выворотности ног, затем держась одной рукой, стоя боком к станку. Партерная гимнастика. Деми плие в 1,2,3,4,5-й позициях (вначале лицом к станку, позднее боком к станку, держась одной рукой), батман тандю с 1-й позиции, позднее с 5-й позиции в сторону, вперед, позднее назад, деми рон де жамб пар тер – вначале лицом к станку, позднее держась за станок одной рукой.

**Элементы народно танца (4 часа)**

*Теория:* Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов.

*Практика:* Подготовка к каблучным движениям. Упражнения на середине. Повторение и закрепление элементов русского и белорусского танцев. Положение рук, положение ног. Положение в групповых танцах в рах. Поклоны – на месте и с движением вперед и назад. Ходы. Притоп. «Гармошка», «Ковырялочка», «Веревочка». Русский танец. Позиции рук – 1, 2, 3 – на талии. Шаги танцевальные, с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп – удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп. Припадание на месте с продвижением в сторону; поднявшись на полупальцы поставленной назад ногой. Подготовка к присядке (мужск.). Хлопушки. Вращение на подскоках по $^{1}/_{4}$ круга.

Ход в полуприседании, проскальзывание на одной ноге на низких полупальцах с одновременным подъемом другой согнутой ноги в прямом положении, с тремя последующими переступаниями на месте, с передвижением вперед, назад с поворотом. Притопы в полуприседании. Присядка мальчика.

**Элементы современного танца (4 часа)**

*Теория:* Особенности эстрадного танца. Поклоны, позы, шаги. Эстрадные костюмы и прически, манера движений персонажей.

*Практика:* Позиции рук, ног в джаз - модерне, хип-хопе. Разминочный тренаж. Ритмико-гимнастические упражнения. Прыжки и вращения по диагонали. Волны и изгибы.

**Постановочная деятельность (5 часов)**

*Теория:* Исследование творческих запросов и возможностей исполнителей. Посещение концертов с последующим анализом просмотренного; использование для детального разбора видеоматериалов.

*Практика:* Привлечение старших ребят для показа движений данных номеров, разучивание этих движений. Различные перестроения. Ходы и выходы. Знакомство с чувством ансамбля, точностью и слаженностью действий. Развитие мимики, жестов, общения друг с другом. Понятие качества исполнительских навыков. Развитие танцевальности, пластики, легкости исполнения, силы и грации. Воспитание чувства ответственности и положительного отношения к репетиционному процессу. Подготовка ребят к собранности на сводных репетициях. Концертные выступления - как итог подготовительной репетиционной работы. Просмотр снятых на видео постановок с последующим детальным анализом, как достижений, так и недочетов.

**Репетиционная деятельность (7 часов)**

*Практика:* Упражнения на перестроения в соответствии с установленным постановкой рисунком, свободные перемещения на заданные рисунки (круг, линия, колонна, полукруг). Работа над техническим совершенствованием движений Соблюдение интервалов и ровности. Поэтапное разучивание комбинаций в методической раскладке по элементам. Последующее соединение выученного материала воедино. Понятие чистоты исполнения. Надо научить ребят слышать замечания педагога - репетитора. Прослушивание и разбор музыкального материала, используемого в номерах. Разъяснение необходимой связи

движения с музыкальным оформлением. Беседы о роли костюма в хореографической постановке, о внешнем облике, как одной из составляющих цельного художественного образа. Первоначальное формирование навыков выразительности, эмоциональная подготовка к первому выходу на сцену. Выявление учащихся с природной выразительностью. Просмотр и разбор видеоматериалов.

**Итоговое занятие (2 часа)**

*Практика:* Открытое занятие для родителей. Отчетный концерт.

## Содержание учебного плана старшей группы (8-9-е классы)

**Организационное занятие (1 час)**

*Теория:* Техника безопасности. Цели и задачи, содержание и форма занятий в кружке. Расписание занятий (количество часов, время занятий). Внешний вид и форма одежды для занятий для девочек и мальчиков (туфли, репетиционный костюм, прически). Беседа с родителями о целях и задачах, перспективный план. Организация групп по возрастам, знакомство с вновь пришедшими учениками. Выбор родительского комитета.

**Азбука музыкального движения (3 часа)**

***Теория:*** Темповые обозначения: адажио – медленно, виво – живо, ленто – протяжно, ларго – широко, анданте – не спеша, аллегро – скоро, бодро – применительно к практическому материалу по классическому, народному и историко-бытовому танцу. Музыкальные размеры. Контрастная музыка: быстрая – медленная, весёлая – грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево. Такт и затакт.

*Практика:* Акцентировка на сильную долю такта в шагах и дирижерском жесте. Музыкальная структура движения: половинный каданс – полный каданс. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды. Прослушивание народных мелодий в исполнении оркестров народных инструментов. Музыкальная структура движения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Пространственные упражнения: повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с прыжком (вправо, влево). Фигурная маршировка с перестроениями: из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два и обратно; продвижения по кругу (внешнему и внутреннему), звездочка, конверт (по 5-6 человек на углах и в центре круга в шеренгу). Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой. Танцевальные шаги в образах, например, оленя, журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птички и др. Дирижерский жест на 2/4, 4/4, 3/. Выделение сильной доли.

**Элементы классического танца (4 часа)**

*Теория:* Обобщение полученных практических навыков и знаний. Типы координации движения по степени трудности – однонаправленные, разнонаправленные, одновременные (ног, рук), разновременные. Рисунок положений, уровней ног и рук, большие и маленькие позиции рук, позы классического танца. Последовательность и расклад движений на элементы. Типы прыжков (с двух на две, с одной на другую, с двух на одну и с одной на две**.**

*Практика:* Исполняются все пройденные элементы движений в различных комбинациях, в более быстром темпе. Упражнения на середине. Исполняются упражнения, изученные у станка, кроме батмана фондю, батмана фраппэ. Перегибы корпуса, упражнения у станка. Постановка корпуса (в выворотной позиции, лицом к станку, со второго полугодия – держась за станок одной рукой). Позиции ног – 1, 2, 3. Позиции рук – подготовительная 1, 2, 3 (разучивается на середине, при неполной выворотности ног, затем держась одной рукой, стоя боком к станку. Партерная гимнастика. Деми плие в 1,2,3,4,5-й позициях (вначале лицом к станку, позднее боком к станку, держась одной рукой), батман тандю с 1-й позиции, позднее с 5-й позиции в сторону, вперед, позднее назад, деми рон де жамб пар тер – вначале лицом к станку, позднее держась за станок одной рукой.

**Элементы народного танца (4 часа)**

*Теория:* Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов.

*Практика:* Подготовка к каблучным движениям. Упражнения на середине. Повторение и закрепление элементов русского и белорусского танцев. Положение рук, положение ног. Положение в групповых танцах в рах. Поклоны – на месте и с движением вперед и назад. Ходы. Притоп. «Гармошка», «Ковырялочка», «Веревочка». Русский танец. Позиции рук – 1, 2, 3 – на талии. Шаги танцевальные, с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп – удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп. Припадание на месте с продвижением в сторону; поднявшись на полупальцы поставленной назад ногой. Подготовка к присядке (мужск.). Хлопушки. Вращение на подскоках по $^1/_4$ круга. Ход в полуприседании, проскальзывание на одной ноге на низких полупальцах с одновременным подъемом другой согнутой ноги в прямом положении, с тремя последующими переступаниями на месте, с передвижением вперед, назад с поворотом. Притопы в полуприседании. Присядка мальчика.

**Элементы современного танца (7 часов)**

*Теория:* Особенности современного танца. Позиции, шаги, махи, батманы и прыжки. Современные костюмы и прически, манера исполнения.

*Практика:* Позиции рук, ног в джаз - модерне, хип-хопе. Разминочный тренаж. Ритмико-гимнастические упражнения. Прыжки и вращения по диагонали. Волны и изгибы.

**Постановочная деятельность (5 часов)**

*Теория:* Исследование творческих запросов и возможностей исполнителей. Посещение концертов с последующим анализом просмотренного; использование для детального разбора видеоматериалов.

*Практика:* Привлечение старших ребят для показа движений данных номеров, разучивание этих движений. Различные перестроения. Ходы и выходы. Знакомство с чувством ансамбля, точностью и слаженностью действий. Развитие мимики, жестов, общения друг с другом. Понятие качества исполнительских навыков. Развитие танцевальности, пластики, легкости исполнения, силы и грации. Воспитание чувства ответственности и положительного отношения к

репетиционному процессу. Подготовка ребят к собранности на сводных репетициях. Концертные выступления - как итог подготовительной репетиционной работы. Просмотр снятых на видео постановок с последующим детальным анализом, как достижений, так и недочетов.

**Репетиционная деятельность (8 часов)**

*Практика:* Упражнения на перестроения в соответствии с установленным постановкой рисунком, свободные перемещения на заданные рисунки (круг, линия, колонна, полукруг). Работа над техническим совершенствованием движений Соблюдение интервалов и ровности. Поэтапное разучивание комбинаций в методической раскладке по элементам. Последующее соединение выученного материала воедино. Понятие чистоты исполнения. Надо научить ребят слышать замечания педагога - репетитора. Прослушивание и разбор музыкального материала, используемого в номерах. Разъяснение необходимой связи движения с музыкальным оформлением. Беседы о роли костюма в хореографической постановке, о внешнем облике, как одной из составляющих цельного художественного образа. Первоначальное формирование навыков выразительности, эмоциональная подготовка к первому выходу на сцену. Выявление учащихся с природной выразительностью. Просмотр и разбор видеоматериалов.

**Итоговое занятие (2 часа)**

*Практика:* Открытое занятие для родителей. Отчетный концерт.

## Календарно-тематическое планирование (средняя группа)

1 год обучения

**на 20___/20____ учебный год**
**Количество часов в год 34/1 час в неделю**

| Дата | Кол-во часов | Тема |
|---|---|---|
| **I четверть** | | |
| **Организационное занятие** | | |
| | | Техника безопасности. Внешний вид и форма. Построение в зале. |
| | | Перестроения по залу под музыку. Разминочный тренаж. |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно). |
| | | Вальсы (быстрые, медленные). Вступительные и заключительные аккорды. Свободные движения под музыку. |
| | | Прослушивание народных мелодий в исполнении оркестров народных инструментов. |
| | | Хороводный и приставной шаг. |
| | | Музыкальные размеры. Контрастная музыка: быстрая – медленная, весёлая – грустная. |
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Постановка корпуса.<br>Позиции ног, рук<br>Партерная гимнастика для стоп и спины.<br>Партерная гимнастика.<br>Деми плие, батман тандю, релеве, жете с опорой |

| | | |
|---|---|---|
| | | 1 пор де бра. Партерная гимнастика.<br>Прыжки по 1.6 позиции.<br>Партерная гимнастика<br>Релеве с деми плие у станка. |
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Русский танец. Позиции рук, ног.<br>Шаг с носка: простой, переменный.<br>Притоп- удар всей стопой, шаг с притопом в сторону; тройной притоп.<br>Шаг на носок поворот по 6 позиции. |
| | | Ковырялочка. Хлопушки.<br>Вращения на подскоках по 1.4 круга. Присядка для мальчиков.<br>Приставные шаги с работой плеч, руки на поясе.<br>Гармошка. Плие, батман тандю по 6 позиции. |
| **Элементы современного танца** | | |
| | | Разминочный тренаж.<br>По диагонали махи, прыжки, подскоки.<br>Волны. Не выворотные позиции.<br>Ритмико - гимнастические упражнения.<br>Разминка по кругу. Партер для укрепления спины.<br>Повороты на месте и с продвижением.<br>Упражнения со скакалкой (прыжки, перескоки, вращения, броски).<br>Плие, тандю, жете, ронд по 2,6 невыворотной позиции. |
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Выходы и заходы, перестроение в линиях.<br>Движения танца «Ромашковый ежик»<br>Переходы в круги и полукруг.<br>Новые движения танца. |
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Соблюдение интервалов и ровности.<br>Поэтапное разучивание комбинаций.<br>Соединение изученного материала воедино.<br>Отработка движений.<br>Работа над образом.<br>Работа по линиям. Перестроения в рисунках |
| **II четверть** | | |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Фигурная маршировка с перестроением: из колонны в шеренгу и обратно; из круга в два.<br>Продвижения по кругу. Разминка по кругу. |
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Свободное перемещение на заданные рисунки. |
| | | Прослушивание и разбор музыкального материала используемого в номере. |
| | | Постановка танцевальной композиции «Мы царевны» |
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Поэтапное разучивание комбинаций для танца.<br>Отработка движений по кругу.<br>Отработка движений в линиях.<br>Последующее соединение выученных комбинаций.<br>Отработка чистоты исполнения.<br>Отработка эмоционального восприятия.<br>Последующее соединение выученных комбинаций |

| | | |
|---|---|---|
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Партерная гимнастика.<br>Упражнения на выворотность ног, гибкость суставов.<br>Прогибы корпуса.<br>Постановка корпуса на середине в 1,3, 5 позиции.<br>Упражнения с опорой. Рон де жамб пар тер, релеве, гранд батман.<br>Прыжки по 1.2.6 позиции.<br>Партерная гимнастика на укрепление спины.<br>Упражнения для стоп в партере. |
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Припадание на месте с продвижением в сторону, поднявшись на полупальцы с поставленной назад ногой.<br>Хлорпушки. Притопы в полуприседании.<br>Повороты по 6 позиции на полупальцах, с подниманием руки вверх.<br>Притопы с продвижением вперед, в сторону.<br>Вращения на подскоках по 1.4 круга<br>Повороты на месте.<br>Прыжки с поджатыми ногами. |
| **Элементы Современного танца** | | |
| | | Разминочный тренаж.<br>Повороты с хлопками, с выбрасыванием рук вверх, в стороны.<br>Повороты с махом ноги.<br>Подскоки, бег на носках, галопы в повороте на 2.4.<br>Прыжки по диагонали. Махи ногами руки в стороны.<br>Растяжки и прогибы в партере<br>Акробатические элементы.<br>Ритмические упражнения |
| **III четверть** | | |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Перестроения по линиям. ДО-ЗА-ДО.<br>Движения по кругу, с поворотом.<br>Перестроения в рисунках (круг, звездочка, змейка)<br>Движения на ускорение и замедление.<br>Повороты на месте, вокруг себя. |
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Партерная гимнастика.1 пор де бра.<br>Прыжки на середине зала по1,2 ,5,6 позициям<br>Партерная гимнастика на укрепление стоп и ног.<br>Постановка на середине по 5 позиции.<br>2 пор де бра. Работа с руками.<br>Растяжки с опорой и в партере. |
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Новые связки для флешмоба.<br>Выходы, переходы по линиям.<br>Перестроения по группам.<br>Движения по кругу сцепленными руками в корзиночку.<br>Работа над образом.<br>Разводка танцевальных рисунков.<br>Новые комбинации. |
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Переходы в сторону с выставлением ноги на пятку.<br>Приставной шаг с приседанием в сторону. |

| | | |
|---|---|---|
| | | Переходы в сторону с подскоком, с работой рук.<br>Ковырялочка с тройным притопом.<br>Повороты по точкам.<br>Шаг с притопом. Руки с пояса через 1 во 2 позицию и обратно.<br>Переступание с пятки на всю ступню с тройным притопом.<br>Притоп – удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп.<br>Вращение на подскоках по $^1/_4$ круга.<br>Упражнения для рук с накидками.<br>Переходы по линиям с притопами.<br>Приставные на высоких полупальцах, с подниманием рук. |
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Отработка движений танца по рисунку.<br>Отработка эмоционального состояния.<br>Работа над актерским исполнением.<br>Отработка движений в линиях.<br>Последующее соединение танцевального материала воедино.<br>Отработка элементов.<br>Упражнения на перестроения в соответствии с установленным рисунком<br>Соблюдение интервалов и ровностей в танце.<br>Соединение композиции танца<br>Отработка комбинаций танца.<br>Отработка движений в парах<br>Подскоки в повороте.<br>Отработка движений рук<br>Галопы в парах с поворотом<br>Работа над эмоциональным восприятием.<br>Отработка элементов танцев в парах.<br>Соединение комбинаций танца.<br>Сводная репетиция групп<br>Отработка движений в парах<br>Поэтапное соединение движений.<br>Закрепление движений танца<br>Новые связки комбинаций<br>Сводная репетиция по группам<br>Отработка рисунков танца<br>Общий прогон номеров. |
| **IVчетверть** | | |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Перестроение в рисунки с соблюдением дистанций.<br>Движения в колонке с различной вариацией рук.<br>Правила и логика перестроения из одних рисунков в другие.<br>Ритмические упражнения на середине.<br>Упражнения в партере на расслабление |
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Разминочный тренаж по кругу.<br>Упражнения у станка.<br>Партерная гимнастика.<br>Упражнение на укрепление спины.<br>1, 2 пор де бра. Шаг польки по диагонали.<br>Скользящий шаг па шассе.<br>Жете, фрапе у станка боком<br>Гран батман, адажио у станка |

| | | |
|---|---|---|
| | | Разминочный тренаж. Растяжки в партере<br>Партерная гимнастика. |
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Переступания с тройным притопом из затакта.<br>Хлопки на ускорение.<br>Притопы в полуприседание.<br>Присядка для мальчиков. Повороты по диагонали.<br>Прыжки с поджатыми ногами в повороте.<br>Перескоки в парах. |
| **Элементы Современного танца** | | |
| | | Разминочный тренаж по кругу и в партере.<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали.<br>Разминочный тренаж по кругу и в партере.<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали<br>Разминочный тренаж по кругу и в партере.<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали<br>Разминочный тренаж по кругу и в партере<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали<br>Ритмико-гимнастические упражнения в партере и на середине<br>Растяжки в партере<br>Упражнения по диагонали.<br>Прыжковые комбинации<br>Акробатические элементы<br>Различные вариации прыжков со скакалкой. |
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Полька в парах. Подскоки в парах и с поворотами.<br>Галопы в парах и с поворотами. |
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Отработка четкости исполнения.<br>Сводная репетиция |
| **Итоговое занятие** | | |
| | | Открытый урок |

# Календарно-тематическое планирование (старшая группа)

1 год обучения

**на 20____/20____ учебный год**
**Количество часов в год 34/1 час в неделю**

| Дата | Кол-во часов | Тема |
|---|---|---|
| **I четверть** | | |
| **Организационное занятие** | | |
| | | Техника безопасности. Внешний вид и форма. Построение в зале. |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно). |
| | | Вальсы (быстрые, медленные). Вступительные и заключительные аккорды. Свободные движения под музыку. |

| | | |
|---|---|---|
| | | Прослушивание народных мелодий в исполнении оркестров народных инструментов. |
| | | Хороводный, приставной и скользящий шаг. |
| | | Музыкальные размеры. Контрастная музыка: быстрая – медленная, весёлая – грустная. |
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Постановка корпуса.<br>Позиции ног, рук. 1,2 пор де бра.<br>Партерная гимнастика для стоп и спины.<br>Партерная гимнастика. Растяжки.<br>Разминочный тренаж. Экзерсис на середине.<br>Разминочный тренаж. Экзерсис.<br>Комбинации прыжков.<br>Партерная гимнастика<br>Адажио. |
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Русский танец. Позиции рук, ног.<br>Шаг с носка: простой, переменный.<br>Притоп - удар всей стопой, шаг с притопом в сторону; тройной притоп.<br>Вращения по диагонали. |
| | | Вариации с хлопками.<br>Вращения по кругу. Присядка для мальчиков.<br>Приставные шаги с работой плеч, руки на поясе.<br>Прыжки в повороте. |
| **Элементы современного танца** | | |
| | | Разминочный тренаж.<br>По диагонали махи, прыжки, подскоки.<br>Волны. Тренаж по не выворотным позиции.<br>Ритмико - гимнастические упражнения.<br>Разминка по кругу. Партер для укрепления спины.<br>Повороты на месте и с продвижением.<br>Упражнения со скакалкой (прыжки, перескоки, вращения, броски).<br>Плие, тандю, жете, ронд по 2,6 не выворотной позиции.<br>По диагонали прыжки, колесо, переворот, махи. |
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Выходы и заходы, перестроение в линиях.<br>Движения танца<br>Переходы в круги и полукруг.<br>Новые движения танца. |
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Соблюдение интервалов и ровности.<br>Поэтапное разучивание комбинаций.<br>Соединение изученного материала воедино.<br>Отработка движений.<br>Работа над образом.<br>Работа по линиям. Перестроения в рисунках |
| **II четверть** | | |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Фигурная маршировка с перестроениями.<br>Продвижения по кругу. Разминка по кругу. |
| **Постановочная деятельность** | | |

| | | |
|---|---|---|
| | | Свободное перемещение на заданные рисунки. |
| | | Прослушивание и разбор музыкального материала используемого в номере. |
| | | Постановка танцевальной композиции |
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Поэтапное разучивание комбинаций для танца.<br>Отработка движений по кругу.<br>Отработка движений в линиях.<br>Последующее соединение выученных комбинаций.<br>Отработка чистоты исполнения.<br>Отработка эмоционального восприятия.<br>Последующее соединение выученных комбинаций |
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Партерная гимнастика.<br>Упражнения на выворотность ног, гибкость суставов.<br>Прогибы корпуса у станка и на середине.<br>Постановка корпуса на середине в 1,3, 5 позиции.<br>Упражнения с опорой. Рон де жамб пар тер, релеве, гранд батман.<br>Прыжки по 1.2.5,6 позиции.<br>Партерная гимнастика на укрепление спины.<br>Упражнения для стоп в партере. |
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Припадание на месте с продвижением в сторону.<br>Хлопушки. Притопы в полуприседании.<br>Повороты по 6 позиции с подниманием руки вверх.<br>Притопы с продвижением вперед, в сторону.<br>Вращения по диагонали и по кругу.<br>Повороты на месте.<br>Прыжки с поджатыми ногами в повороте. |
| **Элементы современного танца** | | |
| | | Разминочный тренаж.<br>Повороты с хлопками, с выбрасыванием рук вверх, в стороны.<br>Повороты с махом ноги.<br>Подскоки, бег на носках.<br>Прыжки по диагонали. Махи ногами со сменой рук.<br>Растяжки и прогибы в партере<br>Акробатические элементы.<br>Ритмические упражнения |
| **III четверть** | | |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Перестроения по линиям. ДО-ЗА-ДО.<br>Движения по кругу, с поворотом.<br>Перестроения в рисунках (круг, звездочка, змейка)<br>Движения на ускорение и замедление.<br>Повороты на месте, вокруг себя. |
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Партерная гимнастика. Растяжки.<br>Прыжки на середине зала по1,2,5,6 позициям<br>Партерная гимнастика на укрепление стоп и ног.<br>Классический тренаж.<br>Работа с руками, корпусом, головой.<br>Растяжки с опорой и в партере. |

| | | |
|---|---|---|
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Новые связки для флешмоба.<br>Выходы, переходы по линиям.<br>Перестроения по группам.<br>Движения по кругу сцепленными руками в корзиночку.<br>Работа над образом.<br>Разводка танцевальных рисунков.<br>Новые комбинации. |
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Переходы в сторону с выставлением ноги на пятку.<br>Приставной шаг с приседанием в сторону.<br>Переходы в сторону с подскоком, с работой рук.<br>Дробный шаг.<br>Повороты по точкам.<br>Шаг с притопом с продвижением в сторону.<br>Переступание с пятки на всю ступню с тройным притопом.<br>Притоп – удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп.<br>Вращение на ускорение.<br>Упражнения для рук с накидками.<br>Переходы по линиям с притопами.<br>Приставные шаги на высоких полупальцах, с подниманием рук. |
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Отработка движений танца по рисунку.<br>Отработка эмоционального состояния.<br>Работа над актерским исполнением.<br>Отработка движений в линиях.<br>Последующее соединение танцевального материала воедино.<br>Отработка элементов.<br>Упражнения на перестроения в соответствии с установленным рисунком<br>Соблюдение интервалов и ровностей в танце.<br>Соединение композиции танца<br>Отработка комбинаций танца.<br>Отработка движений в парах<br>Подскоки в повороте.<br>Отработка движений рук<br>Галопы в парах с поворотом<br>Работа над эмоциональным восприятием.<br>Отработка элементов танцев в парах.<br>Соединение комбинаций танца.<br>Сводная репетиция групп<br>Отработка движений в парах<br>Поэтапное соединение движений.<br>Закрепление движений танца<br>Новые связки комбинаций<br>Сводная репетиция по группам<br>Отработка рисунков танца<br>Общий прогон номеров. |
| **IV четверть** | | |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Перестроение в рисунки с соблюдением дистанций.<br>Движения в колонке с различной вариацией рук.<br>Правила и логика перестроения из одних рисунков в другие. |

| | | |
|---|---|---|
| | | Ритмические упражнения на середине.<br>Упражнения в партере на расслабление |
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Разминочный тренаж по кругу.<br>Упражнения у станка.<br>Партерная гимнастика.<br>Упражнение на укрепление спины.<br>Прыжки по диагонали и по кругу.<br>Скользящий шаг па шассе с прыжком.<br>Комбинации на гран батман на середине.<br>Гран батман, адажио у станка<br>Разминочный тренаж. Растяжки в партере<br>Партерная гимнастика. |
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Переступания с тройным притопом из затакта.<br>Хлопки на ускорение.<br>Притопы в полуприседание.<br>Присядка с хлопками для мальчиков. Повороты по диагонали.<br>Прыжки с поджатыми ногами в повороте.<br>Перескоки в парах. |
| **Элементы современного танца** | | |
| | | Разминочный тренаж по кругу и в партере.<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали.<br>Разминочный тренаж по кругу и в партере.<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали<br>Разминочный тренаж по кругу и в партере.<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали<br>Разминочный тренаж по кругу и в партере<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали<br>Ритмико-гимнастические упражнения в партере и на середине<br>Растяжки в партере<br>Упражнения по диагонали.<br>Прыжковые комбинации<br>Акробатические элементы<br>Различные вариации прыжков со скакалкой. |
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Полька в парах. Подскоки в парах и с поворотами.<br>Галопы в парах и с поворотами. |
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Отработка четкости исполнения.<br>Сводная репетиция |
| **Итоговое занятие** | | |
| | | Открытый урок |

## Календарно-тематическое планирование (средняя группа)

2 год обучения

**на 20___/20____ учебный год**
**Количество часов в год 34/1 час в неделю**

| Дата | Кол-во часов | Тема |
|---|---|---|
| **I четверть** | | |
| **Организационное занятие** | | |
| | | Техника безопасности. Внешний вид и форма. Построение в зале. |
| | | Перестроения по залу под музыку. Разминочный тренаж. |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно). |
| | | Вальсы (быстрые, медленные). Вступительные и заключительные аккорды. Свободные движения под музыку. |
| | | Прослушивание народных мелодий в исполнении оркестров народных инструментов. |
| | | Хороводный и приставной шаг. |
| | | Музыкальные размеры. Контрастная музыка: быстрая – медленная, весёлая – грустная. |
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Постановка корпуса.<br>Позиции ног, рук<br>Партерная гимнастика для стоп и спины.<br>Партерная гимнастика.<br>Деми плие, батман тандю, релеве, жете с опорой<br>1 пор де бра. Партерная гимнастика.<br>Прыжки по 1.6 позиции.<br>Партерная гимнастика<br>Релеве с деми плие у станка. |
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Русский танец. Позиции рук, ног.<br>Шаг с носка: простой, переменный.<br>Притоп- удар всей стопой, шаг с притопом в сторону; тройной притоп.<br>Шаг на носок поворот по 6 позиции. |
| | | Ковырялочка. Хлопушки.<br>Вращения на подскоках по 1.4 круга. Присядка для мальчиков.<br>Приставные шаги с работой плеч, руки на поясе.<br>Гармошка. Плие, батман тандю по 6 позиции. |
| **Элементы современного танца** | | |
| | | Разминочный тренаж.<br>По диагонали махи, прыжки, подскоки.<br>Волны. Не выворотные позиции.<br>Ритмико - гимнастические упражнения.<br>Разминка по кругу. Партер для укрепления спины.<br>Повороты на месте и с продвижением.<br>Упражнения со скакалкой (прыжки, перескоки, вращения, броски).<br>Плие, тандю, жете, ронд по 2,6 невыворотной позиции. |
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Выходы и заходы, перестроение в линиях.<br>Движения танца «Ромашковый ежик»<br>Переходы в круги и полукруг.<br>Новые движения танца. |
| **Репетиционная деятельность** | | |

| | | |
|---|---|---|
| | | Соблюдение интервалов и ровности.<br>Поэтапное разучивание комбинаций.<br>Соединение изученного материала воедино.<br>Отработка движений.<br>Работа над образом.<br>Работа по линиям. Перестроения в рисунках |
| **II четверть** | | |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Фигурная маршировка с перестроением: из колонны в шеренгу и обратно; из круга в два.<br>Продвижения по кругу. Разминка по кругу. |
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Свободное перемещение на заданные рисунки. |
| | | Прослушивание и разбор музыкального материала используемого в номере. |
| | | Постановка танцевальной композиции «Мы царевны» |
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Поэтапное разучивание комбинаций для танца.<br>Отработка движений по кругу.<br>Отработка движений в линиях.<br>Последующее соединение выученных комбинаций.<br>Отработка чистоты исполнения.<br>Отработка эмоционального восприятия.<br>Последующее соединение выученных комбинаций |
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Партерная гимнастика.<br>Упражнения на выворотность ног, гибкость суставов.<br>Прогибы корпуса.<br>Постановка корпуса на середине в 1,3, 5 позиции.<br>Упражнения с опорой. Рон де жамб пар тер, релеве, гранд батман.<br>Прыжки по 1.2.6 позиции.<br>Партерная гимнастика на укрепление спины.<br>Упражнения для стоп в партере. |
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Припадание на месте с продвижением в сторону, поднявшись на полупальцы с поставленной назад ногой.<br>Хлорпушки. Притопы в полуприседании.<br>Повороты по 6 позиции на полупальцах, с подниманием руки вверх.<br>Притопы с продвижением вперед, в сторону.<br>Вращения на подскоках по 1.4 круга<br>Повороты на месте.<br>Прыжки с поджатыми ногами. |
| **Элементы Современного танца** | | |
| | | Разминочный тренаж.<br>Повороты с хлопками, с выбрасыванием рук вверх, в стороны.<br>Повороты с махом ноги.<br>Подскоки, бег на носках, галопы в повороте на 2.4.<br>Прыжки по диагонали. Махи ногами руки в стороны.<br>Растяжки и прогибы в партере<br>Акробатические элементы.<br>Ритмические упражнения |
| **III четверть** | | |

| | | |
|---|---|---|
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Перестроения по линиям. ДО-ЗА-ДО.<br>Движения по кругу, с поворотом.<br>Перестроения в рисунках (круг, звездочка, змейка)<br>Движения на ускорение и замедление.<br>Повороты на месте, вокруг себя. |
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Партерная гимнастика.1 пор де бра.<br>Прыжки на середине зала по1,2 ,5,6 позициям<br>Партерная гимнастика на укрепление стоп и ног.<br>Постановка на середине по 5 позиции.<br>2 пор де бра. Работа с руками.<br>Растяжки с опорой и в партере. |
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Новые связки для флешмоба.<br>Выходы, переходы по линиям.<br>Перестроения по группам.<br>Движения по кругу сцепленными руками в корзиночку.<br>Работа над образом.<br>Разводка танцевальных рисунков.<br>Новые комбинации. |
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Переходы в сторону с выставлением ноги на пятку.<br>Приставной шаг с приседанием в сторону.<br>Переходы в сторону с подскоком, с работой рук.<br>Ковырялочка с тройным притопом.<br>Повороты по точкам.<br>Шаг с притопом. Руки с пояса через 1 во 2 позицию и обратно.<br>Переступание с пятки на всю ступню с тройным притопом.<br>Притоп – удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп.<br>Вращение на подскоках по $^1/_4$ круга.<br>Упражнения для рук с накидками.<br>Переходы по линиям с притопами.<br>Приставные на высоких полупальцах, с подниманием рук. |
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Отработка движений танца по рисунку.<br>Отработка эмоционального состояния.<br>Работа над актерским исполнением.<br>Отработка движений в линиях.<br>Последующее соединение танцевального материала воедино.<br>Отработка элементов.<br>Упражнения на перестроения в соответствии с установленным рисунком<br>Соблюдение интервалов и ровностей в танце.<br>Соединение композиции танца<br>Отработка комбинаций танца.<br>Отработка движений в парах<br>Подскоки в повороте.<br>Отработка движений рук<br>Галопы в парах с поворотом<br>Работа над эмоциональным восприятием.<br>Отработка элементов танцев в парах.<br>Соединение комбинаций танца. |

| | | |
|---|---|---|
| | | Сводная репетиция групп<br>Отработка движений в парах<br>Поэтапное соединение движений.<br>Закрепление движений танца<br>Новые связки комбинаций<br>Сводная репетиция по группам<br>Отработка рисунков танца<br>Общий прогон номеров. |
| **IVчетверть** | | |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Перестроение в рисунки с соблюдением дистанций.<br>Движения в колонке с различной вариацией рук.<br>Правила и логика перестроения из одних рисунков в другие.<br>Ритмические упражнения на середине.<br>Упражнения в партере на расслабление |
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Разминочный тренаж по кругу.<br>Упражнения у станка.<br>Партерная гимнастика.<br>Упражнение на укрепление спины.<br>1, 2 пор де бра. Шаг польки по диагонали.<br>Скользящий шаг па шассе.<br>Жете, фрапе у станка боком<br>Гран батман, адажио у станка<br>Разминочный тренаж. Растяжки в партере<br>Партерная гимнастика. |
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Переступания с тройным притопом из затакта.<br>Хлопки на ускорение.<br>Притопы в полуприседание.<br>Присядка для мальчиков. Повороты по диагонали.<br>Прыжки с поджатыми ногами в повороте.<br>Перескоки в парах. |
| **Элементы Современного танца** | | |
| | | Разминочный тренаж по кругу и в партере.<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали.<br>Разминочный тренаж по кругу и в партере.<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали<br>Разминочный тренаж по кругу и в партере.<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали<br>Разминочный тренаж по кругу и в партере<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали<br>Ритмико-гимнастические упражнения в партере и на середине<br>Растяжки в партере<br>Упражнения по диагонали.<br>Прыжковые комбинации<br>Акробатические элементы<br>Различные вариации прыжков со скакалкой. |
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Полька в парах. Подскоки в парах и с поворотами.<br>Галопы в парах и с поворотами. |

| | | |
|---|---|---|
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Отработка четкости исполнения.<br>Сводная репетиция |
| **Итоговое занятие** | | |
| | | Открытый урок |

# Календарно-тематическое планирование (старшая группа)

2 год обучения

**на 20____/20____ учебный год**
**Количество часов в год 34/1 час в неделю**

| Дата | Кол-во часов | Тема |
|---|---|---|
| **I четверть** | | |
| **Организационное занятие** | | |
| | | Техника безопасности. Внешний вид и форма. Построение в зале. |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно). |
| | | Вальсы (быстрые, медленные). Вступительные и заключительные аккорды. Свободные движения под музыку. |
| | | Прослушивание народных мелодий в исполнении оркестров народных инструментов. |
| | | Хороводный, приставной и скользящий шаг. |
| | | Музыкальные размеры. Контрастная музыка: быстрая – медленная, весёлая – грустная. |
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Постановка корпуса.<br>Позиции ног, рук. 1,2 пор де бра.<br>Партерная гимнастика для стоп и спины.<br>Партерная гимнастика. Растяжки.<br>Разминочный тренаж. Экзерсис на середине.<br>Разминочный тренаж. Экзерсис.<br>Комбинации прыжков.<br>Партерная гимнастика<br>Адажио. |
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Русский танец. Позиции рук, ног.<br>Шаг с носка: простой, переменный.<br>Притоп - удар всей стопой, шаг с притопом в сторону; тройной притоп.<br>Вращения по диагонали. |
| | | Вариации с хлопками.<br>Вращения по кругу. Присядка для мальчиков.<br>Приставные шаги с работой плеч, руки на поясе.<br>Прыжки в повороте. |
| **Элементы современного танца** | | |
| | | Разминочный тренаж.<br>По диагонали махи, прыжки, подскоки.<br>Волны. Тренаж по не выворотным позиции.<br>Ритмико - гимнастические упражнения.<br>Разминка по кругу. Партер для укрепления спины. |

| | | |
|---|---|---|
| | | Повороты на месте и с продвижением.<br>Упражнения со скакалкой (прыжки, перескоки, вращения, броски).<br>Плие, тандю, жете, ронд по 2,6 не выворотной позиции.<br>По диагонали прыжки, колесо, переворот, махи. |
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Выходы и заходы, перестроение в линиях.<br>Движения танца<br>Переходы в круги и полукруг.<br>Новые движения танца. |
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Соблюдение интервалов и ровности.<br>Поэтапное разучивание комбинаций.<br>Соединение изученного материала воедино.<br>Отработка движений.<br>Работа над образом.<br>Работа по линиям. Перестроения в рисунках |
| **II четверть** | | |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Фигурная маршировка с перестроениями.<br>Продвижения по кругу. Разминка по кругу. |
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Свободное перемещение на заданные рисунки. |
| | | Прослушивание и разбор музыкального материала используемого в номере. |
| | | Постановка танцевальной композиции |
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Поэтапное разучивание комбинаций для танца.<br>Отработка движений по кругу.<br>Отработка движений в линиях.<br>Последующее соединение выученных комбинаций.<br>Отработка чистоты исполнения.<br>Отработка эмоционального восприятия.<br>Последующее соединение выученных комбинаций |
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Партерная гимнастика.<br>Упражнения на выворотность ног, гибкость суставов.<br>Прогибы корпуса у станка и на середине.<br>Постановка корпуса на середине в 1,3, 5 позиции.<br>Упражнения с опорой. Рон де жамб пар тер, релеве, гранд батман.<br>Прыжки по 1.2.5,6 позиции.<br>Партерная гимнастика на укрепление спины.<br>Упражнения для стоп в партере. |
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Припадание на месте с продвижением в сторону.<br>Хлопушки. Притопы в полуприседании.<br>Повороты по 6 позиции с подниманием руки вверх.<br>Притопы с продвижением вперед, в сторону.<br>Вращения по диагонали и по кругу.<br>Повороты на месте.<br>Прыжки с поджатыми ногами в повороте. |
| **Элементы современного танца** | | |

| | | |
|---|---|---|
| | | Разминочный тренаж.<br>Повороты с хлопками, с выбрасыванием рук вверх, в стороны.<br>Повороты с махом ноги.<br>Подскоки, бег на носках.<br>Прыжки по диагонали. Махи ногами со сменой рук.<br>Растяжки и прогибы в партере<br>Акробатические элементы.<br>Ритмические упражнения |
| **III четверть** | | |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Перестроения по линиям. ДО-ЗА-ДО.<br>Движения по кругу, с поворотом.<br>Перестроения в рисунках (круг, звездочка, змейка)<br>Движения на ускорение и замедление.<br>Повороты на месте, вокруг себя. |
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Партерная гимнастика. Растяжки.<br>Прыжки на середине зала по1,2,5,6 позициям<br>Партерная гимнастика на укрепление стоп и ног.<br>Классический тренаж.<br>Работа с руками, корпусом, головой.<br>Растяжки с опорой и в партере. |
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Новые связки для флешмоба.<br>Выходы, переходы по линиям.<br>Перестроения по группам.<br>Движения по кругу сцепленными руками в корзиночку.<br>Работа над образом.<br>Разводка танцевальных рисунков.<br>Новые комбинации. |
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Переходы в сторону с выставлением ноги на пятку.<br>Приставной шаг с приседанием в сторону.<br>Переходы в сторону с подскоком, с работой рук.<br>Дробный шаг.<br>Повороты по точкам.<br>Шаг с притопом с продвижением в сторону.<br>Переступание с пятки на всю ступню с тройным притопом.<br>Притоп – удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп.<br>Вращение на ускорение.<br>Упражнения для рук с накидками.<br>Переходы по линиям с притопами.<br>Приставные шаги на высоких полупальцах, с подниманием рук. |
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Отработка движений танца по рисунку.<br>Отработка эмоционального состояния.<br>Работа над актерским исполнением.<br>Отработка движений в линиях.<br>Последующее соединение танцевального материала воедино.<br>Отработка элементов.<br>Упражнения на перестроения в соответствии с установленным рисунком<br>Соблюдение интервалов и ровностей в танце. |

| | | |
|---|---|---|
| | | Соединение композиции танца<br>Отработка комбинаций танца.<br>Отработка движений в парах<br>Подскоки в повороте.<br>Отработка движений рук<br>Галопы в парах с поворотом<br>Работа над эмоциональным восприятием.<br>Отработка элементов танцев в парах.<br>Соединение комбинаций танца.<br>Сводная репетиция групп<br>Отработка движений в парах<br>Поэтапное соединение движений.<br>Закрепление движений танца<br>Новые связки комбинаций<br>Сводная репетиция по группам<br>Отработка рисунков танца<br>Общий прогон номеров. |
| **IV четверть** | | |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Перестроение в рисунки с соблюдением дистанций.<br>Движения в колонке с различной вариацией рук.<br>Правила и логика перестроения из одних рисунков в другие.<br>Ритмические упражнения на середине.<br>Упражнения в партере на расслабление |
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Разминочный тренаж по кругу.<br>Упражнения у станка.<br>Партерная гимнастика.<br>Упражнение на укрепление спины.<br>Прыжки по диагонали и по кругу.<br>Скользящий шаг па шассе с прыжком.<br>Комбинации на гран батман на середине.<br>Гран батман, адажио у станка<br>Разминочный тренаж. Растяжки в партере<br>Партерная гимнастика. |
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Переступания с тройным притопом из затакта.<br>Хлопки на ускорение.<br>Притопы в полуприседание.<br>Присядка с хлопками для мальчиков. Повороты по диагонали.<br>Прыжки с поджатыми ногами в повороте.<br>Перескоки в парах. |
| **Элементы современного танца** | | |
| | | Разминочный тренаж по кругу и в партере.<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали.<br>Разминочный тренаж по кругу и в партере.<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали<br>Разминочный тренаж по кругу и в партере.<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали<br>Разминочный тренаж по кругу и в партере<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали<br>Ритмико-гимнастические упражнения в партере и на середине |

| | | |
|---|---|---|
| | | Растяжки в партере<br>Упражнения по диагонали.<br>Прыжковые комбинации<br>Акробатические элементы<br>Различные вариации прыжков со скакалкой. |
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Полька в парах. Подскоки в парах и с поворотами.<br>Галопы в парах и с поворотами. |
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Отработка четкости исполнения.<br>Сводная репетиция |
| **Итоговое занятие** | | |
| | | Открытый урок |

# Календарно-тематическое планирование (средняя группа)

3 год обучения

**на 20___/20____ учебный год**
**Количество часов в год 34/1 час в неделю**

| Дата | Кол-во часов | Тема |
|---|---|---|
| **I четверть** | | |
| **Организационное занятие** | | |
| | | Техника безопасности. Внешний вид и форма. Построение в зале. |
| | | Перестроения по залу под музыку. Разминочный тренаж. |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно). |
| | | Вальсы (быстрые, медленные). Вступительные и заключительные аккорды. Свободные движения под музыку. |
| | | Прослушивание народных мелодий в исполнении оркестров народных инструментов. |
| | | Хороводный и приставной шаг. |
| | | Музыкальные размеры. Контрастная музыка: быстрая – медленная, весёлая – грустная. |
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Постановка корпуса.<br>Позиции ног, рук<br>Партерная гимнастика для стоп и спины.<br>Партерная гимнастика.<br>Деми плие, батман тандю, релеве, жете с опорой<br>1 пор де бра. Партерная гимнастика.<br>Прыжки по 1.6 позиции.<br>Партерная гимнастика<br>Релеве с деми плие у станка. |
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Русский танец. Позиции рук, ног.<br>Шаг с носка: простой, переменный.<br>Притоп- удар всей стопой, шаг с притопом в сторону; тройной притоп.<br>Шаг на носок поворот по 6 позиции. |
| | | Ковырялочка. Хлопушки. |

| | | |
|---|---|---|
| | | Вращения на подскоках по 1.4 круга. Присядка для мальчиков.<br>Приставные шаги с работой плеч, руки на поясе.<br>Гармошка. Плие, батман тандю по 6 позиции. |
| **Элементы современного танца** | | |
| | | Разминочный тренаж.<br>По диагонали махи, прыжки, подскоки.<br>Волны. Не выворотные позиции.<br>Ритмико - гимнастические упражнения.<br>Разминка по кругу. Партер для укрепления спины.<br>Повороты на месте и с продвижением.<br>Упражнения со скакалкой (прыжки, перескоки, вращения, броски).<br>Плие, тандю, жете, ронд по 2,6 невыворотной позиции. |
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Выходы и заходы, перестроение в линиях.<br>Движения танца «Ромашковый ежик»<br>Переходы в круги и полукруг.<br>Новые движения танца. |
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Соблюдение интервалов и ровности.<br>Поэтапное разучивание комбинаций.<br>Соединение изученного материала воедино.<br>Отработка движений.<br>Работа над образом.<br>Работа по линиям. Перестроения в рисунках |
| **II четверть** | | |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Фигурная маршировка с перестроением: из колонны в шеренгу и обратно; из круга в два.<br>Продвижения по кругу. Разминка по кругу. |
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Свободное перемещение на заданные рисунки. |
| | | Прослушивание и разбор музыкального материала используемого в номере. |
| | | Постановка танцевальной композиции «Мы царевны» |
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Поэтапное разучивание комбинаций для танца.<br>Отработка движений по кругу.<br>Отработка движений в линиях.<br>Последующее соединение выученных комбинаций.<br>Отработка чистоты исполнения.<br>Отработка эмоционального восприятия.<br>Последующее соединение выученных комбинаций |
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Партерная гимнастика.<br>Упражнения на выворотность ног, гибкость суставов.<br>Прогибы корпуса.<br>Постановка корпуса на середине в 1,3, 5 позиции.<br>Упражнения с опорой. Рон де жамб пар тер, релеве, гранд батман.<br>Прыжки по 1.2.6 позиции.<br>Партерная гимнастика на укрепление спины.<br>Упражнения для стоп в партере. |
| **Элементы народного танца** | | |

| | | |
|---|---|---|
| | | Припадание на месте с продвижением в сторону, поднявшись на полупальцы с поставленной назад ногой.<br>Хлорпушки. Притопы в полуприседании.<br>Повороты по 6 позиции на полупальцах, с подниманием руки вверх.<br>Притопы с продвижением вперед, в сторону.<br>Вращения на подскоках по 1.4 круга<br>Повороты на месте.<br>Прыжки с поджатыми ногами. |
| **Элементы Современного танца** | | |
| | | Разминочный тренаж.<br>Повороты с хлопками, с выбрасыванием рук вверх, в стороны.<br>Повороты с махом ноги.<br>Подскоки, бег на носках, галопы в повороте на 2.4.<br>Прыжки по диагонали. Махи ногами руки в стороны.<br>Растяжки и прогибы в партере<br>Акробатические элементы.<br>Ритмические упражнения |
| **III четверть** | | |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Перестроения по линиям. ДО-ЗА-ДО.<br>Движения по кругу, с поворотом.<br>Перестроения в рисунках (круг, звездочка, змейка)<br>Движения на ускорение и замедление.<br>Повороты на месте, вокруг себя. |
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Партерная гимнастика.1 пор де бра.<br>Прыжки на середине зала по1,2 ,5,6 позициям<br>Партерная гимнастика на укрепление стоп и ног.<br>Постановка на середине по 5 позиции.<br>2 пор де бра. Работа с руками.<br>Растяжки с опорой и в партере. |
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Новые связки для флешмоба.<br>Выходы, переходы по линиям.<br>Перестроения по группам.<br>Движения по кругу сцепленными руками в корзиночку.<br>Работа над образом.<br>Разводка танцевальных рисунков.<br>Новые комбинации. |
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Переходы в сторону с выставлением ноги на пятку.<br>Приставной шаг с приседанием в сторону.<br>Переходы в сторону с подскоком, с работой рук.<br>Ковырялочка с тройным притопом.<br>Повороты по точкам.<br>Шаг с притопом. Руки с пояса через 1 во 2 позицию и обратно.<br>Переступание с пятки на всю ступню с тройным притопом.<br>Притоп – удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп.<br>Вращение на подскоках по $^1/_4$ круга.<br>Упражнения для рук с накидками.<br>Переходы по линиям с притопами.<br>Приставные на высоких полупальцах, с подниманием рук. |

| | | |
|---|---|---|
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Отработка движений танца по рисунку.<br>Отработка эмоционального состояния.<br>Работа над актерским исполнением.<br>Отработка движений в линиях.<br>Последующее соединение танцевального материала воедино.<br>Отработка элементов.<br>Упражнения на перестроения в соответствии с установленным рисунком<br>Соблюдение интервалов и ровностей в танце.<br>Соединение композиции танца<br>Отработка комбинаций танца.<br>Отработка движений в парах<br>Подскоки в повороте.<br>Отработка движений рук<br>Галопы в парах с поворотом<br>Работа над эмоциональным восприятием.<br>Отработка элементов танцев в парах.<br>Соединение комбинаций танца.<br>Сводная репетиция групп<br>Отработка движений в парах<br>Поэтапное соединение движений.<br>Закрепление движений танца<br>Новые связки комбинаций<br>Сводная репетиция по группам<br>Отработка рисунков танца<br>Общий прогон номеров. |
| **IVчетверть** | | |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Перестроение в рисунки с соблюдением дистанций.<br>Движения в колонке с различной вариацией рук.<br>Правила и логика перестроения из одних рисунков в другие.<br>Ритмические упражнения на середине.<br>Упражнения в партере на расслабление |
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Разминочный тренаж по кругу.<br>Упражнения у станка.<br>Партерная гимнастика.<br>Упражнение на укрепление спины.<br>1, 2 пор де бра. Шаг польки по диагонали.<br>Скользящий шаг па шассе.<br>Жете, фрапе у станка боком<br>Гран батман, адажио у станка<br>Разминочный тренаж. Растяжки в партере<br>Партерная гимнастика. |
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Переступания с тройным притопом из затакта.<br>Хлопки на ускорение.<br>Притопы в полуприседание.<br>Присядка для мальчиков. Повороты по диагонали.<br>Прыжки с поджатыми ногами в повороте.<br>Перескоки в парах. |
| **Элементы Современного танца** | | |

| | | |
|---|---|---|
| | | Разминочный тренаж по кругу и в партере.<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали.<br>Разминочный тренаж по кругу и в партере.<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали<br>Разминочный тренаж по кругу и в партере.<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали<br>Разминочный тренаж по кругу и в партере<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали<br>Ритмико-гимнастические упражнения в партере и на середине<br>Растяжки в партере<br>Упражнения по диагонали.<br>Прыжковые комбинации<br>Акробатические элементы<br>Различные вариации прыжков со скакалкой. |
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Полька в парах. Подскоки в парах и с поворотами.<br>Галопы в парах и с поворотами. |
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Отработка четкости исполнения.<br>Сводная репетиция |
| **Итоговое занятие** | | |
| | | Открытый урок |

# Календарно-тематическое планирование (старшая группа)

3 год обучения

**на 20____/20____ учебный год**
**Количество часов в год 34/1 час в неделю**

| Дата | Кол-во часов | Тема |
|---|---|---|
| **I четверть** | | |
| **Организационное занятие** | | |
| | | Техника безопасности. Внешний вид и форма. Построение в зале. |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно). |
| | | Вальсы (быстрые, медленные). Вступительные и заключительные аккорды. Свободные движения под музыку. |
| | | Прослушивание народных мелодий в исполнении оркестров народных инструментов. |
| | | Хороводный, приставной и скользящий шаг. |
| | | Музыкальные размеры. Контрастная музыка: быстрая – медленная, весёлая – грустная. |
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Постановка корпуса.<br>Позиции ног, рук. 1,2 пор де бра.<br>Партерная гимнастика для стоп и спины.<br>Партерная гимнастика. Растяжки.<br>Разминочный тренаж. Экзерсис на середине.<br>Разминочный тренаж. Экзерсис.<br>Комбинации прыжков. |

| | | |
|---|---|---|
| | | Партерная гимнастика<br>Адажио. |
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Русский танец. Позиции рук, ног.<br>Шаг с носка: простой, переменный.<br>Притоп - удар всей стопой, шаг с притопом в сторону; тройной притоп.<br>Вращения по диагонали. |
| | | Вариации с хлопками.<br>Вращения по кругу. Присядка для мальчиков.<br>Приставные шаги с работой плеч, руки на поясе.<br>Прыжки в повороте. |
| **Элементы современного танца** | | |
| | | Разминочный тренаж.<br>По диагонали махи, прыжки, подскоки.<br>Волны. Тренаж по не выворотным позиции.<br>Ритмико - гимнастические упражнения.<br>Разминка по кругу. Партер для укрепления спины.<br>Повороты на месте и с продвижением.<br>Упражнения со скакалкой (прыжки, перескоки, вращения, броски).<br>Плие, тандю, жете, ронд по 2,6 не выворотной позиции.<br>По диагонали прыжки, колесо, переворот, махи. |
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Выходы и заходы, перестроение в линиях.<br>Движения танца<br>Переходы в круги и полукруг.<br>Новые движения танца. |
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Соблюдение интервалов и ровности.<br>Поэтапное разучивание комбинаций.<br>Соединение изученного материала воедино.<br>Отработка движений.<br>Работа над образом.<br>Работа по линиям. Перестроения в рисунках |
| **II четверть** | | |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Фигурная маршировка с перестроениями.<br>Продвижения по кругу. Разминка по кругу. |
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Свободное перемещение на заданные рисунки. |
| | | Прослушивание и разбор музыкального материала используемого в номере. |
| | | Постановка танцевальной композиции |
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Поэтапное разучивание комбинаций для танца.<br>Отработка движений по кругу.<br>Отработка движений в линиях.<br>Последующее соединение выученных комбинаций.<br>Отработка чистоты исполнения.<br>Отработка эмоционального восприятия.<br>Последующее соединение выученных комбинаций |
| **Элементы классического танца** | | |

| | | |
|---|---|---|
| | | Партерная гимнастика.<br>Упражнения на выворотность ног, гибкость суставов.<br>Прогибы корпуса у станка и на середине.<br>Постановка корпуса на середине в 1,3, 5 позиции.<br>Упражнения с опорой. Рон де жамб пар тер, релеве, гранд батман.<br>Прыжки по 1.2.5,6 позиции.<br>Партерная гимнастика на укрепление спины.<br>Упражнения для стоп в партере. |
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Припадание на месте с продвижением в сторону.<br>Хлопушки. Притопы в полуприседании.<br>Повороты по 6 позиции с подниманием руки вверх.<br>Притопы с продвижением вперед, в сторону.<br>Вращения по диагонали и по кругу.<br>Повороты на месте.<br>Прыжки с поджатыми ногами в повороте. |
| **Элементы современного танца** | | |
| | | Разминочный тренаж.<br>Повороты с хлопками, с выбрасыванием рук вверх, в стороны.<br>Повороты с махом ноги.<br>Подскоки, бег на носках.<br>Прыжки по диагонали. Махи ногами со сменой рук.<br>Растяжки и прогибы в партере<br>Акробатические элементы.<br>Ритмические упражнения |
| **III четверть** | | |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Перестроения по линиям. ДО-ЗА-ДО.<br>Движения по кругу, с поворотом.<br>Перестроения в рисунках (круг, звездочка, змейка)<br>Движения на ускорение и замедление.<br>Повороты на месте, вокруг себя. |
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Партерная гимнастика. Растяжки.<br>Прыжки на середине зала по1,2,5,6 позициям<br>Партерная гимнастика на укрепление стоп и ног.<br>Классический тренаж.<br>Работа с руками, корпусом, головой.<br>Растяжки с опорой и в партере. |
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Новые связки для флешмоба.<br>Выходы, переходы по линиям.<br>Перестроения по группам.<br>Движения по кругу сцепленными руками в корзиночку.<br>Работа над образом.<br>Разводка танцевальных рисунков.<br>Новые комбинации. |
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Переходы в сторону с выставлением ноги на пятку.<br>Приставной шаг с приседанием в сторону.<br>Переходы в сторону с подскоком, с работой рук.<br>Дробный шаг. |

| | | |
|---|---|---|
| | | Повороты по точкам.<br>Шаг с притопом с продвижением в сторону.<br>Переступание с пятки на всю ступню с тройным притопом.<br>Притоп – удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп.<br>Вращение на ускорение.<br>Упражнения для рук с накидками.<br>Переходы по линиям с притопами.<br>Приставные шаги на высоких полупальцах, с подниманием рук. |
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Отработка движений танца по рисунку.<br>Отработка эмоционального состояния.<br>Работа над актерским исполнением.<br>Отработка движений в линиях.<br>Последующее соединение танцевального материала воедино.<br>Отработка элементов.<br>Упражнения на перестроения в соответствии с установленным рисунком<br>Соблюдение интервалов и ровностей в танце.<br>Соединение композиции танца<br>Отработка комбинаций танца.<br>Отработка движений в парах<br>Подскоки в повороте.<br>Отработка движений рук<br>Галопы в парах с поворотом<br>Работа над эмоциональным восприятием.<br>Отработка элементов танцев в парах.<br>Соединение комбинаций танца.<br>Сводная репетиция групп<br>Отработка движений в парах<br>Поэтапное соединение движений.<br>Закрепление движений танца<br>Новые связки комбинаций<br>Сводная репетиция по группам<br>Отработка рисунков танца<br>Общий прогон номеров. |
| **IV четверть** | | |
| **Азбука музыкальных движений** | | |
| | | Перестроение в рисунки с соблюдением дистанций.<br>Движения в колонке с различной вариацией рук.<br>Правила и логика перестроения из одних рисунков в другие.<br>Ритмические упражнения на середине.<br>Упражнения в партере на расслабление |
| **Элементы классического танца** | | |
| | | Разминочный тренаж по кругу.<br>Упражнения у станка.<br>Партерная гимнастика.<br>Упражнение на укрепление спины.<br>Прыжки по диагонали и по кругу.<br>Скользящий шаг па шассе с прыжком.<br>Комбинации на гран батман на середине.<br>Гран батман, адажио у станка<br>Разминочный тренаж. Растяжки в партере<br>Партерная гимнастика. |

| | | |
|---|---|---|
| **Элементы народного танца** | | |
| | | Переступания с тройным притопом из затакта.<br>Хлопки на ускорение.<br>Притопы в полуприседание.<br>Присядка с хлопками для мальчиков. Повороты по диагонали.<br>Прыжки с поджатыми ногами в повороте.<br>Перескоки в парах. |
| **Элементы современного танца** | | |
| | | Разминочный тренаж по кругу и в партере.<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали.<br>Разминочный тренаж по кругу и в партере.<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали<br>Разминочный тренаж по кругу и в партере.<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали<br>Разминочный тренаж по кругу и в партере<br>Прыжки, махи, колеса, повороты по диагонали<br>Ритмико-гимнастические упражнения в партере и на середине<br>Растяжки в партере<br>Упражнения по диагонали.<br>Прыжковые комбинации<br>Акробатические элементы<br>Различные вариации прыжков со скакалкой. |
| **Постановочная деятельность** | | |
| | | Полька в парах. Подскоки в парах и с поворотами.<br>Галопы в парах и с поворотами. |
| **Репетиционная деятельность** | | |
| | | Отработка четкости исполнения.<br>Сводная репетиция |
| **Итоговое занятие** | | |
| | | Открытый урок |

## 1.4. Планируемые результаты освоения программы

К концу обучения, обучающиеся овладевают следующими компетентностями:

**Образовательные (предметные):**

- Умение работать с раздаточным материалом педагога;
- Умение станцевать импровизацию под известную и современную музыку с предметами.

**Метапредметные:**

- Умение планировать, контролировать и оценивать собственные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- Умение осуществлять под руководством педагога танцевальную деятельность индивидуально, в парах и ансамбле;

**Личностные:**

- Навыки сотрудничества с взрослыми и сверстниками;

- Умение проявлять отзывчивость, доброжелательность, понимание и сопереживание чувствам других людей.

## Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график

Режим организации занятий по данной дополнительной общеобразовательной программе определяется Календарным учебным графиком, который разрабатывается до начала каждого учебного года.

| № п/п | Год обучения | Объем учебных часов | Всего учебных недель | Режим работы | Количество учебных дней |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 1 год обучения | 68 часов | 34 недели | 2 раз в неделю по 1 академическому часу | 34 дня |
| 2 | 2 год обучения | 68 часов | 34 недели | 2 раз в неделю по 1 академическому часу | 34 дня |
| 3 | 3 год обучения | 68 часов | 34 недели | 2 раз в неделю по 1 академическому часу | 34 дня |

### 2.2. Условия реализации программы

Для реализации программы дополнительного образования учащихся по направлению Студии современного танца «Крылья» имеется классный кабинет (кабинет №112), расположенный на первом этаже, оборудованный мебелью: шкаф двустворчатый, шкаф комбинированный, стол однотумбовый., стул офисный, стулья ученические, зеркала, коврики, костюмы, магнитофон, флешносители, дидактические материалы, учебные пособия, наглядные средства: технологические и инструкционные карты, карточки, фотографии, плакаты.

### 2.3. Этапы и формы контроля

По результатам деятельности в течение года проводится диагностика освоения программы:

| Время проведения | Цель проведения | Формы контроля |
|---|---|---|
| Начальный или входной контроль | | |
| Начало учебного года | Определение уровня развития детей, их творческих способностей | Беседа анкетирование |
| Текущий контроль | | |
| В течение учебного года | Определение степени усвоения учащимися учебного материала. Определение готовности детей к восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности воспитанников в обучении.<br>Выявление детей, отстающих и опережающих обучение.<br>Подбор наиболее эффективных методов | Педагогическое наблюдение, опрос, итоговое занятие, самостоятельная работа в программах. |

| | | |
|---|---|---|
| | и средств обучения. | |
| Промежуточный контроль | | |
| По окончании изучения темы или раздела. В конце четверти, полугодия. | Определение степени усвоения учащимися учебного материала. Определение результатов обучения. | Конкурс, опрос, творческая работа, открытое занятие, анкетирование |
| Итоговый контроль | | |
| В конце учебного года | Определение уровня развития детей, их творческих способностей. Определение результатов обучения. Ориентирование учащихся на дальнейшее обучение. Получение сведений для совершенствования образовательной программы и методов обучения. | Конкурс творческих работ, презентация видеоматериала, итоговые занятия, коллективная рефлексия, самоанализ, тестирование, анкетирование |

Подведение итогов работы будет проводиться при коллективном обсуждении мероприятий, участия в различных конкурсах. Таким образом обучающиеся смогут критически оценить чужие и свои творческие работы.

## 2.4. Оценочные материалы

Способом проверки результата обучения являются повседневное систематическое наблюдение за учащимися и собеседование. Это позволяет определить степень самостоятельности учащихся и их интереса к занятиям, уровень культуры и мастерства и изменения физического состояния.

Формой подведения итогов является участие детей с ОВЗ в различных школьных, городских и краевых концертах, конкурсах и фестивалях.

Прогнозируемый результат:

| | | |
|---|---|---|
| 1-й уровень – учащийся осваивает материал, но требуется многократный повтор. Старается эмоционально исполнять репертуар, появляется желание делать движения согласовано с другими учащимися. Участвует в школьных мероприятиях. | 2-й уровень – учащийся осознанно осваивает материал. Движения старается исполнять аккуратно. Ждет похвалу. Участвует в школьных мероприятиях. При хороших результатах может принимать участие в городских и краевых конкурсах и фестивалях. | 3-й уровень –учащийся самостоятельно повторяет изученный материал. Участвует во всех мероприятиях школы. Принимает участие в городских, краевых и всероссийских конкурсах и фестивалях. |

## Список литературы


1. Бабенкова В.М. Ритмика и танец ДХГШ, программа для хореографической школы г. Хабаровск-2003.
2. Брохина О.В. школа танцев для Детей «Сталкер» 2003.
3. Бычкова. Е.Р. Народный танец «Сталкер»2007.
4. Воронкова. В.В. Ритмика программа - М, Просвещение 2001.
5. Ермакова. Д.А. В вихре вальса Донецк «Сталкер» 2007.
6. Петрошевич О.А. Ритмика программа Мн. Национальный институт образования 2005г.
7. Горшова Е.В. «От жеста к жесту» 2005г.
8. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. М., 2005.
9. Мошкова Е.И. Ритмика и бальные танцы для начальной и средней школы. М., 2008.
10. ФГОС Примерные программы начального образования. – «Просвещение», Москва, 2009

**Интернет-ресурсы:**

1. www.mon.gov.ru
2. www.tangodance.by
3. www.youtube.com