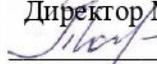


**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №11 имени Ю.В. Андропова»**

СОГЛАСОВАНО Зам. директора по ВР /Ткачева С.Н. 	СОГЛАСОВАНО Руководитель методического совета  Кошечкина Л.В. Протокол №1 от «31» августа 2023г.	УТВЕРЖДАЮ. Директор МБОУ СОШ №11 имени Ю.В. Андропова  Т.Н. Токарева Приказ №505 от 31.08.2023г. 
---	--	---

**Общеобразовательная
общеразвивающая программа
занятий по внеурочной деятельности
спортивно- оздоровительное направление
«Танцевальный»**

Возрастная категория 6,6-10 лет
Срок реализации программы 3 года

педагог дополнительного образования:
Белашова Татьяна Владимировна

с. Солуно- Дмитриевское
2023 год

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа составлена на основе программы по ритмической пластике для детей А.И.Буренина «Ритмическая мозаика».

Возникновению системы ритмического воспитания мы обязаны швейцарскому педагогу и композитору Э.Жак-Далькрозу. Музыкально-ритмическая деятельность детей развивает их воображение, творческую активность, осознанное отношение к восприятию музыки, к осмыслению движений. И это осознанное отношение наполняет ребенка радостью. Музыка и движение открывают для детей богатый мир красоты, добра и света.

Танцевальные упражнения, танцы - один из наиболее эмоциональных, доступных и любимых учащимися видов двигательной деятельности. Они способствуют формированию правильной осанки, красивой походки; развитию ритмичности и координации движений, выносливости, скоростно-силовых качеств.

Это ценное средство общения людей, которое содействует воспитанию дружбы, товарищества; поднимает эмоциональное состояние, общую культуру поведения.

В качестве музыкального сопровождения, как правило, используются целостные произведения - аудиозаписи. Целостный музыкальный образ передается разнообразными пластическими средствами, требующими как свободного владения телом, так и тонкого музыкального слуха, богатого воображения и фантазии. На занятиях «танцевального кружка» обращается внимание не только на внешнюю сторону обучения детей танцевальным движениям, но и на анализ тех внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движения под музыку. Это, прежде всего явные, мыслительные, эмоциональные процессы.

Движение является как бы видимым айсбергом глубинных психических процессов, и по двигательной реакции по музыку можно с достаточной степенью достоверности провести диагностику как музыкального, так и психомоторного развития ребёнка.

Данная программа занятий является музыкально- ритмическим психотренингом для детей, развивающим внимание, волю, память, подвижность и гибкость мыслительных процессов.

Данная рабочая программа по внеурочной деятельности разработана на основе следующих нормативно – правовых документов:

Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся"

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р), Департамент государственной политики в сфере воспитания, дополнительного образования и детского отдыха Министерства просвещения России, от 30.09.2020

Национальный проект «Образование» (Указ Президента России от 7 мая 2018 года № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»),

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи",

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. №196 г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» с изменениями и дополнениями от 5 сентября 2019 г., 30 сентября 2020 г.;

Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»

Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242 "О направлении информации" (вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)")

Танцевальное искусство с незапамятных времен занимало в жизни человека важное место. С древности движения, выполняемые под музыку, применялись в воспитании детей и почитались как занятия, приносящее здоровье физическое и духовное.

ЦЕЛЬ:

- Формирование духовно богатой, гуманистически ориентированной, развитой, творческой личности средствами танцевального искусства.
- Обучение детей владению выразительными средствами танца, способствовать их физическому развитию, совершенствованию общей и эстетической культуры.
- Приобщение детей миру танца, воспитание интереса к танцевальному искусству, развитие творческих проявлений.

ЗАДАЧИ:

В области хореографии:

- расширять знания в области современного хореографического искусства;
- способствовать выражению собственных ощущений, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства;
- формировать умение понимать «язык» движений, их красоту.

В области воспитания:

- Содействовать гармоничному развитию творческой личности ребенка;
- Развивать чувства гармонии, чувства ритма;
- Совершенствовать нравственно-эстетические, духовные и физические потребности.

В области физической подготовки:

- Развивать гибкость, координацию движений;
- Развивать психофизические особенности, способствующие успешной самореализации;
- укреплять физическое и психологическое здоровье.

Данная программа ориентирована на такие важные компоненты как воспитание ценностных духовно-нравственных качеств личности:

- **Ценность жизни** – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.
- **Ценность природы** основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы.
- **Ценность истины** – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности совершенства, сохранение и приумножение её богатства.
- **Ценность человека** как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.
- **Ценность семьи** как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.
- **Ценность труда и творчества** как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

- **Ценность добра** – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.
- **Ценность социальной солидарности** как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.
- **Ценность гражданственности** – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.
- **Ценность патриотизма** – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.
- **Ценность человечества** – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса

Личностными результатами изучения кружка «Танцевальная азбука» являются:

- развитие художественно-эстетическое вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;
- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей.

У учащихся формируются умения:

- высказывать личностно-оценочные суждения о роли хореографии в жизни;
- решать творческие задачи, участвовать в художественных событиях школы;
- проявлять творческую инициативу в различных сферах художественно-творческой деятельности, в художественно-эстетической жизни класса, школы (музыкальные вечера, концерты).

Метапредметными результатами

- являются способы деятельности, применяемые при решении проблем в реальных жизненных ситуациях;
- сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства;
- работа с разными источниками информации, стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию;
- умение участвовать в танцевальной жизни класса, школы, города и др. и продуктивно сотрудничать со сверстниками при решении различных творческих задач.

У учащихся формируются умения:

- наблюдать за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивать их;
- выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.);
- находить ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства;
- передавать свои впечатления в устной и письменной форме.

Предметными результатами являются:

- устойчивый интерес к хореографии, к художественным традициям своего народа, к различным видам музыкально-творческой деятельности, понимание значения танца в жизни человека;
- освоение танцевальных направлений как духовного опыта поколений;
- знание основных закономерностей хореографического искусства, умения и навыки в различных видах учебно-творческой деятельности.

У учащихся формируются умения:

- понимать роль хореографии в жизни человека; различать лирические, эпические, драматические образы в танце; определять по характерным признакам хореографических композиций к соответствующему танцевальному направлению и стилю - танец классический, народный, эстрадный, современный;
- эмоционально воспринимать и оценивать танец; размышлять о знакомых танцевальных постановочных работах; высказывать суждение об основной идее, о средствах и формах ее воплощения;
- понимать специфику хореографического языка, получать представление о средствах танцевальной выразительности;
- исполнять танцевальные комбинации, участвовать в публичных выступлениях класса.

Формирование универсальных учебных действий

1. Формирование личностных УУД.

Учебный предмет «Танцевальная азбука» прежде всего способствует личностному развитию ученика, поскольку обеспечивает понимание искусство хореографии как средство общения между людьми. В нем раскрываются наиболее значимые для формирования личностных качеств ребенка «вечные темы» искусства: добро и зло, любовь и ненависть, жизнь и смерть, материнство, защита отечества и другие, запечатленные в художественных образах. На основе освоения обучающимися танцевального искусства в сфере личностных действий будут сформированы эстетические и ценностно-смысловые ориентации учащихся, создающие основу для формирования позитивной самооценки, самоуважения, жизненного оптимизма, потребности в творческом самовыражении.

Виды заданий:

- высказывание своего отношения к музыкальному сопровождению танца с аргументацией;
- анализ характеров героев танца на основе личностного восприятия.

2. Формирование регулятивных УУД.

Задания и вопросы по хореографическому творчеству, ориентированные на формирование действий контроля и самоконтроля, оценки и самооценки процесса и результатов учебных действий, направленные на развитие регулятивных УУД.

Виды заданий:

- 1) выполнять действия в качестве слушателя;
- 2) выполнять действия в качестве правильного исполнения движений;
- 3) выполнять действия в качестве помощника постановщика;
- 4) ставить новые учебные задачи вместе с педагогом.

3. Формирование познавательных УУД.

В области развития общепознавательных действий изучение хореографического творчества будет способствовать формированию замещения и моделирования.

Виды заданий:

- 1) поиск и выделение необходимой информации;
- 2) формулировать учебную задачу;
- 3) ориентация в способах решения задачи.

4. Формирование коммуникативных УУД.

Виды заданий:

- 1) подготовка танцевальной импровизации в паре, в ансамбле;
- 2) инсценирование на заданную тему;

- 3) умение работать в паре, в ансамбле;
- 4) умение взаимодействовать при достижении единого результата.

Описание места внеурочной деятельности в учебном плане

Программа рассчитана на 1 год. Количество часов в неделю – 2 часа. В год – 34 часа. Продолжительность одного занятия составляет 40 минут в соответствии с внутренним режимом работы школы и требованиям СанПиН.

Тема первого года обучения: «Игры, танцы, упражнения для красивого движения».

К концу первого года обучения дети должны уметь: выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами, отмечать в движении музыкальные фразы, несложный ритмический рисунок. Уметь двигаться поскаками, лёгким бегом, боковым галопом, приставным шагом, пружинящим шагом. В свободных плясках исполнять знакомые движения.

Тема второго года обучения: «Основа танца – залог успеха».

По окончании второго года обучения дети должны знать позиции ног, рук в танце(классический и народный экзерсис), выполнять элементы народного танца: хороводный шаг, шаг польки, шаги с притопом, переменный шаг. Исполнять несложные эстрадные танцы, построенные на способностях детей эмоционально воспринимать образы.

Тема третьего года обучения: «Народный танец; его разнообразие, красота, выразительность движений».

По окончании третьего года обучения учащиеся должны чётко выполнять все изучаемые элементы народного танца, проявлять слаженность и музыкальность исполнения, выразительность общения между собой в танце.

Формы и методы работы

Формы и методы организации деятельности воспитанников ориентированы на их индивидуальные и возрастные особенности.

На занятиях предусматриваются следующие **формы организации учебной деятельности:**

- индивидуальная (учащемуся дается самостоятельное задание с учетом его возможностей);
- фронтальная (работа в коллективе при объяснении нового материала или отработке определенного танцевального приема);
- групповая (разделение на мини-группы для выполнения определенной работы);
- коллективная (выполнение работы для подготовки к концертам и другим мероприятиям).

Формы подведения итогов реализации программы.

Проведение диагностики музыкально-ритмического развития ребёнка необходимо для:

- Выявления уровня развития музыкальных и двигательных способностей детей, состояния эмоциональной сферы.
- Проектирования индивидуальной работы.
- Оценки эффекта педагогического воздействия.

В завершении обучения по программе «Танцевальный» проводится заключительный концерт, на который приглашаются обучающиеся школы.

Система оценки планируемых результатов

Знания, умения и навыки, полученные на занятиях, необходимо подвергать педагогическому контролю с целью выявления качества усвоенных детьми знаний в рамках программы обучения. Формами педагогического контроля являются контрольные уроки, выступления, конкурсы, которые также

способствуют поддержанию интереса к работе, нацеливают детей на достижение положительного результата. В познавательной части занятия обязательно отмечается инициативность и творческое сочинение танцевальных комбинаций учащихся, показанные ими в ходе урока, анализа своего выступления и поиска решения предложенных проблемных ситуаций.

Оценивая результат практической работы, а именно выступления обучающихся, опираются на такие критерии: качественное исполнение танцевальных этюдов и танцев, общий эстетический вид исполнения, творческие находки и самостоятельность сочиненных комбинаций.

Чтобы убедиться в прочности знаний и умений, эффективности обучения по данной образовательной программе проводится контроль:

- промежуточный – контрольный урок в конце четверти,
- итоговый - показательные выступления, участие в концертах.

2.СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения

Первый год.

Теоретическая часть	Практическая часть
<p>«Что такое танец»(4ч.) Педагог беседует с воспитанниками на тему «Что такое танец». Для чего он нужен и как научиться танцевать. Рассказывает, чем будут заниматься. Знакомство со станком. На первых занятиях много играют, с целью раскрепостить учащихся, заинтересовать. Учатся приветствию.</p>	<p>«Что такое танец»(4ч.) Игры – миниатюры: «качели», «кораблик», «шарик», «деревянные и тряпичные куклы», «цветочки», «верёвочки», «мельница».</p>
<p>«Ходьба разного характера»(5ч.) Объяснение нового материала. Бытовой шаг и танцевальный. Что такое марш. Приставной шаг.</p>	<p>«Ходьба разного характера»(5ч.) Приглашение учеников в зал, расстановка. Приветствие. Занятия у станка. Маршировка бытовым, затем танцевальным шагом в различных ритмах. Изучение шага с высоким подниманием колена, приставного шага.</p>
<p>«Движение в соответствии с характером музыки»(7ч.) Рассказать учащимся о различном характере музыки, рассмотреть примеры, образные танцы. Знакомство с элементами ритмики.</p>	<p>«Движение в соответствии с характером музыки»(7 ч.) Разучивание хороводного шага. Пружинящий шаг. Бег, галоп, поскоки. Образные танцы – игры: «слон», «лягушонок», «лисичка», «кошечка». Этюд «мячики»- муз. Шитте.</p>
<p>«Упражнения для рук»(5ч.) Объяснить учащимся, что движения рук в танце имеют большое значение.</p>	<p>«Упражнения для рук»(5ч.) Разучивание упражнений для рук: «ленточки», «волна», «крылья», «поющие руки», «колокола», «колокольчики», «тарелки», «вертушки».</p>

<p>Движениями рук можно показать характер музыки, особенности национальных танцев.</p>	
<p>«Чтобы танец был красивым»(10ч.) Педагог говорит учащимся, что в танцах нет мелочей. Успех танца в целом зависит от каждого учащегося, от того, как отработано каждое движение. Педагог учит синхронности в танцах, каждое движение разучивается отдельно, а затем педагог объясняет, как нужно выполнять изученные движения в группе.</p>	<p>«Чтобы танец был красивым»(10ч.) Отработка изученных шагов ведётся при разучивании танцев: «Чебурашка», «Прялица», «Сударушка».</p>
<p>Участие в концертах (4ч)</p>	<p>Участие в концертах (4ч)</p>
<p>2 год обучения</p>	
<p>«Подготовка к занятиям»(3ч.) Что надеть: любая одежда, не стесняющая движений; лучше – из натуральных тканей. Разминаться босиком или в мягких тапочках. Что такое разминка. Для чего мышцам нужна разминка. Что нужно для успешной разминки. Осанка. Как проверить пульс. Центр движения. Как правильно сделать растяжку.</p>	<p>«Подготовка к занятиям»(3ч.) Упражнения на осанку: на полу, вращения головой, упражнения для плеч, для рук, наклоны, вращения туловища, растяжка ног. Упражнения на центр движения. Как разогреть ноги. Как провести тренировку.</p>
<p>«Основа танца – залог успеха»(12ч.) Педагог акцентирует внимание на том, что знание основ танца- залог успеха. Изучение подготовительной позиции рук. Правильность постановки корпуса, ног, рук, головы. Изучение подготовительной позиции ног. Знакомство с терминами:</p>	<p>«Основа танца – залог успеха»(12ч.) Позиции ног, рук. Правильное положение тела и его частей при маршировке, при выполнении танцевальных движений. Подскоки в 1 позиции с разворотом на 90- 120 градусов. Положения рук в детских танцах и упражнениях: Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки». Упражнения с воображаемыми цветами. « Сладкая грёза»-муз.Чайковского. Положение рук в народных плясках: «руки на талии», «руки перед грудью»,</p>

	«положение рук в парах»: «свечка», «окошечко», ... Положение рук во время движения. « Парный танец» - муз.народная.
<p>«Народные пляски»(11ч.) Изучение основных построений и рисунков народных плясок с их отличительными элементами. Разбор особенностей народных танцев:</p> <p>«Кадриль»- русский танец. «Казачок» - украинский танец. Ставим танец. Объяснение.</p>	<p>«Народные пляски»(11ч.) Упражнения по диагонали, на ковре. Этюды: «Ах, вы сени мои сени», «Ой, утушка, моя луговая». Разучивание движений: ковырялочка, моталочка, вынос ноги на носок, в сторону с поворотом стопы внутрь, дробь, молоточки, припадание, притопы. Элементы национальных танцев: движения кисти, верёвочка, квиточки, галоп, меретка и др.</p>
<p>«Эстрадные танцы для детей»(6ч.) Изучение двух видов композиций эстрадного танца с зафиксированной последовательностью и свободным построением. Азбука хореографии. Схемы танцев.</p>	<p>«Эстрадные танцы для детей»(6ч.) Разучивание: «Чунга-Чанга» (повторение шагов с высоким подниманием колен, движения рук-мельница, вверх-вниз, работа кисти, наклоны, полуприседания, прыжки, покачивания). «Морячка»(марш, хлопки, приставной шаг, притопы, кружение в парах, шаг с «коблучка») «Чарли»(шаг на всей стопе, работа плечевого пояса, переминающиеся шаги на месте, полуприседание, кружение на носочках). Работа у станка. Па польки с разных позиций, па галопа, перестроения в парах. Ритмическая гимнастика.</p>
Участие в концертах (3ч)	Участие в концертах (3ч)
3 год обучения	
<p>«Музыка – это поверхность, по которой ступает танцор»(2ч.) Беседа по истории хореографии: «Как развивалась хореография». Музыка и танец. Ритм и танец. Как музыка помогает танцу. Как создать собственную музыку. Известные хореографы.</p>	<p>«Музыка – это поверхность, по которой ступает танцор»(2ч.) Повторение элементов русской пляски: простой хороводный шаг, шаг польки, шаги с притопом, ковырялочка, моталочка. Движения под музыку разного характера. Танец без музыки. Ритм. Как создать собственную музыку. Аккомпанирование на изготовленных самостоятельно шейкере, ксилофоне, барабане, палочках для ритма.</p>
<p>«Разнообразие народного танца»(11ч.) Педагог рассказывает о разнообразии</p>	<p>«Разнообразие народного танца»(11ч.) Работа над техникой исполнения русского народного танца. «Кадриль»- музыка из</p>

<p>русского народного танца. Рассматриваются танцы разного характера. Схемы танцев. Особенности. Азбука хореографии. Опрос.</p>	<p>репертуара гр. «Дилижанс». «Русский танец с мячом»- разучивание движений, техники владения мечом, постановка. «Вдоль по улице метелица метёт»- разучивание движений, повторение движений рук в танце. Русский перепляс под музыку «Светит месяц» (шаг с высоким подниманием ноги, имитация руками игры на народных инструментах, дробный топающий шаг). Музыкальные игры: «танцующие звери», «мультяшки», «мяч соседу».</p>
<p>«Танцы народов разных национальностей»(8ч.) Знакомство с особенностями танца разных народов, разучивание движений. Восточный танец -особенности движений рук, изолированные движения.</p>	<p>«Танцы народов разных национальностей»(8ч.) «Джигиты»- башкирский танец (знакомство с особенностями танца этого народа, разучивание движений). «Джин»- восточный танец (танец живота, особенности движений рук, изолированные движения). Составление танцевальных композиций, этюдов, построенных на основе народного танца.</p>
<p>«Бальные танцы»(10ч.) Теоретические основы бальных танцев. История вальса и самбы. Партнёрство в бальных танцах.</p>	<p>«Бальные танцы»(180.) Разучивание движений вальса и самбы. Постановка танцев.</p>
<p>Участие в концертах (4ч)</p>	<p>Участие в концертах (4ч)</p>

Занятия проводятся 1 раз в неделю продолжительностью 40 мин.

1 часть: Танцевальная гимнастика, упражнения для освоения техники танца, подготовка организма к динамичной части занятия.

Длительность 7-10 мин.

2 часть: Разучивание танцевальных элементов, соединение движений в танцевальные композиции. Отработка в паре, в группе.

Длительность 15-20 мин.

3 часть: Игры на развитие творческих возможностей детей, на совершенствование музыкального слуха, развитие чувства ритма.

Длительность 5-7 мин.

Показатели уровня развития детей

- Выразительность, легкость и точность исполнения движений под музыку.
- Освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений, разных по стилю и характеру.
- Способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.

3.КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ

1 год обучения

№	Тема занятия	Виды деятельности	ФОРМЫ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	Теория	Практика	Всего часов	Дата
«Что такое танец»							
1	Танец в нашей жизни (беседа).Для чего нужен танец. Как научиться танцевать.	Знакомство с ролью танца в нашей жизни	Беседа с воспитанниками на тему «Что такое танец». Для чего он нужен и как научиться танцевать. Рассказывает, чем будут заниматься. Знакомство со станком. На первых занятиях много играют, с целью раскрепостить учащихся, заинтересовать. Учатся приветствию.	0,5	0,5	1	
2	Игры-миниатюры (качели, кораблик, шарик). Приставной шаг.	Разучивание приставных шагов	Игры – миниатюры: «качели», «кораблик», «шарик», «деревянные и тряпичные куклы», «цветочки», «верёвочки», «мельница».		1	1	
3	Игры-миниатюры (качели, кораблик, шарик). Приставной шаг.	Разучивание приставных шагов			1	1	
4	Игры – превращения(«деревянные и тряпичные куклы», «цветочек», «Верёвочки», «мельница»).Приставной шаг.	Разучивание приставных шагов			1	1	
«Ходьба разного характера»							
5	Марш(шаг энергичный, бодрый, торжественный).	Маршировка бытовым, затем танцевальным шагом в различных ритмах.	Приглашение учеников в зал, расстановка. Приветствие. Занятия у станка. Маршировка бытовым, затем танцевальным шагом в различных ритмах. Изучение шага с высоким подниманием колена, приставного		1	1	
6	Марш со сменой ведущих(расчёт своего	Изучение шага с высоким подниманием колена,			1	1	

	действия на звучание музыкальной фразы, бодрый чёткий шаг, плавные движения рук).	приставного шага.	шага. Объяснение нового материала. Бытовой шаг и танцевальный. Что такое марш. Приставной шаг.				
7	Шаг энергичный, спокойный, осторожный, шаг с высоким поднятием ноги в коленях.	Изучение шага с высоким подниманием колена, приставного шага.			1	1	
8	Песня о Родине И. Дунаевского (закрепление изученных шагов).	Закрепление изученных шагов			1	1	
9	Закрепление изученных шагов	Закрепление изученных шагов			1	1	

Движения в соответствии с характером музыки

10	Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений.	Разучивание хороводного шага.	Рассказать учащимся о различном характере музыки, рассмотреть примеры, образные танцы. Знакомство с элементами ритмики.	0,5	0,5	1	
11	Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений.	Разучивание хороводного шага.			1	1	
12	Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не	Разучивание хороводного шага.				1	1

	останавливая движений.						
13	Пружинящий шаг.	Разучивание пружинящего шага.			1	1	
14	Пружинящий шаг.	Разучивание пружинящего шага.			1	1	
15	Бег, галоп, поскоки. «Мячики»-этюд муз. Шитте.	Знакомство с галопом, поскоками			1	1	
16	Бег, галоп, поскоки. «Мячики»-этюд муз. Шитте.	Знакомство с галопом, поскоками			1	1	

Упражнения для рук

17	Ветерок и ветер. Мельница. «Лендлер»- Бетховен.	Разучивание упражнений для рук.	Объяснить учащимся, что движения рук в танце имеют большое значение. Движениями рук можно показать характер музыки, особенности национальных танцев.		1	1	
18	«Ленточки», «Волна», «Крылья», «Поющие руки». Импровизации.	Разучивание упражнений для рук: «ленточки», «волна», «крылья», «поющие руки».			1	1	
19	«Ленточки», «Волна», «Крылья», «Поющие руки». Импровизации.	Разучивание упражнений для рук: «ленточки», «волна», «крылья», «поющие руки», «колокола», «колокольчики», «тарелки», «вертушки».			1	1	
20	«Колокола», « Колокольчики», «Тарелки», «Вертушки».	Разучивание упражнений для рук: «колокола», «колокольчики», «тарелки», «вертушки».			1	1	
21	«Колокола», « Колокольчики», «Тарелки», «Вертушки».	Разучивание упражнений для рук: «колокола», «колокольчики», «тарелки», «вертушки».			1	1	

Чтобы танец был красивым

22	Отработка приставного шага и пружинки. Танец «Чебурашка».	Отработка изученных шагов ведётся при разучивании танца «Чебурашка».	Педагог говорит учащимся, что в танцах нет мелочей. Успех танца в целом зависит от каждого учащегося, от того, как отработано каждое движение. Педагог учит синхронности в танцах, каждое движение разучивается отдельно, а затем педагог объясняет, как нужно выполнять изученные движения в группе.		1	1	
23	Отработка приставного шага и пружинки. Танец «Чебурашка».	Отработка изученных шагов ведётся при разучивании танца «Чебурашка».			1	1	
24	Отработка приставного шага и пружинки. Танец «Чебурашка».	Отработка изученных шагов ведётся при разучивании танца «Чебурашка».			1	1	
25	Хоровод «Прялица»- рус.нар. мелодия в обр. Ломовой Т	Отработка изученных шагов ведётся при разучивании танца «Прялица».			1	1	
26	Хоровод «Прялица»- рус.нар. мелодия в обр. Ломовой Т	Отработка изученных шагов ведётся при разучивании танца «Прялица».			1	1	
27	Хоровод «Прялица»- рус.нар. мелодия в обр. Ломовой Т	Отработка изученных шагов ведётся при разучивании танца «Прялица».			1	1	
28	Хоровод «Прялица»- рус.нар. мелодия в обр. Ломовой Т	Отработка изученных шагов ведётся при разучивании танца «Прялица».			1	1	
29	«Сударушка» - нар.пляска.	Отработка изученных шагов ведётся при разучивании танца «Сударушка».			1	1	
30	«Сударушка» - нар.пляска.	Отработка изученных шагов ведётся при разучивании танца «Сударушка».			1	1	

31	«Сударушка» - нар.пляска.	Отработка изученных шагов ведётся при разучивании танца «Сударушка».			1	1	
32	Участие в концертах.	Участие в концерте ко Дню учителя			1	1	
33	Участие в концертах.	Участие в Новогоднем утреннике			1	1	
34	Участие в концерте	Веснушки			1	1	
35	Участие в концертах.	Участие в концерте к 8 Марта.			1	1	
	ИТОГО				35	35	

2 год обучения

№	Тема занятия	Виды деятельности	ФОРМЫ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	Теория	Практика	Всего часов	Дата
Подготовка к занятиям							
1	Что надеть. Где и когда танцевать. Дыхание. Как проверить пульс.	Упражнения на осанку: на полу, вращения головой, упражнения для плеч, для рук, наклоны, вращения туловища, растяжка ног. Упражнения на центр движения. Как разогреть ноги. Как провести тренировку.	Беседа с детьми что надеть: любая одежда, не стесняющая движений; лучше – из натуральных тканей. Разминаться босиком или в мягких тапочках. Что такое разминка. Для чего мышцам нужна разминка. Что нужно для успешной разминки. Осанка. Как проверить пульс. Центр движения. Как правильно сделать растяжку.	0,5	0,5	1	
2	Что такое разминка. Зачем она нужна.	Упражнения на осанку: на полу, вращения головой, упражнения для плеч, для рук, наклоны, вращения туловища, растяжка ног. Упражнения на центр движения. Как разогреть ноги. Как провести тренировку.		1	1		
3	Осанка. Упражнения на осанку. Центр движения.	Упражнения на осанку: на полу, вращения головой,		1	1		

		упражнения для плеч, для рук, наклоны, вращения туловища, растяжка ног. Упражнения на центр движения. Как разогреть ноги. Как провести тренировку.					
Основа танца - залог успеха							
4	Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки». Упражнения с воображаемыми цветами. « Сладкая грёза»-муз.Чайковского.	Положения рук в детских танцах и упражнениях: Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки». Упражнения с воображаемыми цветами. « Сладкая грёза»-муз.Чайковского.	Педагог акцентирует внимание на том, что знание основ танца- залог успеха. Изучение подготовительной позиции рук. Правильность постановки корпуса, ног, рук, головы. Изучение подготовительной позиции ног. Знакомство с терминами:		1	1	
5	Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки». Упражнения с воображаемыми цветами. « Сладкая грёза»-муз.Чайковского.	Положения рук в детских танцах и упражнениях: Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки». Упражнения с воображаемыми цветами. « Сладкая грёза»-муз.Чайковского			1	1	
6	Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки на	Положения рук в детских танцах и упражнениях: Положения рук в детских			1	1	

	пояс», «руки в стороны», «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки». Упражнения с воображаемыми цветами. « Сладкая грёза»- муз. Чайковского.	танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки». Упражнения с воображаемыми цветами. « Сладкая грёза»- муз. Чайковского				
7	Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки». Упражнения с воображаемыми цветами. « Сладкая грёза»- муз. Чайковского.	Положения рук в детских танцах и упражнениях: Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки». Упражнения с воображаемыми цветами. « Сладкая грёза»- муз. Чайковского		1	1	
8	Положение рук в народных плясках: «руки на талии», «руки перед грудью», «положение рук в парах»: «свечка», «окошечко», ... Положение рук во время движения. « Парный танец» - муз. народная.	Положение рук в народных плясках: «руки на талии», «руки перед грудью», «положение рук в парах»: «свечка», «окошечко», ... Положение рук во время движения. « Парный танец» - муз. народная.		1	1	
9	Положение рук в народных плясках: «руки на талии», «руки перед грудью», «положение рук в парах»: «свечка», «окошечко», ... Положение рук во время движения. « Парный	Положение рук в народных плясках: «руки на талии», «руки перед грудью», «положение рук в парах»: «свечка», «окошечко», ... Положение рук во время движения. « Парный танец» - муз. народная.		1	1	

	танец» - муз.народная.					
10	Положение рук в народных плясках: «руки на талии», «руки перед грудью», «положение рук в парах»: «свечка», «окошечко», ... Положение рук во время движения. « Парный танец» - муз.народная.	Положение рук в народных плясках: «руки на талии», «руки перед грудью», «положение рук в парах»: «свечка», «окошечко», ... Положение рук во время движения. « Парный танец» - муз.народная.			1	1
11	Положение рук в народных плясках: «руки на талии», «руки перед грудью», «положение рук в парах»: «свечка», «окошечко», ... Положение рук во время движения. « Парный танец» - муз.народная.	Положение рук в народных плясках: «руки на талии», «руки перед грудью», «положение рук в парах»: «свечка», «окошечко», ... Положение рук во время движения. « Парный танец» - муз.народная.			1	1
12	Позиции рук.	Позиции ног, рук. Правильное положение тела и его частей при маршировке, при выполнении танцевальных движений. Подскоки в 1 позиции с разворотом на 90-120 градусов.			1	1
13	Позиции рук.	Позиции ног, рук. Правильное положение тела и его частей при маршировке, при выполнении танцевальных движений. Подскоки в 1 позиции с разворотом на 90-120 градусов.			1	1
14	Позиции ног.	Позиции ног, рук. Правильное			1	1

		положение тела и его частей при маршировке, при выполнении танцевальных движений. Подскоки в 1 позиции с разворотом на 90-120 градусов.					
15	Позиции ног.	Позиции ног, рук. Правильное положение тела и его частей при маршировке, при выполнении танцевальных движений. Подскоки в 1 позиции с разворотом на 90-120 градусов.			1	1	

Народные пляски

16	Изучение основных построений и рисунков народных плясок с их отличительными элементами.	Упражнения по диагонали, на ковре. Этюды: «Ах, вы сени мои сени», «Ой, утушка, моя луговая».	Изучение основных построений и рисунков народных плясок с их отличительными элементами. Разбор особенностей народных танцев: «Кадриль»- русский танец. «Казачок» - украинский танец. Ставим танец. Объяснение.		1	1	
17	Изучение основных построений и рисунков народных плясок с их отличительными элементами.	Упражнения по диагонали, на ковре. Этюды: «Ах, вы сени мои сени», «Ой, утушка, моя луговая».			1	1	
18	Изучение основных построений и рисунков народных плясок с их отличительными элементами.	Упражнения по диагонали, на ковре. Этюды: «Ах, вы сени мои сени», «Ой, утушка, моя луговая».			1	1	
19	Изучение основных построений и рисунков	Упражнения по диагонали, на ковре. Этюды: «Ах, вы сени			1	1	

	народных плясок с их отличительными элементами.	мои сени», «Ой, утушка, моя луговая».					
20	«Кадриль»- русский танец.	Разучивание движений: ковырялочка, моталочка, вынос ноги на носок, в сторону с поворотом стопы внутрь, дробь, молоточки, припадание, притопы.			1	1	
21	«Кадриль»- русский танец.	Разучивание движений: ковырялочка, моталочка, вынос ноги на носок, в сторону с поворотом стопы внутрь, дробь, молоточки, припадание, притопы.			1	1	
22	«Кадриль»- русский танец.	Разучивание движений: ковырялочка, моталочка, вынос ноги на носок, в сторону с поворотом стопы внутрь, дробь, молоточки, припадание, притопы.			1	1	
23	«Кадриль»- русский танец.	Разучивание движений: ковырялочка, моталочка, вынос ноги на носок, в сторону с поворотом стопы внутрь, дробь, молоточки, припадание, притопы.			1	1	
24	«Казачок» - украинский танец.	Элементы национальных танцев: движения кисти, верёвочка, квиточки, галоп, меретка и др.			1	1	
25	«Казачок» - украинский танец.	Элементы национальных танцев: движения кисти, верёвочка, квиточки, галоп, меретка и др.			1	1	

26	«Казачок» - украинский танец.	Элементы национальных танцев: движения кисти, верёвочка, квичочки, галоп, мережка и др.			1	1	
Эстрадные танцы для детей							
27	Два вида композиций эстрадного танца (с зафиксированной последовательностью и свободным построением).	Изучение двух видов композиций эстрадного танца с зафиксированной последовательностью и свободным построением.	Изучение двух видов композиций эстрадного танца с зафиксированной последовательностью и свободным построением. Азбука хореографии. Схемы танцев.		1	1	
28	«Чунга-Чанга» (повторение шагов с высоким подниманием колен, движения рук-мельница, вверх-вниз, работа кисти, наклоны, полуприседания, прыжки, покачивания).	Разучивание: «Чунга-Чанга» (повторение шагов с высоким подниманием колен, движения рук-мельница, вверх-вниз, работа кисти, наклоны, полуприседания, прыжки, покачивания).			1	1	
29	«Чунга-Чанга» (повторение шагов с высоким подниманием колен, движения рук-мельница, вверх-вниз, работа кисти, наклоны, полуприседания, прыжки, покачивания).	Разучивание: «Чунга-Чанга» (повторение шагов с высоким подниманием колен, движения рук-мельница, вверх-вниз, работа кисти, наклоны, полуприседания, прыжки, покачивания).			1	1	
30	«Морячка»(марш, хлопки, приставной шаг, притопы, кружение в парах, шаг с «коблучка»).	Разучивание:«Морячка» марш, хлопки, приставной шаг, притопы, кружение в парах, шаг с «коблучка»).			1	1	
31	«Морячка»(марш, хлопки, приставной шаг, притопы, кружение в парах, шаг с «коблучка»).	Разучивание:«Морячка» марш, хлопки, приставной шаг, притопы, кружение в парах, шаг с «коблучка»).			1	1	
32	«Чарли»(шаг на всей стопе, работа	«Чарли»(шаг на всей стопе, работа плечевого пояса,			1	1	

	плечевого пояса, переминающиеся шаги на месте, полуприседание, кружение на носочках).	переминающиеся шаги на месте, полуприседание, кружение на носочках).					
33	Участие в концертах	Участие в Новогоднем утреннике			1	1	
34 35	Участие в концертах	Участие в концерте к 8 Марта, Веснушки			2	2	
	ИТОГО				35	35	

3 год обучения

№	Тема занятия	Виды деятельности	ФОРМЫ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	Теория	Практика	Всего часов	Дата
Музыка – это поверхность, по которой ступает танцор							
1	Беседа по истории хореографии: «Как развивалась хореография».	Беседа по истории хореографии: «Как развивалась хореография».	Беседа по истории хореографии: «Как развивалась хореография».		1	1	
2	Музыка и танец.	Движения под музыку разного характера. Танец без музыки. Ритм. Как создать собственную музыку.	Музыка и танец. Ритм и танец. Как музыка помогает танцу. Как создать собственную музыку. Известные хореографы.		1	1	
	Ритм и танец. Как музыка помогает танцу.	Аккомпанирование на изготовленных самостоятельно шейкере, ксилофоне, барабане, палочках для ритма			1	1	
Разнообразие народного танца							
3	Работа над техникой исполнения русского народного танца.	Работа над техникой исполнения русского народного танца.	Педагог рассказывает о разнообразии русского народного танца.		1	1	

4	Работа над техникой исполнения русского народного танца.	Работа над техникой исполнения русского народного танца.	<p>Рассматриваются танцы разного характера. Схемы танцев.</p> <p>Особенности.Азбука хореографии. Опрос.</p>		1	1	
5	«Русский танец с мячом»-разучивание движений, техники владения мечом, постановка.	«Русский танец с мячом»-разучивание движений, техники владения мечом, постановка.			1	1	
6	«Русский танец с мячом»-разучивание движений, техники владения мечом, постановка.	«Русский танец с мячом»-разучивание движений, техники владения мечом, постановка.			1	1	
7	«Русский танец с мячом»-разучивание движений, техники владения мечом, постановка.	«Русский танец с мячом»-разучивание движений, техники владения мечом, постановка.			1	1	
8	«Вдоль по улице метелица метёт»-разучивание движений, повторение движений рук в танце.	«Вдоль по улице метелица метёт»-разучивание движений, повторение движений рук в танце.			1	1	
9	«Вдоль по улице метелица метёт»-разучивание движений, повторение движений рук в танце.	«Вдоль по улице метелица метёт»-разучивание движений, повторение движений рук в танце.			1	1	
10	«Вдоль по улице метелица метёт»-разучивание движений, повторение движений рук в танце.	«Вдоль по улице метелица метёт»-разучивание движений, повторение движений рук в танце.			1	1	
11	Русский перепляс под музыку «Светит месяц» (шаг с высоким	Русский перепляс под музыку «Светит месяц» (шаг с высоким подниманием ноги,			1	1	

	подниманием ноги, имитация руками игры на народных инструментах, дробный топающий шаг).	имитация руками игры на народных инструментах, дробный топающий шаг).				
12	Русский перепляс под музыку «Светит месяц» (шаг с высоким подниманием ноги, имитация руками игры на народных инструментах, дробный топающий шаг).	Русский перепляс под музыку «Светит месяц» (шаг с высоким подниманием ноги, имитация руками игры на народных инструментах, дробный топающий шаг).		1	1	
13	Музыкальные игры: «танцующие звери», «мультишки», «мяч соседу».	Музыкальные игры: «танцующие звери», «мультишки», «мяч соседу».		1	1	

Танцы народов разных национальностей

14	Знакомство с особенностями танца разных народов, разучивание движений.	Знакомство с особенностями танца разных народов, разучивание движений.	Знакомство с особенностями танца разных народов, разучивание движений. Восточный танец -	1	1	
15	«Джигиты»- башкирский танец	знакомство с особенностями танца этого народа, разучивание движений	особенности движений рук, изолированные движения.	1	1	
16	«Джигиты»- башкирский танец	знакомство с особенностями танца этого народа, разучивание движений		1	1	
17	«Джигиты»- башкирский танец	знакомство с особенностями танца этого народа, разучивание движений		1	1	
18	«Джин»- восточный танец	танец живота, особенности движений рук, изолированные движения		1	1	
19	«Джин»- восточный танец	танец живота, особенности движений рук, изолированные		1	1	

		движения					
20	«Джин»- восточный танец	танец живота, особенности движений рук, изолированные движения			1	1	
21	Составление танцевальных композиций, этюдов, построенных на основе народного танца.	Составление танцевальных композиций, этюдов, построенных на основе народного танца.			1	1	
Бальные танцы							
22	Теоретические основы бальных танцев. История вальса и самбы.	Теоретические основы бальных танцев	Теоретические основы бальных танцев. История вальса и самбы.		1	1	
23	Партнёрство в бальных танцах.	Теоретические основы бальных танцев	Партнёрство в бальных танцах.		1	1	
24	Разучивание движений вальса и самбы	Разучивание движений вальса и самбы			1	1	
25	Разучивание движений вальса и самбы	Разучивание движений вальса и самбы			1	1	
26	Разучивание движений вальса и самбы	Разучивание движений вальса и самбы			1	1	
27	Постановка танцев.	Постановка танцев.			1	1	
28	Постановка танцев.	Постановка танцев.			1	1	
29	Постановка танцев.	Постановка танцев.			1	1	
30	Постановка танцев.	Постановка танцев.			1	1	
31	Постановка танцев.	Постановка танцев.			1	1	
32	Участие в концертах	Участие в концертах			1	1	
33	Участие в концертах	Участие в концертах			1	1	
34	Участие в концертах	Участие в концертах			2	2	
35	ИТОГО				35	35	

4. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ

К концу обучения учащиеся должны сформироваться, как всесторонне развитая личность с художественно-эстетическим вкусом, раскрыть свои потенциальные способности и укрепить своё здоровье, а также должны

знать:

виды и жанры хореографии;
историю создания танцев народов мира;
классические термины;
лучшие образы хореографического, музыкального искусства.

уметь:

выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;
выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства;
сопереживать, осуществлять взаимовыручку и взаимоподдержку.

5. УЧЕБНО - МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

аудио, видео аппаратура;
аудиокассеты, диски с записями музыки, песен, танцев;
диски с записями выступлений танцевальных коллективов;
костюмы для конкурсных выступлений.

6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Нормативный документ. Закон Российской Федерации об образовании.
2. Конвенция о правах ребёнка.
3. Устав МОУ «Притокская средняя общеобразовательная школа».
4. Методическое пособие в помощь педагогу дополнительного образования, руководителю хореографических кружков, объединений. Пляшешник А.Д.- Александровский районный Центр внешкольной работы, 2002 год.
5. Роткина Т.С. «Классификация программ дополнительного образования», «Поиск», ОЦДЮТ, 2002 год.
6. Андреев В.И. Педагогика; Учебный курс для творческого саморазвития.- 2-е изд.-Казань:Центр инновационных технологий, 2000-608с.
7. «Педагогические советы в системе воспитательной работы»-Жирякова А.А. «Классный руководитель», 2001г.
8. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Айрис-пресс, 2000 – 270с.
9. Бондаренко Л.А. Ритмика и танец. – Киев.: Муз. Украина, 1989 – 232с.
10. Бондаренко А.А. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях. – Киев : Муз. Украина, 1989 – 220с.
11. Смит Люси. Танцы. Начальный курс. М.: ООО «Издательство Астрель», 2001.-48с.:ил.
12. Здравствуй, школа: Репертуар. сб. для организаторов шк.худ.самодеятельности/ сост.Н.И.Кучер.-М.: Просвещение, 1986.-336с.: ил. нот.
13. Белкина С.И. «Музыка и движение»-М.: Просвещение, 1983г.
14. Ваганова А. «Основы классического танца»-М.: Искусство, 1963 г.
15. Богаткова Л. «Танцы для детей»-М.: Просвещение, 1959г.
16. Ерохина «Школа танцев для детей»-М.: Искусство, 2000г.

17. Захарова С.Н. «Праздники в детском саду»-М.: просвещение, 1999г.
- 18.«Танцуют дети»-библиотека художественной самодеятельности.
- 19.«Сюжетные танцы»- библиотека художественной самодеятельности.
- 20.Костровицкая, Писарев «Школа классического танца»-М.: Искусство, 1986г.
- 21.Чибрикова А.Е. «Ритмика»-М.: просвещение, 2000г.
- 22.Михайлова М.А. «Танцы, игры, упражнения для красивого движения»-М.: просвещение, 1999г.