

**Управление образования администрации Сергиево-Посадского
городского округа
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования Центр детского творчества «Кругозор»**

Принято на заседании
методического (педагогического) совета
от « 01 » июня 2020г.
Протокол № 02

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО ЦДТ
«Кругозор»
Воронова М.Б./
Приказ № 69 от « 08 » июня 2020 г.



Дополнительная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Хореография»

уровень – базовый 1
возраст обучающихся 8 - 14 лет
срок реализации – 1 год

Автор-составитель
Гончарова-Сарабьева Е.А.
педагог дополнительного образования

Сергиев Посад

2020 г

Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа разработана на основе программы: «Хореография», автор Заболотская М.А. Программа является лауреатом VI окружного конкурса образовательных программ дополнительного образования детей.

Хореография – один из древнейших видов искусства. Хореография, а в, классический балет как основа хореографии, обладает огромными возможностями для полноценного развития ребенка, становления его как личности, развитой духовно и физически.

Танец – это красота линий, сочетание музыки и костюмов. Через изучение основ хореографии дети приобщаются к танцевальной культуре, музыкальной культуре, формируют свой эстетический вкус.

Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области. Настоящая программа предполагает возможность инклюзивного обучения детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья. Дополнительное образование детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями предполагает создание условий, благоприятных для освоения ими способов преодоления разноуровневых барьеров, препятствий.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография» обеспечивает возможность инклюзивного обучения посредством:

- создания доступной среды в здании учреждения и помещении для проведения занятий;
- осуществления индивидуального подхода к обучению ребенка с особыми потребностями в образовании;
- наличия образовательного материала доступного для освоения ребенком с особыми образовательными потребностями;
- достаточной квалификации педагога дополнительного образования для проведения занятий с детьми-инвалидами и детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Базовый уровень (первый год обучения) программы предполагает реализацию материала, обеспечивающего освоение специализированных знаний, создающего общую и целостную картину изучаемого предмета в рамках содержательно- тематического направления программы. Реализация базового уровня программы направлена на формирование знаний, умений и навыков базового уровня и предполагает занятия с основным составом детского объединения. При этом сохранность контингента составляет до 75 % от поступивших на обучение.

Направленность программы: художественная

Актуальность программы:

Актуальность данной программы состоит в том, что она представляет собой синтез классической, народной и современной хореографии, то есть широкий спектр хореографического образования. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося, и дать возможность раскрыть и выразить себя.

Цель:

Развитие творческих способностей обучающихся, обучение основам искусства хореографии. Воспитание художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

Задачи:

На базовый зачисляются дети, прошедшие стартовый уровень, вновь прибывшие дети могут приниматься только в случае, если у них есть должная хореографическая подготовка, определенная стартовой диагностикой.

Перевод воспитанника внутри группы с одного уровня на другой осуществляется педагогом в конце учебного года по результатам проведенной итоговой аттестации, путем наблюдения, собеседования, контроля выполнения заданий, тестирования, а так же достигнутым им результатам:

На базовый уровень переводятся не менее 25% обучающихся на предыдущих уровнях

Если воспитанник закончил обучение по образовательной программе и не достиг 18-летнего возраста, он имеет право заниматься в группах базового уровня, а так же по индивидуальным маршрутам обучения и выступать в составе ансамбля «Кармен».

Возраст обучающихся: базовый уровень – 8-14 лет.

Поло-возрастные особенности формирования групп обучающихся.

В студию принимаются обучающиеся без различия по гендерному признаку, так как девочки и мальчики имеют одинаковые психо-физические особенности развития. Это позволяет проводить обучение в одной группе и мальчиков и девочек.

Возраст обучающихся – 8-16 лет.

На стартовый уровень в студию принимаются дети, начиная с 8 до 16 лет, так как дети в этом возрасте достаточно психически и физически развиты для освоения образовательной программы.

На базовом уровне могут учиться дети до 16 лет.

Организация учебно-воспитательного процесса

Количество учебных часов для освоения полного курса образовательной программы: 180 учебных часов.

Статус групп – профильный, разновозрастной.

Количество детей на 1 группу: 15-20 человек (обучающиеся разновозрастной категории)

В течение обучения состав групп может меняться не более, чем на 25 %

Режим занятий:

Групповые занятия: – 5 часов в неделю – 180 часов в год (по 3 и 2 часа в неделю)

Индивидуальные занятия (соло): – 4- 5 часа в неделю.

Ансамбль танца «Кармен»

Организация творческой деятельности обучающихся позволяет педагогу увидеть характер ребенка, найти индивидуальный подход к нему с учетом пола, возраста, темперамента, его интереса и потребностей в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал.

Наиболее способные дети, успешно осваивающие программный материал своего этапа обучения, входят в состав ансамбля. Работа с ансамблевой группой происходит параллельно с основным образовательным процессом, входит в разделы «Постановочная работа и репетиционная деятельность», так же может проводиться в индивидуальные часы.

Формы и методы проведения занятий

Занятия должны идти в хорошем темпе, избегая однообразия, необходимо вносить элемент новизны, кроме этого любое задание должно соответствовать степени подготовленности к нему.

Система упражнений, выстроенная по принципу «от простого к сложному», с учетом всех необходимых правил и навыков, при условии многократного повторения, соблюдая

систематичность, последовательность и постепенность занятий, поможет успешному выполнению требований программы.

Музыка в танце имеет первостепенное значение, поэтому обязательное участие концертмейстера.

Методы обучения:

1. Показ исполнения педагогом.
2. Показ исполнения детьми.
3. Словесные методы.
4. Показ условными жестами.
5. «Провокации», специальные ошибки педагога при показе с целью активации внимания, пробуждения к исправлению ошибки.
6. «Вовлекающий показ» - помогает освоить достаточно сложные элементы и комбинации.

Заниматься дети должны в специальной форме, которая должна отвечать эстетическим требованиям и не стеснять их в движении: для девочек – короткие юбки, купальники, белые носки и балетки; для мальчиков – шорты, футболка, белые носки и балетки.

Современные образовательные технологии, применяемые в обучении

Здоровьесберегающая технология

Цель: формирование у детей осознанного желания быть здоровыми и вести здоровый образ жизни. Мероприятия по сохранению здоровья у учащихся в хореографическом коллективе проводятся постоянно: педагог следит за функциональным состоянием опорно-двигательного аппарата, адекватностью физических нагрузок на занятиях, рекомендует родителям обращаться к специалистам, принимает меры по соблюдению санитарно-гигиенических норм на занятиях, планирует и проводит тематические беседы совместно с врачом восстановительной медицины для родителей и детей (раздельно). Большое внимание в коллективе уделяется профилактике дорожно-транспортных происшествий (проводятся инструктажи), вредных привычек (табакокурения, наркомании, алкоголя), гриппа и ОРЗ в осенне-зимний период, недопущению приема детьми в пищу вредных продуктов (чипсов, газированных напитков и энергетиков, шоколадных батончиков типа «Сникерс» или «Марс» и т. д.).

Личностно-ориентированная технология

Цель: максимальное развитие индивидуальных творческих способностей ребенка на основе использования имеющегося у него опыта жизнедеятельности. Отношения педагога и учащегося строятся на основе педагогики сотворчества. Занятия по введению в хореографию направлены, прежде всего на то, чтобы раскрыть и использовать личностный потенциал каждого ребенка, помочь становлению личности путем организации творческой деятельности, приобщения к танцевальному наследию прошлого и настоящего, использования полученных знаний в своей концертно-практической деятельности. Инструментами творческо-познавательного процесса являются: тематические беседы, творческие встречи с деятелями культуры, участие в мастер-классах у ведущих педагогов-хореографов, выступления в составе ансамбля на концертах, участие в областных, российских и международных фестивалях-конкурсах, посещение балетных спектаклей профессиональных театров и концертов детских творческих коллективов.

Проектная технология - традиционные мероприятия коллектива

Цель: активизация творческой инициативы учащихся, развитие принципа преемственности в коллективе (наставничества), развитие умения принимать самостоятельные решения. Проектная деятельность направлена на обучение ребят 11-15 лет работать в «команде», на получение лучшего результата от совместной деятельности. Подготовка к традиционным мероприятиям сплачивает детский коллектив, формирует его костяк. Во время подготовки к очередному мероприятию между участниками распределяются обязанности, как организационно-хозяйственные, так и творческие. Иногда ребята помогают педагогам проводить репетиции с

малышами, помогают идеями, творческими советами. Отчетный концерт готовится весь учебный год: сначала создаются концертные номера, затем сочиняется сценарий, презентации о выпускниках с использованием мультимедийных средств, проводятся сводные и генеральные репетиции. Подготовку к концерту активно ведут и родители – главные помощники коллектива. Родители на равных участвуют в распределении «ролей» и «зоны ответственности». Они, как и основные участники процесса, «держат отчет» перед педагогами.

Технология дифференцированного обучения

Цель: обучение каждого на уровне его возможностей и способностей, создание ситуации успеха, развитие творческих способностей. Технология дифференцированного обучения помогает детям с различными стартовыми в танцевально-творческом отношении возможностями в короткие сроки достичь максимально достойных результатов. Даже самый «неспособный» ребенок может добиться равных результатов на конкурсах, в которых принимает участие весь коллектив. Для этого педагогами создаются такие концертные номера, в которых каждому находится дело по душе и по возможностям. Это позволяет выступать на сцене, в одном концертном номере детям с хорошими природными данными и с недостаточными для хореографии данными. Так повышается их самооценка и, как следствие, улучшаются отношения среди учащихся и сохраняется контингент.

Информационно-коммуникационная технология

Цель: формирование навыков работы с полученной информацией, развитие творческого мышления, мотивация к обучению. Применение информационной технологии помогает в подготовке хореографических композиций, анализе концертных выступлений, устранению недостатков в исполнении и совершенствовании профессиональных навыков, исполнительского уровня.

Образовательная деятельность в хореографическом коллективе предполагает не только обучение детей определенным знаниям, умениям и навыкам, но и развитие их творческой активности, а также разнообразных личностных качеств.

Формы подведения итогов обучения

Для индивидуального развития каждого ребенка имеет огромное значение отслеживание, фиксация динамики развития его достижений, педагогический мониторинг. Конкретный разбор ошибок, недостатков и совместное с педагогом определение перспектив дальнейшего развития – вот то, что необходимо для успешного овладения искусством танца и становление ребенка как личности.

На занятиях воспитанники, осваивая программный материал, учатся понимать музыку, импровизировать, фантазировать т. е. создавать художественный образ непосредственно в процессе исполнения. Воспитанники учатся импровизировать на заданную тему, на заданную музыку. Ребенок, овладевая программным материалом способен сочинять хореографические композиции самостоятельно. Далее, от индивидуальной импровизации, дети переходят к сложной форме-импровизации коллективной, что требует более глубокой подготовки. Это и является результатом учебной работы. Преподаватель учит ребенка сознательно распоряжаться телом, понимать каждое движение танца в его простейших элементах и сложной координации. Преподаватель прививает детям музыкальность, тесно связанную со смыслом танцевального движения.

Большое значение уделяется музыкальной грамоте. Дети должны уметь определять размер музыки, основные характеристики.

Формами подведения итогов обучения являются:

- концерты;
- репертуар, как для сольного, так и для ансамблевого исполнения;
- участие в фестивалях и конкурсах различного уровня;
- отчетные концерты;
- итоговые занятия;

- промежуточная и итоговая аттестации;
- мониторинги результативности обучения.

Индивидуальная работа с детьми, показывающими повышенные способности в обучении

В работе студии ведется индивидуальная работа по выявлению одаренных детей в области хореографии.

Цель: повышение уровня хореографического образования и профессиональная ориентация одаренных детей.

Задачи:

- Выработка в процессе индивидуального обучения специальной системы хореографической подготовки в зависимости от особенностей данного ребенка;
- Формирование творческого потенциала одаренных детей;
- Профессиональная подготовка для участия в конкурсах и фестивалях хореографического искусства.

Для решения поставленных задач работа с одаренными учащимися ведется по двум основным направлениям:

- Техника танца.
- Постановочная работа.

Постановка танца, хореографической композиции является итогом работы на определенном этапе с одаренным учеником.

В процессе создания танцевальной композиции учитываются индивидуальные особенности и склонности ребенка, а так же способность ученика выполнять те или иные сложные танцевальные элементы.

В работе используется метод сотрудничества обучающегося и педагога. Нельзя допускать копирования «с себя». Ребенок рассматривается педагогом как художник, обладающий своим стилем исполнения. Для достижения успеха в постановочной работе необходимо помнить, что синтез выразительных средств, музыка, пластика, оформление номера должны сливаться на уровне исполнительского мастерства.

Завершающий этап – показ работы учеником на концерте, конкурсе и т.д., подробный анализ его выступления.

Ожидаемые результаты

По окончании обучения воспитанники должны знать и уметь:

- исполнять хореографические этюды;
- участвовать в музыкальных постановках, импровизировать движения под музыку, повышать сценическое мастерство, участвовать активно в концертной и пропагандистской деятельности;
- исполнять более сложные танцевальные движения;
- знать историю танца и сценического костюма;
- знать и уметь исполнять танцевальные связки и отдельные танцевальные композиции.

Формы подведения итогов освоения образовательного материала

- проведение мониторинга усвоения образовательного материала;
- проведение мониторинга развития личных качеств воспитанников;
- результативность участия в конкурсных мероприятиях – не менее 10 % победителей;
- концертная деятельность.

Формы отслеживания и фиксирования результатов

- Мониторинг развития качеств личности;
- Мониторинг результативности обучения по образовательной программе;
- Фиксирование образовательных результатов по системе «зачет/не зачет» в журнале посещаемости;
- Журнал посещаемости;
- Материалы анкетирования и тестирования;
- Перечень репертуара;
- Аналитические справки;
- Грамоты, дипломы;
- Фото;
- Отзывы родителей

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов

- Аналитический материал по итогам учебного года;
- Концерт;
- Открытое занятие;
- Портфолио;
- Поступление выпускников в профессиональные образовательные организации.

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Для успешной реализации данной образовательной программы необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

1. Хореографический хорошо освещенный и проветриваемый зал, с зеркалами.
2. Канифоль.
3. Деревянный настил пола.
4. Фортепьяно.
5. Аудиоаппаратура.
6. Хореографические станки.
7. Спортивный и гимнастический инвентарь.
8. Медицинское обеспечение (каждый ребенок должен иметь допуск к занятиям по хореографии от медицинского работника).
9. Комната для отдыха и переодевания.
10. Хореографическая тренировочная форма (пуанты, балетные тапочки, спортивные купальники, трико, танцевальная обувь).
11. Костюмерная база.
12. Видео и аудиотека.
13. Комплект медикаментов для оказания первой медицинской помощи.
14. Методическое обеспечение.

Методическое обеспечение образовательного процесса

1. Аудиотека
2. Дидактический материал – тематическая папка
3. Видеотека

Классический танец: Балет «Лебединое озеро»

Балет «Золушка»

Хореографические миниатюры (сборник)

Народный танец: Концерты ансамблей народного танца Игоря Моисеева, ирландского танца «Lord of the dance»

Эстрадный танец: Уроки «Джаз-модерн, Уроки «Танго»
Уроки «Хаст»

Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования, имеющий среднее специальное или высшее профессиональное образование, аттестованный на соответствие занимаемой должности

Учебно-тематический план базового уровня - 1 год обучения

№	Название темы				Форма аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие	3	1	2	Мониторинги
2	Хореографическая разминка. Музыкально – ритмическая деятельность.	6	2	9	Наблюдение, опрос
3	Партерная гимнастика	33	3	21	Наблюдение, опрос
4	Танцевальные движения по кругу, диагонали	22	3	19	Наблюдение, опрос
5	Классический станок, середина	35	6	38	Наблюдение
6	Растяжка	7	0,5	4,5	Наблюдение
7	Движения народного танца	10	1	9	Наблюдение
8	Постановка и разучивание танцевальных номеров	31	6	31	Наблюдение
9	Танцевальная импровизация	9	2	8	Наблюдение, опрос
10	Итоговое занятие	6	1	5	Мониторинги, итоговая аттестация
11	Участие в конкурсах, фестивалях и массовых мероприятиях.	18	8	-	Результативность участия
	Итого:	180	33,5	146.5	

Содержание программы обучения базового уровня - 1 год обучения

1. Вводное занятие.

Теория. Введение в образовательный материал. Проведение инструктажа по технике безопасности. Организационные моменты.

2. Хореографическая разминка, музыкально – ритмическая деятельность.

Теория. Назначение разминки, последовательность, образный характер музыки.
Практика. Упражнения на развитие эластичности стопы, выворотности. Упражнения на устойчивость, развитие координации. Упражнения – наклоны корпуса для развития гибкости, прямой спины. Прыжки по VI позиции ног. Далее, по мере освоения, повторяются те же упражнения, но они усложняются, соединяются в связки, добавляются соединяющие движения. Движения изучаются с педагогом, в дальнейшем исполняются самостоятельно.

- марш, бег, шаги на полупальцах
 - перестроение – круг, колонна, колонна в парах, линии («Паровозик»)
 - повороты направо, налево
 - начало и конец движения с началом и окончанием музыкальной фразы («Паровозик»)
- Прослушивание музыки, узнавание и определение ритмического рисунка.

3. *Партерная гимнастика*

Теория. Понятие «Партерная гимнастика»

Практика. В основе упражнений на полу лежит пройденный материал за 1-й год обучения. Нажим на мышцы подъема при исполнении «лягушки», «щучки» - идет сильнее. Использование движений, исполняемых у станка, например: *tendu, passe, sur le cou-de-pied, grand battement*,. Исполнение кругов ногами для укрепления мышц живота. Усиленные занятия с применением «шпагатов». Разрабатывание мышц стопы. Умение напрягать и расслаблять все мускулы сразу. Поднятие ног по ступеням с исполнением на каждой ступени разнообразных движений: «ножницы», дуговые движения стопой, вытягивание и сокращение подъема. Продолжение развития гибкости спины при исполнении «лодочки», «мостика», «колечка».

4. *Танцевальные движения по кругу, диагонали*

Теория. Понятие «круг», «диагональ», разъяснение техники исполнения.

Практика. На протяжении этапа обучения сохраняется комплекс танцевальной разминки I этапа, но движения усложняются, выполняются разнообразными связками.

5. *Классический станок, середина*

Теория. Позиции ног, рук. Основные элементы, терминология: *demi plie, battement tendu, battement tendu*

Практика. Выполняется лицом к станку, держась двумя руками. Выполняются боком, за одну руку. Добавляются новые движения у станка: *passé, releve, battement fondu*.

Все новые движения разучиваются лицом к станку, потом отрабатываются боком.

Классическая середина

Практика Подготовка к прыжкам. Прыжки *sauté* по I, II и V позициям. I и II *port de bras*. Подготовка к прыжкам, I *port de bras*. Прыжок *sauté* по I позиции, I *port de bras* и подготовка по II *port de bras*. Прыжки *sauté* по I, II и V позициям. I и II *port de bras*.

6. *Растяжка*

Теория. В основе обучения лежит материал 1 года обучения, который усложняется с учетом умений и навыков, приобретенных ранее.

Практика. Упражнения на гибкость спины: «Кошка», «Сломанный мостик», «Добрая, сердитая кошка»,

- упражнение на растяжку «Две дорожки»
- упражнения на развитие подъема стопы: «Острые карандаши», «Точим карандаши»
- упражнения на развитие выворотности ног: «Лягушка» (коленный и голеностопный суставы), «Цветок» (тазобедренный сустав), «Русалочка» (голеностоп).
- прыжки «Прыжки на батуте»
- упражнения на силу ног: «Маленькие броски», «Петушок»
- этюды на пластику рук: «Веселые червячки», «Весенний цветок».
- этюды на пластику корпуса: «Змея», «Добрая, сердитая кошка», «Медуза»

7. *Движения народного танца*

Теория. Традиции русского танца, манера исполнения. Характер танца любой другой народности. Беседы по истории традиций и обрядов. Рассказы о танцевальном народном русском творчестве, о характерности танцев других народов, их отличие от исполнения русских движений. Значение знаний о культуре других стран. Показ педагогом простейших элементов разных танцев. Показ костюмов и рассказ о значении сценического костюма. Знакомство с творчеством ансамбля им. Пятницкого и ансамбля Игоря Моисеева. Посещение концертов с участием детских народных коллективов.

Практика. Комбинации и связки на основе русского танца. используются движения: припадания, гармошка, веревочка, и хлопущка для мальчиков. Даются основы движений других народностей.

Соединение выученных за 1-й год обучения движений в танцевальные комбинации.

Практика. Усовершенствование исполнения дробей; двойные дроби, дроби в продвижении; присядок и вращений: бегунок, «поджатие». «Веревочка» комбинируется с другими движениями: притопы, ковырялочка, переступания. Использование рук во время исполнения того или иного элемента. Приобретение манеры исполнения в «кадрильном» шаге и хороводных элементах. Изучение простейших движений из белорусских танцев: «крыжачок», «лявониha»; из украинских танцев: «гопак», «ползунец». Работа с кистями рук для использования в восточных и цыганских танцах. Знакомство с простейшими элементами характерного экзерсиса у станка: plie (русское) и tendu (русское). Исполнение движений на середине в повороте. Усложнение хлопшек у мальчиков, их усовершенствование. Обращение внимания на характер исполнения. Этика общения с партнером.

8. Танцевальная импровизация

Теория. Образы, характеры, сюжет. Понятие «внутренний монолог».

Практика. Исполнения танцевальных движений под незнакомую музыку.

9. Итоговое занятие

Теория. Подведение итогов обучения, мониторингов успеваемости и развития.

10. Участие в конкурсах, фестивалях, массовых мероприятиях

Теория. Постановочно-репетиционная деятельность:

- а) подборка музыкального материала;
- б) предварительный отбор выразительных средств;
- в) сочинение композиционного построения – рисунок танца.

Практика. Участие в концертах, фестивалях, конкурсных программах, массовых мероприятиях.

Прогнозируемые результаты

Ребенок должен знать:

- Основные позиции рук и ног классического танца;
- Названия и основы начальных движений у станка;
- Названия и основы простых прыжков классического танца, исполняемых на середине;
- Элементарные приемы партерной гимнастики, ее значение;
- Традиции русского танца, манеру исполнения, характер танцев любой другой народности;
- Понятие синкопа и ритмические рисунки музыки;
- Понятие «образ» танца, «сюжет» танца, «внутренний монолог».

Ребенок должен уметь:

- Самостоятельно выполнять комплекс движений у станка;
- Самостоятельно выполнять выученные комбинации на середине;
- Быстро ориентироваться в хореографическом зале, делать различные построения;
- Самостоятельно исполнять не менее 2 концертных номеров;
- Под контролем педагога выполнять комплекс партерной гимнастики 2-го этапа обучения;
- Выделить синкопу, передать хлопками ритмический рисунок;
- Исполнять комбинации и связки на основе движений русского танца;
- Придумать образ на заданную музыку, придумать движения под свой образ.

В ребенке должно быть развито:

- Шаг;
- Выворотность;
- Гибкость и пластика движений;
- Танцевальная память;
- Фантазия.

Должно быть воспитано:

- Культура поведения на уроке и на сцене;

- Уважение к партнеру
- Опрятность.

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

Информационные ресурсы

Список литературы для педагога:

Электронные ресурсы

1. <http://poznayko.at.ua/load/27> (Познайко. Портал образовательных презентаций).
2. <http://www.rusedu.ru/> (Архив [учебных программ](#) и презентаций).
3. http://sch867.edusite.Ru/Metodcabinet/razrabotka_vpokov.htm (Методкабинет. Разработки уроков и занятий)
4. http://school.balanceclub.ru/rus/index/modern/2_step
5. http://steptodance.ru/video/training/?SECTION_ID=54203
6. <http://dancedb.ru/electro/education/article/84/>
7. <http://www.streetlife.ru/>

Список литературы, рекомендованный для учащихся.

1. Е.А. Гринберг «Растем красивыми» Новосибирск, 2005г.
2. История костюма. М.: Искусство, 2006г.
3. Фильм Шаг вперед 1,2,3,4,5 (про современный стиль танца)

Список литературы, рекомендованный для родителей.

1. Издательство «Один из лучших», Москва 2004г.
2. Шабоха Е.Г., Соколов Г.Я., Кислухина И.И., Трушкова М.П. Оздоровительная аэробика для школьников: Методические рекомендации. - Омск: СибГАФК, 1998. - 4 с.
3. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». - М.: ВАКО, 2009

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ СЕРГИЕВО-ПОСАДСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

**Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования Центр детского творчества «Кругозор»**
141300, г. Сергиев Посад, ул. Молодежная, д.2, тел. 8(496)545-07-73, факс 8(496)545-07-73

СОГЛАСОВАНО

Педагогический совет
протокол № _____
от « ____ » _____ 2019г.

УТВЕРЖДАЮ

директор
МБУ ДО ЦДТ «Кругозор»
_____ М.Б.Воронова
« ____ » _____ 2019г.

**Учебно-календарный план обучения 2019-2020 – базовый уровень 1 год обучения
к дополнительной общеразвивающей программе «Хореография»**

Занятие					Название темы, раздела	Место провидения	форма контроля
№	Дата	время	форма	часы			
Сентябрь 20 ч.							
№1			обучающее	2	День знаний. Вводное занятие. Введение в образовательный материал. Первичный инструктаж по технике безопасности.	126	беседа, опрос
№2			тренинг	3	Танцевальные движение по диагонали: «бег», «бегунец», «шэне», «4 хлопка, 4 бега».Классический станок.	126	наблюдение
№3			показательное	2	Хореографическая разминка. Музыкально – ритмическая деятельность.Танцевальные движения по диагонали: прыжки с поджатыми ногами. Классический станок. «plie». Изучение «grandplie». «batmanttandu», «batmanttandujete».	126	
№4			Разминка,отработка	3	Хореографическая разминка. Музыкально – ритмическая деятельность.Танцевальные движения по диагонали Партерная гимнастика. Разминкастопы. «jete», «rond», «grand batmant». Растяжка. Танцевальнаяимпровизация.	126	
№5			контрольное	2	Классический станок.Изучение «ronddejambporter» Партерная гимнастика.	126	наблюдение
№6			обучающее	3	Хореографическая разминка.Музыкально – ритмическая деятельность. Слушаем музыку.Танцевальные движения по	126	

					диагонали: изучение прыжков с одной поджатой ногой. <i>Партерная гимнастика.</i> «ronddejamporter». <i>Растяжка. Танцевальная импровизация.</i>		
№7				2	<i>Классический станок.</i> Изучение «ronddejamporter» <i>Партерная гимнастика.</i>		
№8			показательное	3	<i>Хореографическая разминка. Музыкально – ритмическая деятельность.</i> <i>Классический станок:</i> закрепление «Batmantfandu». <i>Постановка и разучивание танцевальных номеров</i>	126	

Октябрь 22 ч.

№9			Разминка,отработка	2	Беседа по ОБЖ «Правила дорожного движения» <i>Хореографическая разминка. Музыкально – ритмическая деятельность. Танцевальные движения по диагонали. Партерная гимнастика.</i> Изучение «Batmantfandu» в портере. <i>Растяжка. Танцевальная импровизация.</i>	126	Наблюдение, опрос
№10			контрольное	3	<i>Хореографическая разминка. Музыкально – ритмическая деятельность. Партерная гимнастика:</i> изучение упражнений для разминки спины «лодочка», «качаем спину по парам». <i>Классический станок.</i>	126	беседа, опрос наблюдение
№11			обучающее	2	<i>Танцевальные движения по диагонали. Классический станок.</i> <i>Растяжка. Танцевальная импровизация.</i>	126	
№12			тренинг	3	<i>Хореографическая разминка. Музыкально – ритмическая деятельность.</i> <i>Танцевальные движения по диагонали. Партерная гимнастика:</i> изучение « круг ногой по воздуху», упражнение на гибкость.	126	
№13			показательное	2	<i>Танцевальные движения по диагонали. Классический станок:</i> изучение «adajio». <i>Растяжка. Танцевальная импровизация.</i>	126	
№14			Разминка,отработка	3	<i>Хореографическая разминка. Музыкально – ритмическая деятельность:</i> изучение прыжков в шпагат. <i>Танцевальные движения по диагонали. Партерная гимнастика:</i> упражнения на гибкость. <i>Растяжка. Танцевальная импровизация.</i>	126	
№15			контрольное	2	<i>Танцевальные движения по диагонали. Классический станок.</i> <i>Растяжка. Танцевальная импровизация.</i>	126	

№16			обучающее	3	<i>Хореографическая разминка. Музыкально – ритмическая деятельность. Танцевальные движения по диагонали. Партерная гимнастика:</i> изучение упражнения на гибкость, упражнение на выворотность. Поднятие ноги на 90%. <i>Растяжка. Танцевальная импровизация.</i>	126	
№17			показательное	2	Беседа по ОБЖ «Меры безопасности на льду», «Осторожно, тонкий лед!» <i>Танцевальные движения по диагонали. Классический станок. Растяжка. Танцевальная импровизация.</i>	126	Опрос, Наблюдение, выполнение движений
Ноябрь 23 ч.							
№18			Разминка,о тработка	3	<i>Танцевальные движения по диагонали. Движения народного танца:</i> «переменный шаг», «ковырялочка». <i>Постановка и разучивание танцевальных номеров. Танцевальная импровизация.</i>	126	
№19			контроль ное	2	<i>Танцевальные движения по диагонали. Партерная гимнастика:</i> изучение «fondu», разминка ноги в коленном суставе. <i>Движения народного танца. Танцевальная импровизация.</i>	126	
№20			обучающее	3	<i>Танцевальные движения по диагонали. Классический станок, середина:</i> изучение «plie». <i>Растяжка. Танцевальная импровизация.</i>	126	
№21			тренинг	2	<i>Танцевальные движения по диагонали. Растяжка. Партерная гимнастика. Движения народного танца:</i> «ковырялочка с притопом, с прихлопом, шаги народные» - комбинации.	126	
№22			показательное	3	<i>Танцевальные движения по диагонали. Классический станок, середина:</i> изучение «frape». Закрепление «plie». <i>Постановка и разучивание танцевальных номеров.</i>	126	
№23			Разминка,о тработка	2	<i>Хореографическая разминка. Музыкально – ритмическая деятельность. Танцевальные движения по диагонали. Партерная гимнастика:</i> изучение «Odajio». <i>Постановка и разучивание танцевальных номеров.</i>	126	
№24			тренинг	3	<i>Танцевальные движения по диагонали. Классический станок, середина:</i> закрепление «frape». Изучение перегиба корпуса, «позиция ног, рук». <i>Постановка и разучивание танцевальных номеров.</i>	126	
№25			обучающее	2	<i>Хореографическая разминка. Музыкально – ритмическая деятельность. Танцевальные движения по диагонали. Партерная гимнастика. Растяжка.</i>	126	

					Танцевальная импровизация.			
№26			показательное	3	Беседа по ОБЖ «Инструктаж по технике безопасности во время проведения массовых мероприятий». Танцевальные движения по диагонали. Классический станок, середина: закрепление «frapе». Изучение перегиба корпуса, «позиция ног, рук». Постановка и разучивание танцевальных номеров.	126	Опрос, наблюдение	
Декабрь 20 ч.								
№27			Разминка,отработка	2	Танцевальные движения по диагонали: «украинский бегунец». Бег классический Партерная гимнастика. Движения народного танца. Танцевальная импровизация.	126		
№28			контрольное	3	Танцевальные движения по диагонали. Классический станок, середина: перегибы корпуса. Изучение прыжков «соте» по I,II,V позиции. Постановка и разучивание танцевальных номеров.	126		
№29			обучающее	2	Танцевальные движения по диагонали. Партерная гимнастика. Движения народного танца. Танцевальная импровизация.	126		
№30			тренинг	3	Танцевальные движения по диагонали. Классический станок, середина: Изучение «Batmenttandu». Растяжка. Танцевальная импровизация.	126		
№31			показательное	2	Танцевальные движения по диагонали. Партерная гимнастика. Движения народного танца. Танцевальная импровизация.	126		
№32			Разминка,отработка	3	Танцевальные движения по диагонали. Классический станок, середина. Растяжка. Танцевальная импровизация.	126		
№33			контрольное	2	Участие в конкурсах, фестивалях и массовых мероприятиях	126		
№34			обучающее	3	Итоговое занятие.	126		
Январь 17 ч.								
№35			показательное	2	Вторичный инструктаж по технике безопасности. Правила ПДД. Противопожарная безопасность. Танцевальные движения по диагонали. Партерная гимнастика. Движения народного танца. Танцевальная импровизация.	126	Мониторинг, опрос, тестирование, наблюдение	
№36			Разминка,отработка	3	Танцевальные движения по диагонали. Классический станок, середина: перегибы корпуса. Изучение «batmenttandujete» - на середине. Растяжка. Танцевальная импровизация.	126		
№37			контрольное	2	Хореографическая разминка. Музыкально – ритмическая деятельность. Упражнения на пресс. Танцевальные движения по диагонали. Партерная гимнастика. Растяжка. Танцевальная импровизация.	126		

№38			обучающее	3	Танцевальные движения по диагонали. Классический станок, середина: перегибы корпуса. Закрепление «batmenttandujete». Растяжка. Танцевальная импровизация.	126	
№39			тренинг	2	Танцевальные движения по диагонали. Партерная гимнастика. Движения народного танца. Танцевальная импровизация.	126	
№40			показательное	3	Танцевальные движения по диагонали. Классический станок, середина. Растяжка. Танцевальная импровизация.	126	
№41			Разминка,отработка	2	Танцевальные движения по диагонали. Классический станок, середина. Растяжка. Танцевальная импровизация.	126	
Февраль 20 ч.							
№42			обучающее	3	Беседа по ОБЖ «Осторожно, сосульки!», «Осторожно, гололед!» Танцевальные движения по диагонали. Партерная гимнастика: Разминка спины. Растяжка. Постановка и разучивание танцевальных номеров. Танцевальная импровизация.	126	Опрос, Наблюдение, выполнение движений
№43			тренинг	2	Танцевальные движения по диагонали: Подготовка к «блинчикам». Классический станок, середина: Прыжки. Растяжка. Танцевальная импровизация.	126	
№44			показательное	3	Танцевальные движения по диагонали. Партерная гимнастика. Движения народного танца. Танцевальная импровизация.	126	
№45			Разминка,отработка	2	Танцевальные движения по диагонали. Партерная гимнастика: «разминка стоп», «ножницы», «колечко», «пружинка». Растяжка. Постановка и разучивание танцевальных номеров. Танцевальная импровизация.		
№46			тренинг	3	Танцевальные движения по диагонали. Классический станок, середина. Растяжка. Танцевальная импровизация.	126	
№47			обучающее	2	Партерная гимнастика. Танцевальные движения по диагонали: «4 хлопка , 4 бега», «шэне», «бегунец», «блинчики». Движения народного танца: «ковырялочка», «приставной шаг», «шаг-поворот» - комбинации. Танцевальная импровизация.	126	
№48			выступление	3	Участие в конкурсах, фестивалях и массовых мероприятиях.		
№49			тренинг	2	Беседа по ОБЖ «Правила поведения с незнакомыми людьми». Танцевальные движения по диагонали. Партерная гимнастика: изучение «круга ногой по воздуху», поднятие ноги на 45%, упражнение на гибкость спины. Движения народного танца. Танцевальная импровизация.	126	Опрос, Наблюдение, выполнение движений

Март 20 ч.							
№50			контроль ное	3	Танцевальные движения по диагонали: изучение «шаг батман», бег, «шэне». Классический станок: Изучение «grandbatment». Растяжка. Танцевальная импровизация.	126	
№51			обучающее	2	Танцевальные движения по диагонали. Классический станок: перегибы корпуса. Растяжка. Танцевальная импровизация.	126	
№52			выступле ние	3	Участие в конкурсах, фестивалях и массовых мероприятиях.		
№53			показател ьное	2	Танцевальные движения по диагонали. Партерная гимнастика: Упражнения на выворотность, «бабочки», «лягушки», «пружинка». Растяжка. Постановка и разучивание танцевального номера. Танцевальная импровизация.	126	
№54			обучающее	3	Танцевальные движения по диагонали. Движения народного танца: изучение танцевальных движений из номера «шаг притоп, шаг поворот» - комбинации. Постановка и разучивание танцевального номера Танцевальная импровизация.	126	
№55			контроль ное	2	Хореографическая разминка. Музыкально – ритмическая деятельность. Классический станок: Растяжка на станке. Изучение «releve» - комбинация на одной ноге. Постановка и разучивание танцевального номера.	126	
№56			обучающее	3	Танцевальные движения по диагонали. Партерная гимнастика: поднятие ноги на 90%, «grandbatment». Растяжка. Постановка и разучивание танцевального номера: 1- шаг с вытянутой ногой.	126	
№57			выступле ние	2	Участие в конкурсах, фестивалях и массовых мероприятиях..		
Апрель 23 ч.							Наблюдение, опрос
№58			Разминка, отработка	3	Беседа по ОБЖ «Правила поведения на природе» Хореографическая разминка. Музыкально – ритмическая деятельность. Подскоки, разминка головы, рук, ног. Классический станок: Растяжка на станке. Постановка и разучивание танцевального номера: 1 - «шаг с ковырялочкой» - комбинации	126	
№59			контроль ное	2	Хореографическая разминка. Музыкально – ритмическая деятельность. Классический станок: Растяжка на станке. Изучение «releve» - комбинация на одной ноге. Постановка и разучивание танцевального номера.	126	

№60			обучающее	3	Танцевальные движения по диагонали. Партерная гимнастика: Упражнения на гибкость «колечко», «качалочка», «мостик». Растяжка. Постановка и разучивание танцевального номера: «Повторение танцевальных движений из номера.		
№61			показательное	2	Танцевальные движения по диагонали. Движения народного танца: «шаг каблук», «шаг носок». Постановка и разучивание танцевального номера. Танцевальная импровизация.	126	
№62			Разминка,отработка	3	Танцевальные движения по диагонали. Движения на ритм. Классический станок, середина: «releve», «cote». Изучение позиции рук. Постановка и разучивание танцевального номера.	126	
№63			контрольное	2	Танцевальные движения по диагонали. Партерная гимнастика: упражнения на выворотность. Постановка и разучивание танцевального номера. Танцевальная импровизация.	126	
№64			обучающее	3	Танцевальные движения по диагонали: «шаг на полу пальцах, «шаг на каблуке». Классический станок, середина. Постановка и разучивание танцевального номера.	126	
№65			выступление	2	Участие в конкурсах, фестивалях и массовых мероприятиях.		
№66			контрольное	3	Беседа по ОБЖ «Внимание на дорогах!». Танцевальные движения по диагонали: движения на ритм. Партерная гимнастика: упражнения на пресс «велосипед», «ножницы», «растяжка». Постановка и разучивание танцевального номера. Танцевальная импровизация.	126	опрос, беседа, наблюдение
Май 15 ч.							
№67			обучающее	2	Танцевальные движения по диагонали. Классический станок, середина. Постановка и разучивание танцевального номера.	126	
№68			показательное	3	Танцевальные движения по диагонали. Движений народного танца: «веревочка». Постановка и разучивание танцевального номера. Танцевальные движения по диагонали.	126	
№69			Разминка,отработка	2	Хореографическая разминка. Музыкально – ритмическая деятельность. Танцевальные движения по диагонали. Партерная гимнастика. Постановка и разучивание танцевального номера	126	

№70			контроль ное	3	<i>Танцевальные движения по диагонали. Классический станок, середина:</i> Изучение «pordebra». <i>Постановка и разучивание танцевального номера.</i>	126	
№71			обучающее	2	<i>Хореографическая разминка. Музыкально – ритмическая деятельность.</i> <i>Танцевальные движения по диагонали. Движения народного танца.</i> <i>Танцевальная импровизация.</i>	126	
№72			контроль ное	3	Итоговое занятие.	126	Итоговая аттестация, мониторинги
			Итого:	180			