

МОУО «Отдел образования Администрации
Куртамышского муниципального округа Курганской области»
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Куртамышский дом детства и юношества»

ПРИНЯТА
на заседании методического совета
от « 10 » мая 2022 г.
Протокол № 4

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУДО «Куртамышский ДДО»
Т.И. Колобова /
Приказ № 25 от 10 мая 2022 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
художественной направленности
«Первые шаги в танце»

Уровень освоения программы: ознакомительный

Возраст учащихся: 7-14 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Борчанинова Светлана
Александровна,
педагог дополнительного
образования

Куртамыш, 2022

Рецензенты: _____ Максимова Ирина Викторовна,
заместитель
директора по учебно-воспитательной работе МБУДО «Куртамышский дом детства и
юношества»

Рассмотрена методическим советом
МБУДО «Куртамышский дом детства и юношества»
Протокол №__ от «__» _____ 2022 г.
Председатель МС _____

Содержание		
	Паспорт программы	6
1.	КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	5
1.1	Пояснительная записка	7
1.2	Цель и задачи программы	8
1.3	Рабочая программа	10
2.	КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	12
2.1	Календарный учебный график	65
2.2	Формы аттестации/контроля	6
2.3	Материально-техническое обеспечение	67
2.4	Информационное обеспечение	67
2.5.	Кадровое обеспечение	67
2.6.	Методические материалы	67
2.7.	Оценочные материалы	67
2.8.	Список литературы и источников	68

Паспорт программы

Ф.И.О. автора-составителя программы	Борчанинова Светлана Александровна
Учреждение, где планируется реализация программы	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Куртамышский дом детства и юношества»
Наименование программы	«Первые шаги в танце»
Творческое объединение	«Первые шаги в танце»
Тип программы	Краткосрочная дополнительная общеразвивающая программа
Направленность программы	Художественная
Образовательная область деятельности	искусство
Вид программы	Модифицированная
Возраст учащихся	7-14 лет
Срок обучения	1 год
Объём часов по годам обучения	Модуль «Лучики» - 72 часа «Веснушки» - 144 часа «Радуга» - 144 часа «Ритм» - 180 часов «Фантазёры» - 72 часа
Уровень освоения содержания образования	Стартовый
Цель программы	раскрытие и развитие природных задатков и творческого потенциала учащихся в процессе обучения искусству танца
С какого года реализуется программа	2014 года

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Первые шаги в танце» имеет художественную направленность и реализуется с 2015 г.

Актуальность программы

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Занятия в рамках программы совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье, также способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: учащийся учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества. Поэтому *главная задача педагога* – помочь учащимся проникнуть в мир музыки и танца.

Содержание программы распределено таким образом, что за период обучения учащиеся овладевают определенным минимумом хореографических знаний, умений и навыков и решают определенные задачи для достижения основной цели.

Отличительные особенности программы

Решение задач, выдвигаемых программой «Первые шаги в танце», требует особого подхода к каждому учащемуся, в связи с психологией и физиологией детей и подростков, в связи с различием физических способностей учащихся, танцевавших ранее или не имеющих хореографической подготовки.

На одном и том же занятии происходит изучение элементов классического и народно-сценического танца (одновременно выполняются задачи физического и музыкального развития) и изучаются движения танца.

Адресат программы:

Программа рассчитана на учащихся 5-13 лет.

Программа модульная и предполагает наличие четырёх модулей: «Лучики» (5-6 лет), «Радуга» (7-9 лет), «Ритм» (10-13 лет), «Фантазеры» (13-14 лет).

Учащиеся приходят с различными уровнями развития и зачисляются в возрастные группы в соответствии со своим возрастом и уровнем развития.

Необходимо заключение врача поликлиники об отсутствии противопоказаний к занятиям ежегодно.

Срок освоения программы:

Программа рассчитана на 4 года обучения. Учащиеся могут завершить обучение и получить сертификат после любого модуля.

Объём программы

На освоение программы предусмотрено 468 часов:

1 модуль «Лучики» - 72 часа;

2 модуль «Радуга» - 144 часа;

3 модуль «Ритм» - 108 часов;

4 модуль «Фантазеры» - 144 часа.

Формы обучения, особенности организации образовательного процесса

Формы обучения: фронтальные, коллективные, групповые, малой группой, парные, индивидуальные.

Особенности организации образовательного процесса:

Программа «Радуга» хорошо адаптирована для реализации в условиях временного

ограничения (приостановки) для учащихся занятий в заочной (контактной) форме по санитарно-эпидемиологическим и другим основаниям и включает все бесконтактные, необходимые инструменты электронного обучения.

В связи, с использованием электронных образовательных технологий происходит значительное расширение информационного пространства для обучения и получения знаний.

Поэтому, программой предусмотрены следующие **формы обучения**: очная и дистанционная.

При необходимости процесс обучения может проходить удаленно с помощью Skype, WhatsUp, переписки на странице «В Контакте», платформы Zoom.

Модуль «Лучики» также реализуется на базе дошкольных образовательных учреждений с применением сетевой формы.

Численный состав группы – 15 человек. Модуль «Фантазеры» предполагает обучение талантливых и одарённых детей, наполняемость группы – до 12 человек.

Режим занятий:

Занятия длятся 2 (3) академических часа по 45 минут с 10-ти минутным перерывом, 2 раза в неделю, для группы «Лучики» - 1 раз в неделю по 2 академических часа по 30 минут с 10-ти минутным перерывом.

Возможность реализации индивидуального образовательного маршрута (ИОМ)

Для учащихся старше или младше заявленного в программе возраста – предусматривается разработка и реализация индивидуального образовательного маршрута, индивидуального учебного плана, а также при необходимости или по запросу может быть реализован индивидуальный образовательный маршрут.

Наличие детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

Программа предусматривает возможность обучения в условиях инклюзии учащихся с ОВЗ (слабослышащие и слабовидящие).

Эффективное выполнение целей и задач каждого занятия напрямую зависит от понимания учащимися инструкций, заданий, правил, предлагаемых педагогом. Место расположение учащегося со сниженным зрением или слухом предусматривает возможность видеть лица педагога и сверстников, а также воспринимать все элементы образовательного пространства (музыку, оборудование для демонстрации действий и др.), при этом учитывается расположение источников света (не должен быть направлен в глаза ребёнка). Педагогом используются демонстрационные материалы, простые и лёгкие для восприятия. Возможно проектирование индивидуального образовательного маршрута.

Наличие талантливых детей в объединении

Модуль «Фантазеры» предполагает обучение талантливых и одарённых детей.

Уровни сложности содержания программы

Для группы «Лучики» - стартовый (ознакомительный)

Для группы «Радуга»- базовый

Для групп «Ритм» и «Фантазеры» - продвинутый.

Цель и задачи программы

Цель: раскрытие и развитие природных задатков и творческого потенциала учащихся в процессе обучения искусству танца.

Для осуществления поставленной цели необходимо решать следующие **задачи**:

Обучающие задачи:

- учить выполнять требования к внешнему виду на занятии и выступлении, правилам поведения на сцене.
- обучать умению мыслить, слушать и слышать музыку;
- формировать танцевальные, двигательные и художественно – творческие способности.

Воспитывающие задачи:

- воспитание художественного вкуса;
- воспитание интереса к танцевальному искусству разных народов;
- сплочение коллектива, построение в нем отношений на основе взаимопомощи;
- принятие участия в массовых мероприятиях Дома Детства и юношества.
- прививать любовь к танцу, к России, к своей Родине.

Развивающие задачи:

- развивать чувства ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку;

- знать координацию движений, ориентацию в пространстве;
- развивать артистизм.

Планируемые результаты.

Личностные:

- формировать мотивацию к занятиям по ритмике и танцу;
- сформировано чувство ответственности и дисциплины;
- формировать потребность в творческом общественно полезном проявлении своей индивидуальности
- сформировано гармоничное развитие духовных сил, способностей, дарований.

Метапредметные:

- повышать способность к самостоятельности, к самовыражению и образному восприятию деятельности;
- повышать способность наблюдать, анализировать, осмысливать процессы, контролировать свою деятельность;
- повышать творческие способности и художественный вкус;
- повышать способность работать в коллективе, способность к сотрудничеству;
- повышение общего мировоззрения учащихся.

Предметные результаты:

- понимание специфики и особенности музыкального языка,
- уметь творчески интерпретировать содержание музыкального произведения в музыкально-ритмическом движении;
- уметь самостоятельно решать творческие задачи,
- уметь высказывать свои впечатления о концертах, спектаклях, художественных выставках и др.,
- уметь оценивать их с художественно-эстетической точки зрения.

Регулятивные УУД:

- самостоятельно оценивать свои возможности на занятиях хореографией; самостоятельно осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результатов.
- работать над ошибками.

Познавательные УУД:

- находить в музыкальном тексте разные части;
- понимать содержание рисунков танца и соотносить их с музыкой;
- читать простое схематическое изображение;
- правильному названию элементов танца, правильному их исполнению;
- правильно употреблять в речи музыкальные термины.

Коммуникативные УУД:

- воспринимать танцевальное произведение и мнение других людей о танце;
- учитывать настроение других людей, их эмоции от восприятия танца;
- контролировать свои действия в коллективной работе;
- уважать чувства и настроение другого человека,
- доброжелательному отношению к людям.

1.3 Рабочая программа Учебный план

№	Название раздела	Модуль «Лучики»			Модуль «Радуга» (группы «Радуга» и «Веснушки»)			Модуль «Ритм»			Модуль «Фантазёры»		
		Количество часов			Количество часов			Количество часов			Количество часов		
		всего	теория	практика	всего	теория	практика	всего	теория	практика	всего	теория	практика
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в зале, на сцене.	1	0,5	0,5	2	2	-	2	0,5	1,5	2	0,5	1,5
2	Развитие эмоциональной выразительности и творчества посредством танца.	5	0,5	4,5	6	1,5	4,5	9	0,5	8,5	4	0,5	4,5
3	Музыкально-ритмическая деятельность	12	2	10	20	2	18	10	2	8	12	2	10
4	Развитие нравственно-коммуникативных качеств	2	1,5	0,5	2	1	1	8	2	6	2	1,5	0,5
5	Беседы по хореографическому искусству	1	0,5	0,5	2	2	-	4	2	2	1	0,5	0,5
6	Азбука классического танца.	1	0,5	0,5	19	1	18	25	1	24	1	0,5	0,5
7	Элементы народно-сценического танца.	2	0,5	1,5	19	1	18	25	1	24	2	0,5	1,5
8	Креативная гимнастика.	5	0,5	4,5	4	0,5	3,5	18	2	16	5	0,5	4,5
9	Вращения.	5	0,5	4,5	13	1,5	11,5	12	2	10	5	0,5	4,5
10	Прыжки.	5	0,5	4,5	13	1,5	11,5	12	2	10	5	0,5	4,5
11	Партерная гимнастика.	6	0,5	5,5	12	3	9	12	2	10	6	0,5	5,5
12	Элементы акробатики	5	0,5	4,5	20	2	18	12	2	10	5	0,5	4,5
13	Композиция, постановка танца.	10	1	9	4	3	1	14	4	10	10	1	9
14	Репетиционная деятельность.	10	1	9	6	1,5	4,5	12	2	10	8	-	6
15	Концертная деятельность.	2	-	2	2	-	2	5	-	5	2	-	2
16	Рубежный контроль.												
	Итого.	72	10	62	144	21	123	180	25	155	72	10	62

Содержание программы

Модуль «Лучики»

Раздел 1. Введение. (1 час)

Тема: хореография – как гармоничное развитие личности.

Теория: вводный инструктаж по технике безопасности во время занятий и на перемене. Правила поведения в зале и на сцене.

Практика: вводный контроль (тестирование).

Раздел 2. Развитие эмоциональной выразительности и творчества посредством игр. (5 ч)

Тема 2.1. Игровые упражнения для развития эмоциональной сферы учащихся на уроках хореографии.

Теория: проучивание упражнений и игр на развитие эмоциональной выразительности.

Практика: приобретение эмоционального заряда, уверенности в себе; снятие зажима, закрепощения; развитие фантазии и сплочения детского коллектива.

Тема 2.2. Танцевальные элементы на постановку корпуса.

Теория: представление о понятии «актерское мастерство».

Практика: использование эмоционального состояния в танце.

Тема 2.3. Основы актерского мастерства.

Теория: совокупность музыки, движений, актерского мастерства.

Практика: применение эмоциональной выразительности.

Тема 2.4. Разминка с творческим заданием.

Теория: искусство сценического действия.

Практика: применение эмоциональной выразительности.

Тема 2.5. Эмоциональные состояния.

Теория: развитие эмоционального состояния.

Практика: использовать эмоциональные состояния в танце.

Тема 2.6. Подвижные игры на финал урока.

Теория: специальные упражнения, помогающие применять эмоциональную выразительность.

Практика: выполнение игровых заданий на передачу эмоций.

Раздел 3. Музыкально-ритмическая деятельность. (12 часов)

Тема 3.1. Разучивание стихов и считалок с ударением на сильную долю.

Теория: сильная доля, тишина (пауза);

окончание считалочки, игры или танцевального этюда.

Тема 3.2. Игры – потешки.

Теория: сильная доля, тишина (пауза);

окончание считалочки, игры или танцевального этюда.

Тема 3.3. Основные построения, перестроения, передвижения.

Теория: пространственные ориентировки.

Практика: построение и перестроение в колонну по одному и по двое, построение в шеренгу; в круг, сужение и расширение круга; свободное размещение в зале.

Тема 3.4. Основные построения, перестроения, передвижения.

пространственные ориентировки.

Практика: построение и перестроение в колонну по одному и по двое, построение в шеренгу; в круг, сужение и расширение круга; свободное размещение в зале.

Тема 3.5. Музыкально – ритмические упражнения.

Теория: основные движения (различные виды ходьбы, бега, поскоков, боковой галоп).

Практика: ходьба в свободном направлении в ровном ритме, с координацией движений рук и ног, на полу пальцах и на пятках, с ускорением и замедлением темпа, с высоким подниманием колен.

Тема 3.6. Музыкально – ритмические упражнения.

Теория: основные движения (различные виды ходьбы, бега, поскоков, боковой галоп).

Практика: ходьба в свободном направлении в ровном ритме, с координацией движений рук и ног, на полу пальцах и на пятках, с ускорением и замедлением темпа, с высоким подниманием колен.

Тема 3.7. Развитие двигательных навыков - исполнение несложных элементов народных плясок, хороводов, бальных танцев, составляющих основу современных детских композиций.

Теория: знакомство с элементами танца и простыми танцевальными движениями: шаги танцевальные с носка, простой шаг вперед, переменный шаг вперед.

Практика: разучивание плясок, хороводов.

Тема 3.8. Развитие двигательных навыков - исполнение несложных элементов народных плясок, хороводов, бальных танцев, составляющих основу современных детских композиций. Теория: знакомство с элементами танца и простыми танцевальными движениями: шаги танцевальные с носка, простой шаг вперед, переменный шаг вперед.

Практика: разучивание плясок, хороводов.

Тема 3.9. Развитие двигательных навыков - исполнение несложных элементов народных плясок, хороводов, бальных танцев, составляющих основу современных детских композиций. Теория: знакомство с элементами танца и простыми танцевальными движениями: шаги танцевальные с носка, простой шаг вперед, переменный шаг вперед.

Практика: разучивание плясок, хороводов.

Тема 3.10. Развитие двигательных навыков - исполнение несложных элементов народных плясок, хороводов, бальных танцев, составляющих основу современных детских композиций.

Теория: знакомство с элементами танца и простыми танцевальными движениями: шаги танцевальные с носка, простой шаг вперед, переменный шаг вперед.

Практика: разучивание плясок, хороводов.

Тема 3.11. Ориентировка в пространстве на координацию движений.

Теория: пространственные ощущения.

Практика: обучение ориентировки в направлении движений вперёд, назад, направо, налево, в круг, из круга.

Тема 3.12. Ориентировка в пространстве на координацию движений.

Теория: пространственные ощущения.

Практика: обучение ориентировки в направлении движений вперёд, назад, направо, налево, в круг, из круга.

Раздел 4. Развитие нравственно-коммуникативных качеств. (2 часа)

Тема 4.1 Воспитание культурных привычек в процессе группового общения.

Теория: формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с учащимися и взрослыми.

Практика: уметь использовать это общение в коллективе, развивая свои положительные качества.

Тема 4.2. Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.

Теория: формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с учащимися и взрослыми

Практика: уметь использовать эти знания на практике.

Раздел 5. Беседы по хореографическому искусству. (1 час)

Тема 5.1. Хореография, как вид искусства.

Теория: овладение детьми духовными и культурными ценностями народов мира.

Практика: формирование слуховых представлений программного минимума произведений симфонического, балетного и других жанров музыкального искусства.

Раздел 6. Азбука классического танца. (1 час)

Тема 6.1. Постановка корпуса, рук, ног, головы.

Теория: развитие элементарных навыков координации хореографических движений.

Практика: правильная постановка корпуса; рук, ног, головы.

Раздел 7. Элементы народно-сценического танца. (2 часа)

Тема 7.1. Элементы народно-сценического танца.

Теория: развитие элементарных навыков координации хореографических движений.

Практика: правильная постановка корпуса, постановка рук, ног.

Тема 7.2. Элементы народно-сценического танца.

Теория: развитие элементарных навыков координации хореографических движений.

Практика: правильная постановка корпуса, постановка рук, ног.

Тема 8. Креативная гимнастика. (5 часов)

Тема 8.1. Ритмические, игровые упражнения, этюды.

Теория: развитие чувства ритма и координационно - двигательных способностей.

Практика: свободно, красиво и координационно правильно выполнение движений под музыку, соответственно её особенностям, характеру, ритму, темпу.

Тема 8.2. Ритмические, игровые упражнения, этюды.

Теория: развитие чувства ритма и координационно - двигательных способностей.

Практика: свободно, красиво и координационно правильно выполнение движений под музыку, соответственно её особенностям, характеру, ритму, темпу

Тема 8.3. Ритмические, игровые упражнения, этюды.

Теория: развитие чувства ритма и координационно - двигательных способностей.

Практика: свободно, красиво и координационно правильно выполнение движений под музыку, соответственно её особенностям, характеру, ритму, темпу

Тема 8.4. Ритмические, игровые упражнения, этюды.

Теория: нестандартные упражнения, специальные задания, творческие игры, направленные на развитие выдумки, инициативу учащихся.

Практика: применение различных упражнений и ритмических этюдов, с использованием нетрадиционных, разнообразных средств.

Тема 8.5. Ритмические, игровые упражнения, этюды.

Теория: нестандартные упражнения, специальные задания, творческие игры, направленные на развитие выдумки, инициативу учащихся.

Практика: применение различных упражнений и ритмических этюдов, с использованием нетрадиционных, разнообразных средств.

Тема 9. Вращения. (5 часов)

Тема 9.1. Подскоки по диагонали.

Теория: подскок на опорной ноге, рабочая нога поднята вверх, согнув колено.

Практика: упражнения для умения держать точку.

Тема 9.2. Подскоки по диагонали.

Теория: подскок на опорной ноге, рабочая нога поднята вверх, согнув колено.

Практика: упражнения для умения держать точку.

Тема 9.3. Подскоки в повороте (с правой и левой ноги).

Теория: подскоки на опорной ноге. Рабочая нога поднята вверх, согнув колено.

Практика: повороты вокруг себя подскоками.

Тема 9.4. Подскоки в повороте (с правой и левой ноги).

Теория: подскоки на опорной ноге. Рабочая нога поднята вверх, согнув колено.

Практика: повороты вокруг себя подскоками.

Тема 9.5. Подскоки в повороте (с правой и левой ноги).

Теория: подскоки на опорной ноге. Рабочая нога поднята вверх, согнув колено.

Практика: повороты вокруг себя подскоками.

Раздел 10. Прыжки. (5 часов)

Тема 10.1. прыжки на двух ногах.

Теория: разучивание прыжков на двух ногах.

Практика: развитие прыгучести

Тема 10.2. Прыжки на двух ногах.

Теория: разучивание прыжков на двух ногах.

Практика: развитие прыгучести

Тема 10.3. Прыжки на двух ногах «Змейкой».

Теория: разучивание прыжков на двух ногах.

Практика: развитие прыгучести

Тема 10.4. Прыжки на двух ногах «Змейкой».

Теория: разучивание прыжков на двух ногах.

Практика: развитие прыгучести

Тема 10.5. Прыжки на двух ногах «Змейкой».

Теория: разучивание прыжков на двух ногах.

Практика: развитие прыгучести

Раздел 11. Партерная гимнастика. (6 часов)

Тема 11.1. Партерная гимнастика

Теория: упражнения на полу в разных позах, сидя, лёжа на животе и спине, направленные на растяжку всех мышц тела их укрепление их; на развитие гибкости в суставах.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.2. Упражнения для развития выворотности ног, подвижности коленного сустава.

Теория: упражнения на полу в разных позах, сидя, лёжа на животе и спине, направленные на растяжку всех мышц тела их укрепление их; на развитие гибкости в суставах.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.3. Упражнения для развития выворотности ног, подвижности коленного сустава.

Теория: упражнения на полу в разных позах, сидя, лёжа на животе и спине, направленные на растяжку всех мышц тела их укрепление их; на развитие гибкости в суставах.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.4. Упражнения для развития выворотности ног, подвижности коленного сустава.

Теория: упражнения на полу в разных позах, сидя, лёжа на животе и спине, направленные на растяжку всех мышц тела их укрепление их; на развитие гибкости в суставах.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.5. Упражнения для развития гибкости тела

Теория: упражнения на полу в разных позах, сидя, лёжа на животе и спине, направленные на растяжку всех мышц тела их укрепление их; на развитие гибкости в суставах.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.6. Упражнения для развития гибкости тела.

Теория: упражнения на полу в разных позах, сидя, лёжа на животе и спине, направленные на растяжку всех мышц тела их укрепление их; на развитие гибкости в суставах.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Раздел 12. Элементы акробатики. (5 часов)

Тема 12.1. Элементы акробатики.

Теория: развитие силы, гибкости, выносливости.

Практика: упражнения на развитие хореографических данных.

Тема 12.2. Элементы акробатики.

Теория: развитие силы, гибкости, выносливости.

Практика: упражнения на развитие хореографических данных.

Тема 12.3. Элементы акробатики.

Теория: развитие силы, гибкости, выносливости.

Практика: упражнения на развитие хореографических данных.

Тема 12.4. Упражнения на развитие «Равновесия»

Теория: укрепление чувства равновесия, контроль над своим телом.

Практика: умение выполнять упражнения «аист», «ласточка», «петушок»

Тема 12.5. Упражнения на развитие «Равновесия»

Теория: укрепление чувства равновесия, контроль над своим телом.

Практика: умение выполнять упражнения «аист», «ласточка», «петушок»

Раздел 13. Композиция, постановка танца. (10 часов)

Тема 13.1. Что такое – «Композиция танца».

Теория: коллективная творческая деятельность, предполагающая определенный уровень подготовки учащихся.

Практика: репетиционная работа.

Тема 13.2. Разбор драматургии (содержания) танца, музыки.

Теория: разбор танцевальных движений, образующих единое целое – композицию танца.

Практика: работа над КПП танца: драматургией, музыкой, движением, рисунком танца.

Тема 13.3. Разбор драматургии (содержания) танца, музыки.

Теория: разбор танцевальных движений, образующих единое целое – композицию танца.

Практика: работа над КПП танца: драматургией, музыкой, движением, рисунком танца.

Тема 13.4. Разбор драматургии (содержания) танца, музыки.

Теория: разбор танцевальных движений, образующих единое целое – композицию танца.

Практика: работа над КПП танца: драматургией, музыкой, движением, рисунком танца.

Тема 13.5. Разбор драматургии (содержания) танца, музыки.

Теория: разбор танцевальных движений, образующих единое целое – композицию танца.

Практика: работа над КПП танца: драматургией, музыкой, движением, рисунком танца.

Тема 13.6. Разбор драматургии (содержания) танца, музыки.

Теория: разбор танцевальных движений, образующих единое целое – композицию танца.

Практика: работа над КППТ танца: драматургией, музыкой, движением, рисунком танца.

Тема 13.7. Разбор драматургии (содержания) танца, музыки.

Теория: разбор содержания музыки танца.

Практика: проучивание движений, соединение их в блоки.

Тема 13.8. Движения, позы, жестикуляция, мимика.

Теория: разбор движений, рисунков танца.

Практика: применение жестикуляции, мимики, поз в танцевальных движениях.

Тема 13.9. Перемещения танцующих по сценической площадке.

Теория: знание последовательности танцевальных рисунков.

Практика: применение их на сцене.

Тема 13.10. Соединение танцевальных движений с музыкой

Теория: разбор танцевальных движений под счет, соединение их с музыкой.

Практика: отработка танцевальных движений, связок танца.

Тема 14. Репетиционная деятельность. (10 часов).

Тема 14.1. Репетиция танца.

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.2. Репетиция танца.

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.3. Репетиция танца.

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.4. Репетиция танца.

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.5. Репетиция танца.

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.6. Репетиция танца.

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.7. Репетиция танца.

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Тема 14.8. Репетиция танца.

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.9. Репетиция танца.

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.10. Репетиция танца.

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 15. Концертная деятельность (2 часа).

Тема 15.1. Концертная деятельность.

Теория: Планирование и организация выступлений коллектива.

Практика: подведение итогов работы.

Тема 15.2. Концертная деятельность.

Теория: Планирование и организация выступлений коллектива.

Практика: подведение итогов работы.

Тема 16. Рубежный контроль.

Теория: контроль и оценка результатов освоения программы.

Практика: мониторинг учебно-воспитательного процесса.

Тематическое планирование. Модуль «Лучики».

№ п/п	Дата проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма текущего контроля/промежуточной аттестации
Раздел 1. Введение.			1 час		
1		Хореография – как гармоничное развитие личности.	1	Беседа	Беседа, анкетирование
Раздел 2. Развитие эмоциональной выразительности и творчества посредством игр. (6 часов)					
1		Игровые упражнения для развития эмоциональной сферы учащихся на уроках хореографии.	1	Занятие - игра	Педагогическое наблюдение, опрос.
2		Танцевальные элементы на постановку корпуса.	1	Занятие - игра	Наблюдение, опрос.
3		Основы актерского мастерства.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
4		Разминка с творческим заданием.	1	Занятие	Наблюдение, опрос.
5		Эмоциональные состояния. Подвижные игры на финал урока.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
6		Промежуточный контроль.	1	Тестирование	Беседа, опрос.
Раздел 3. Музыкально-ритмическая деятельность. (12 часов)					
1		Разучивание стихов и считалок с ударением на сильную долю.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
2		Игры-потешки.	1	Занятие-игра	Наблюдение, опрос.
3		Основные построения, перестроения, передвижения.	1	Обучение	Наблюдение, опрос.
4		Основные построения, перестроения, передвижения.	1	Обучение	Наблюдение, опрос.
5		Музыкально-ритмические упражнения.	1	Практическое обучение	Наблюдение, опрос.
6		Музыкально-ритмические упражнения.	1	Практическое обучение	Наблюдение, опрос.
7		Развитие двигательных навыков - исполнение несложных элементов народных плясок, хороводов, бальных танцев.	1	Практическое обучение	Наблюдение, опрос.
8		Развитие двигательных навыков - исполнение несложных элементов народных плясок, хороводов, бальных танцев.	1	Практическое обучение	Наблюдение, опрос.
9		Развитие двигательных навыков - исполнение несложных элементов народных плясок, хороводов, бальных танцев.	1	Практическое обучение	Наблюдение, опрос.
10		Развитие двигательных навыков - исполнение несложных элементов народных плясок, хороводов, бальных танцев.	1	Практическое обучение	Наблюдение, опрос.
11		Ориентировка в пространстве на координацию движений.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
12		Промежуточный контроль.	1	тестирование	Беседа, опрос
Раздел 4. Развитие нравственно-коммуникативных качеств. (2 часа)					
1		Воспитание культурных привычек в процессе группового общения.	1	Беседа	Наблюдение, опрос.
2		Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.	1	Беседа	Наблюдение, опрос.
Раздел 5. Беседы по хореографическому искусству. (1 час)					
1		Хореография, как вид искусства.	1	Беседа	Беседа, опрос.
Раздел 6. Азбука классического танца.			(1 час)		

1		Постановка корпуса, рук, ног, головы.	1	Практическое занятие	Наблюдение, опрос.
Раздел 7. Элементы народно-сценического танца. (2 часа)					
1		Элементы народно-сценического танца.	1	Практическое занятие	Наблюдение, опрос.
2		Элементы народно-сценического танца.	1	Практическое занятие	Наблюдение, опрос.
Раздел 8. Креативная гимнастика. (5 часов)					
1		Ритмические, игровые упражнения, этюды.	1	Занятие-игра	Наблюдение, опрос.
2		Ритмические, игровые упражнения, этюды.	1	Занятие - игра	Наблюдение, опрос.
3		Ритмические, игровые упражнения, этюды.	1	Занятие- игра	Наблюдение, опрос.
4		Ритмические, игровые упражнения, этюды.	1	Занятие - игра	Наблюдение, опрос.
5		Ритмические, игровые упражнения, этюды.	1	Занятие-игра	Наблюдение, опрос.
6		Ритмические, игровые упражнения, этюды.	1	Занятие-игра	Наблюдение, опрос.
Раздел 9. Вращения (5 часов)					
1		Подскоки по диагонали.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
2		Подскоки по диагонали.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
3		Подскоки в повороте. (с левой и правой ноги)	1	Практика	Наблюдение, опрос.
4		Подскоки в повороте. (с левой и правой ноги)	1	Практика	Наблюдение, опрос.
5		Подскоки в повороте. (с левой и правой ноги)	1	Практика	Наблюдение, опрос.
Раздел 10. Прыжки (5 часов)					
1		Прыжки на двух ногах.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
2		Прыжки на двух ногах.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
3		Прыжки на двух ногах «змейкой»	1	Практика	Наблюдение, опрос.
4		Прыжки на двух ногах «змейкой»	1	Практика	Наблюдение, опрос.
5		Прыжки на двух ногах «змейкой»	1	Практика	Наблюдение, опрос.
Раздел 11. Партерная гимнастика. (6 часов)					
1		Партерная гимнастика.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
2		Упражнения для развития выворотности ног, подвижности коленного сустава.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
3		Упражнения для развития выворотности ног, подвижности коленного сустава.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
4		Упражнения для развития выворотности ног, подвижности коленного сустава.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
5		Упражнения для развития гибкости тела.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
6		Упражнения для развития гибкости тела.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
Раздел 12. Элементы акробатики. (5 часов)					
1		Элементы акробатики.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
2		Элементы акробатики.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
3		Элементы акробатики.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
4		Упражнения на развитие «Равновесия»	1	Практика	Наблюдение, опрос.
5		Упражнения на развитие «Равновесия»	1	Практика	Наблюдение, опрос.
Раздел 13. Композиция, постановка танца. (10 часов)					

1		Что такое «Композиция танца?»	1	Бесед	Наблюдение, опрос.
2		Разбор драматургии, содержания музыки, танца.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
3		Разбор драматургии, содержания музыки, танца.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
4		Разбор драматургии, содержания музыки, танца.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
5		Разбор драматургии, содержания музыки, танца.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
6		Разбор драматургии, содержания музыки, танца.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
7		Разбор драматургии, содержания музыки, танца.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
8		Движения, позы, жестикуляция, мимика.	1	Показ, практика	Наблюдение, опрос.
9		Перемещение танцующих по сценической площадке.	1	Практика	Наблюдение, опрос.
10		Соединение танцевальных движений с музыкой.	1	Отрабатывание движений	Наблюдение, опрос.
Раздел 14. Репетиционная деятельность.			(10 часов)		
1		Репетиция танца.	1	Репетиция	Наблюдение, опрос.
2		Репетиция танца.	1	Репетиция	Наблюдение, опрос.
3		Репетиция танца.	1	Репетиция	Наблюдение, опрос.
4		Репетиция танца.	1	Репетиция	Наблюдение, опрос.
5		Репетиция танца.	1	Репетиция	Наблюдение, опрос.
6		Репетиция танца.	1	Репетиция	Наблюдение, опрос.
7		Репетиция танца.	1	Репетиция	Наблюдение, опрос.
8		Репетиция танца.	1	Репетиция	Наблюдение, опрос.
9		Репетиция танца.	1	Репетиция	Наблюдение, опрос.
10		Репетиция танца.	1	Репетиция	Наблюдение, опрос.
Раздел 15. Концертная деятельность.			(2 часа)		
1		Концертная деятельность.	1	Выступление	выступление
2		Концертная деятельность.	1	Выступление	выступление

Модуль «Радуга»

Раздел 1. Введение. (2 часа)

Тема 1.1. Хореография – как гармоничное развитие личности

Теория: вводный общий инструктаж по технике безопасности во время занятий. Правила поведения в зале и на сцене.

Практика: комплектование группы.

Тема 1.2. Вводный контроль.

Теория: диагностика уровня освоения программы.

Практика: определение уровня индивидуального развития.

Раздел 2. Развитие эмоциональной выразительности и творчества. (6 ч)

Тема 2.1. Игровые упражнения для развития эмоциональной сферы учащихся на уроках хореографии.

Теория: проучивание упражнений и игр на развитие эмоциональной выразительности.

Практика: приобретение эмоционального заряда, уверенности в себе; снятие зажима, закрепощения; развитие фантазии и сплочения детского коллектива.

Тема 2.2. Танцевальные элементы на постановку корпуса.

Теория: представление о понятии «актерское мастерство».

Практика: использование эмоционального состояния в танце.

Тема 2.3. Основы актерского мастерства.

Теория: совокупность музыки, движений, актерского мастерства.

Практика: применение эмоциональной выразительности.

Тема 2.4. Разминка с творческим заданием.

Теория: искусство сценического действия.

Практика: применение эмоциональной выразительности.

Тема 2.5. Эмоциональные состояния.

Теория: развитие эмоционального состояния.

Практика: использовать эмоциональные состояния в танце.

Тема 2.6. Умение создать выразительный художественный образ.

Теория: постановка перед учащимися художественно-творческих задач.

Практика: использование игр, творческих заданий, комплексов упражнений для мышц лица.

Раздел 3. Музыкально-ритмическая деятельность. (20 часов)

Тема 3.1. Музыкальный жанр: марш, танец, песня.

Теория: основа музыки – марш, танец, песня.

Практика: умение воспринимать и анализировать особенности разных жанров.

Тема 3.2. Музыкальное вступление и начало движения.

Теория: целостно воспринимать музыкальное произведение, самостоятельно выделяя вступление и окончание музыки.

Практика: самостоятельно начинать движение после музыкального вступления.

Тема 3.3. Музыкальное вступление и начало движения.

Теория: целостно воспринимать музыкальное произведение, самостоятельно выделяя вступление и окончание музыки.

Практика: самостоятельно начинать движение после музыкального вступления.

Тема 3.4. Музыкальные темпы: медленный, быстрый, умеренный.

Теория: темп, метроритм – определение сильной и слабой доли хлопком, притопом.

Практика: передача ритмического рисунка в движении.

Тема 3.5. Музыкальные темпы: медленный, быстрый, умеренный.

Теория: темп, метроритм – определение сильной и слабой доли хлопком, притопом.

Практика: передача ритмического рисунка в движении.

Тема 3.6. Характер музыки.

Теория: работа над рисунком музыки.

Практика: различать части музыки.

Тема 3.7. Музыкально – ритмические упражнения.

Теория: основные движения (различные виды ходьбы, бега, поскоков, боковой галоп).

Практика: ходьба в свободном направлении в ровном ритме, с координацией движений рук и ног, на полу пальцах и на пятках, с ускорением и замедлением темпа, с высоким подниманием колен.

Тема: 3.8. Музыкально – ритмические упражнения.

Теория: основные движения (различные виды ходьбы, бега, поскоков, боковой галоп).

Практика: ходьба в свободном направлении в ровном ритме, с координацией движений рук и ног, на полу пальцах и на пятках, с ускорением и замедлением темпа, с высоким подниманием колен.

Тема 3.9. Развитие двигательных навыков - исполнение несложных элемент

Теория: Теория: знакомство с элементами танца и простыми танцевальными движениями: шаги танцевальные с носка, простой шаг вперед, переменный шаг вперед.

Практика: разучивание плясок, хороводов.

Тема 3.10. Ориентировка в пространстве на координацию движений.

Теория: пространственные ощущения.

Практика: обучение ориентировки в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.

Тема 3.11. Ориентировка в пространстве на координацию движений.

Теория: пространственные ощущения.

Практика: обучение ориентировки в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.

Тема 3.12. Логоритмика.

Теория: упражнения на координацию действий, ориентацию в пространстве и внимания.

Практика: правильное сочетание всех составляющих логоритмических упражнений.

Тема 3.13. Логоритмика.

Теория: упражнения на координацию действий, ориентацию в пространстве и внимания.

Практика: правильное сочетание всех составляющих логоритмических упражнений.

Тема 3.14. Ритмические движения. «Ритмическое эхо».

Теория: ритмический рисунок, который повторяется: хлопками в ладоши, притопыванием ног и т.д.

Практика: методически правильное исполнение хлопков.

Тема 3.15. Ритмические движения. «Ритмическое эхо».

Теория: ритмический рисунок, который повторяется: хлопками в ладоши, притопыванием ног и т.д.

Практика: методически правильное исполнение хлопков.

Тема 3.16. Ритмические движения. «Ритмическое эхо».

Теория: ритмический рисунок, который все должны повторить: хлопками в ладоши, притопыванием ног.

Практика: методически правильное исполнение хлопков.

Тема 3.17. Ритмическая импровизация.

Теория: упражнение – повтори ритм.

Практика: умение создать и повторить определенный ритм.

Тема 3.18. Ритмическая импровизация.

Теория: упражнение – повтори ритм.

Практика: умение создать и повторить определенный ритм.

Тема 3.19. Ритмическая импровизация.

Теория: упражнение – повтори ритм.

Практика: умение создать и повторить определенный ритм.

Тема 3.20. Ритмическая импровизация.

Теория: упражнение – повтори ритм.

Практика: умение создать и повторить определенный ритм.

Раздел 4. Развитие нравственно-коммуникативных качеств. (2 часа)

Тема 4.1. Воспитание культурных привычек в процессе группового общения.

Теория: формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с учащимися и взрослыми.

Практика: уметь использовать это общение в коллективе, развивая свои положительные качества.

Тема 4.2. Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.

Теория: формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с учащимися и взрослыми

Практика: уметь использовать эти знания на практике.

Раздел 5. Беседы по хореографическому искусству. (2 часа)

Тема 5.1. Хореография, как вид искусства.

Теория: овладение детьми духовными и культурными ценностями народов мира.

Практика: формирование слуховых представлений программного минимума произведений симфонического, балетного и других жанров музыкального искусства.

Тема 5.2. Роль фестивалей и конкурсов в развитии хореографического искусства.

Теория: овладение детьми духовными и культурными ценностями народов мира.

Практика: формирование слуховых представлений программного минимума произведений симфонического, балетного и других жанров музыкального искусства.

Раздел 6. Азбука классического танца. (19 часов)

Тема 6.1. Классический танец-основа основ хореографии.

Теория: терминология классического танца.

Практика: правильная постановка корпуса; рук, ног, головы.

Тема 6.2. Постановка корпуса. (плеч, головы, рук, ног).

Теория: методика объяснения основных элементов экзерсиса.

Практика: правильное выполнение упражнения.

Тема 6.3. Позиции ног: 1,2,3.

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движений.

Тема 6.4. Позиции ног: 1,2,3.

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.5. Движения и положения рук классического танца.

Теория: напряжение, сосредоточенное в предплечье, не должно переходить в кисти рук.

Практика: изучение позиции рук начинать на середине зала.

Тема 6.6. Пор де бра – движение рук по позициям.

Теория: многократное, равномерное музыкально точное исполнение пор де бра.

Практика: все формы пор де бра проучиваются, как отдельно, так и с другими элементами классического танца.

Тема 6.7. Понятие en dedan, en dehors

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движений.

Тема 6.8. Условные градусы: 25 ,45 ,90

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.9. Preparation для руки у станка

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.10. Preparation для руки у станка

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.11. Demi plie по 1, 2, 3 поз. ног (1т. 4/4)

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.12. Demi plie по 1, 2, 3 поз. ног (1т. 4/4)

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.13. Grand plie по 1,2,3 поз. ног (2т. 4/4, 1т. 4/4)

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.14. Grand plie по 1,2,3 поз. ног (2т. 4/4, 1т. 4/4)

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.15. Battment tendu лицом к станку во все направления (1т. 2/4), одной рукой за палку (1т. 2/4, ¼).

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.16. Battment tendu лицом к станку во все направления (1т. 2/4), одной рукой за палку (1т. 2/4, ¼).

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.17. Battment tendu лицом к станку во все направления (1т. 2/4), одной рукой за палку (1т. 2/4, ¼).

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.18. Grand plie по 1,2,3 поз. ног (2т. 4/4, 1т. 4/4)

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.19. Preparation для руки у станка

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Раздел 7. Элементы народно-сценического танца. (19 часов)

Тема 7.1. История возникновения и развития русского народного танца

Теория: значение танца в жизни людей.

Практика: Просмотр видео роликов русских народных ансамблей/онлайн просмотр

Тема 7.2. Позиции рук в танце. Основные положения рук в русском танце

Теория: позиции рук в танце.

Практика: правильное исполнение движений и танцевальных элементов.

Тема 7.3. Раскрывание и закрывание рук.

Теория: выполнить раскрытие и закрывание рук, с переменной: одна рука открывается, другая одновременно с ней закрывается.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.4. Поклоны.

Теория: простой поклон на месте; простой поклон с шагами вперед и отход назад; празднично-обрядовый хороводный поклон.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.5. Навыки обращения с платочком.

Теория: «колечко» - за 1 конец платочка, круги, игра платочком, взмахи платочком.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.6. Позиции ног в танце.

Теория: 1.2.3 позиции ног

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.7. Позиции ног в танце.

Теория: 1, 2, 3 позиции ног.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.8. Основные шаги.

Теория: основные шаги: простой шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг с притопом; переменный шаг с каблука.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.9. Основные шаги.

Теория: основные шаги: простой шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг с притопом; переменный шаг с каблука.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.10. Хоровод

Теория: характеристика и определение хоровода. Ход: шаркающий – скользящий. Постановка танца

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.11.Разновидность плясок. Притопы.

Теория: история развития пляски. Отличительные черты её исполнения.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.12.«Гармошка», «Елочка», «Припадание

Теория: методически правильное выполнение элементов.

Практика: Обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.13.Изучение основных элементов

Теория: Бег, «молоточки», «веревочка», «ковырялочка», «маятник», «моталочка», переборы.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.14.Изучение основных элементов

Теория: Бег, «молоточки», «веревочка», «ковырялочка», «маятник», «моталочка», переборы.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.15.Изучение основных элементов

Теория: Бег, «молоточки», «веревочка», «ковырялочка», «маятник», «моталочка», переборы.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.16. «Гармошка», «Елочка», «Припадание

Теория: методически правильное выполнение элементов.

Практика: Обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.17. «Гармошка», «Елочка», «Припадание

Теория: методически правильное выполнение элементов.

Практика: Обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.18. Основные шаги.

Теория: основные шаги: простой шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг с притопом; переменный шаг с каблука.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.19. Основные шаги.

Теория: основные шаги: простой шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг с притопом; переменный шаг с каблука.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Раздел 8. Креативная гимнастика. (4 часа)**Тема 8.1.** Ритмические, игровые упражнения, этюды.

Теория: развитие чувства ритма и координационно - двигательных способностей.

Практика: свободно, красиво и координационно правильно выполнение движений под музыку, соответственно её особенностям, характеру, ритму, темпу.

Тема 8.2. Ритмические, игровые упражнения, этюды.

Теория: развитие чувства ритма и координационно - двигательных способностей.

Практика: свободно, красиво и координационно правильно выполнение движений под музыку, соответственно её особенностям, характеру, ритму, темпу

Тема 8.3. Ритмические, игровые упражнения, этюды.

Теория: развитие чувства ритма и координационно - двигательных способностей.

Практика: свободно, красиво и координационно правильно выполнение движений под музыку, соответственно её особенностям, характеру, ритму, темпу

Тема 8.4. Ритмические, игровые упражнения, этюды.

Теория: нестандартные упражнения, специальные задания, творческие игры, направленные на развитие выдумки, инициативу учащихся.

Практика: применение различных упражнений и ритмических этюдов, с использованием нетрадиционных, разнообразных средств.

Раздел 9. Вращения. (13 часов)**Тема 9.1.** Техника поворота головы.

Теория: многократные повороты – основа вращения.

Практика: умение «держать точку».

Тема 9.2. Постановка работы головы.

Теория: многократные повороты – основа вращения.

Практика: умение «держать точку».

Тема 9.3. Постановка корпуса при вращении.

Теория: правильный выбор «оси вращения» при поворотах.

Практика: применение методики.

Тема 9.4. Постановка корпуса при вращении.

Теория: правильный выбор «оси вращения» при поворотах.

Практика: применение методики.

Тема 9.5. Положение рук во вращении.

Теория: методика объяснений поворота.

Практика: руки, корпус и голова должны составлять единое целое от начала вращения до самой остановки.

Тема 9.6. Положение рук во вращении.

Теория: методика объяснений поворота.

Практика: руки, корпус и голова должны составлять единое целое от начала вращения до самой остановки.

Тема 9.7. Виды preparations.

Теория: проучивание учебного preparation для подхода к вращениям по диагонали и по кругу

Практика. применение на практике различные способы для тех или иных вращений.

Тема 9.8. Виды preparations.

Теория: проучивание учебного preparation для подхода к вращениям по диагонали и по кругу

Практика. применение на практике различные способы для тех или иных вращений.

Тема 9.9. Виды вращений.

Теория: ознакомление в вращениями на месте, по диагонали, по кругу.

Практика: правильное выполнение методики поворотов.

Тема 9.10. Бег в повороте на месте.

Теория: вращение выполняется слитно.

Практика: следить за правильным положением корпуса.

Тема 9.11. Бег в повороте на месте.

Теория: вращение выполняется слитно.

Практика: следить за правильным положением корпуса.

Тема 9.12. Вращения по диагонали.

Теория: все вращения выполнять слитно, добиваясь стремительности продвижения и четкости исполнения.

Тема 9.13. Вращения по диагонали.

Теория: все вращения выполнять слитно, добиваясь стремительности продвижения и четкости исполнения.

Раздел 10. Прыжки. (13 часов)

Тема 10.1. Прыжок с двух ног на две. (соте по 1 позиции).

Теория: легкое, пружинное выполнение с сохранением исходной позиции ног в выворотном положении.

Практика: развитие прыгучести и легкости.

Тема 10.2. Прыжок с двух ног на две. (соте по 1 позиции).

Теория: легкое, пружинное выполнение с сохранением исходной позиции ног в выворотном положении.

Практика: развитие прыгучести и легкости.

Тема 10.3. Прыжки со сменой позиции ног.

Теория: Легкий, пружинный прыжок, с сохранением выворотности ног. Положение ног фиксируется в исходной позиции, и лишь при приземлении ноги возвращаются в другую позицию.

Практика: развитие прыгучести, легкости, методически правильного исполнения.

Тема 10.4. Прыжки со сменой позиции ног.

Теория: Легкий, пружинный прыжок, с сохранением выворотности ног. Положение ног фиксируется в исходной позиции, и лишь при приземлении ноги возвращаются в другую позицию.

Практика: развитие прыгучести, легкости, методически правильного исполнения.

Тема 10.5. Прыжки со сменой позиции ног.

Теория: Легкий, пружинный прыжок, с сохранением выворотности ног. Положение ног фиксируется в исходной позиции, и лишь при приземлении ноги возвращаются в другую позицию.

Практика: развитие прыгучести, легкости, методически правильного исполнения.

Тема 10.6. Прыжки на двух ногах «Змейкой».

Теория: разучивание прыжков на двух ногах.

Практика: развитие прыгучести

Тема 10.7. Подскоки на одной ноге с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).

Теория: необходимо знать, что приземляться нужно на носок и обязательно ставить пятку.

Практика: развитие прыгучести.

Тема 10.8. Подскоки на одной ноге с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).

Теория: необходимо знать, что приземляться нужно на носок и обязательно ставить пятку.

Практика: развитие прыгучести

Тема 10.9. Перескоки с ноги на ногу с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).

Теория: что приземляться нужно на носок и обязательно ставить пятку.

Практика: развитие прыгучести.

Тема 10.10. Перескоки с ноги на ногу с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).

Теория: что приземляться нужно на носок и обязательно ставить пятку.

Практика: развитие прыгучести.

Тема 10.11. Ноги вместе. Прыжки с небольшим продвижением вперед, как бы перепрыгивая через барьеры.

Теория: вытягивать в воздухе колени и стопы.

Практика: применение методики на практике.

Тема 10.12. Ноги вместе. Прыжки с небольшим продвижением вперед, как бы перепрыгивая через барьеры, поджимая ноги.

Методика: положение ног в воздухе должно быть как при сидении на стуле.

Практика: применение методики на практике.

Тема 10.13. Ноги вместе. Прыжки с небольшим продвижением вперед, как бы перепрыгивая через барьеры, поджимая ноги.

Методика: положение ног в воздухе должно быть как при сидении на стуле.

Практика: применение методики на практике.

Раздел 11. Партерная гимнастика. (12 часов)

Тема 11.1. Упражнения для развития выворотности, подвижности и укрепления связок голеностопного сустава, мышц голени и стопы.

Теория: упражнения на полу в разных позах, сидя, лёжа на животе и спине, направленные на растяжку всех мышц тела их укрепление их; на развитие гибкости в суставах.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.2. Упражнение № 1. Вытягивание и сокращение стоп. М/р. 2/4, 4/4.

Теория: упражнения на полу в разных позах, сидя, лёжа на животе и спине, направленные на растяжку всех мышц тела их укрепление их; на развитие гибкости в суставах.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.3: Упражнения для развития выворотности ног, подвижности коленного сустава.

Теория: развитие подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.4. Вытягивание стоп и расслабление. М/р. 2/4, 4/4.

Теория: улучшение гибкости коленных суставов.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.5. Разворот стоп в выворотное положение. М/р. 2/4, 4/4.

Теория: укрепление мышц ног, выработка их выворотности.

Тема 11.6. Круговое движение стопами. М/р. 2/4, 4/4.

Теория: развитие подвижности голеностопного сустава растяжение ахиллового сухожилия, развитие выворотности в 1 позиции.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.7. Покачивание на стопах. М/р. $\frac{3}{4}$ (32 такта)

Теория: обучение вытянутости ноги в стопе.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.8. Развитие выворотности и подвижности коленного тазобедренного суставов. Развитие мышц бедра. «Бабочка».

Теория: развитие выворотности и подвижности тазобедренного сустава.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.9. «Лягушка». Муз/р. $\frac{3}{4}$, 4/4.

Теория: развитие верхней выворотности.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.10. «Солнышко» Муз/р. $\frac{3}{4}$, 4/4.

Теория: развитие эластичности мышц ног, выворотность.

Практика: умение правильно выполнять упражнение.

Тема 11.11. «Махи ногами стоя на коленях». Муз/р. 2/4.

Теория: развитие силы ног, эластичность бедра.

Практика: умение правильно выполнять упражнение.

Тема 11.12. «Шпагат» в сторону Муз/р. $\frac{3}{4}$ (32 такта)

Теория: упражнение направлено на развитие выворотности бедер.

Практика: умение правильно выполнять упражнение.

Раздел 12. Элементы акробатики. (20 часов)

Тема 12.1. Перекаты.

Теория: вращательное движение тела с последовательным касанием опоры без переворачивания через голову.

Практика: начинать с перекатов вправо (влево), назад и вперёд в группировке.

Тема 12.2. Перекаты.

Теория: вращательное движение тела с последовательным касанием опоры без переворачивания через голову.

Практика: начинать с перекатов вправо (влево), назад и вперёд в группировке.

Тема 12.3. Мосты.

Теория: мост - крутой прогиб назад с опорой на ступни ног.

Практика: технически правильное выполнения упражнения.

Тема 12.4. Мосты.

Теория: мост - крутой прогиб назад с опорой на ступни ног.

Практика: технически правильно выполнения движения.

Тема 12.5. Мост на одну руку.

Теория: в положении моста (на обеих руках) передать тяжесть тела на одну руку, другую поднять вперед.

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.6. Мост на одну руку.

Теория: в положении моста (на обеих руках) передать тяжесть тела на одну руку, другую поднять вперед.

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.7. Равновесие «Ласточка»

Теория: это статическое положение, при котором исполнитель стоит на одной ноге.

Практика: тело наклонено вперед в прогнутом положении, свободная нога поднята не ниже уровня плеч.

Тема 12.8. Равновесие «Ласточка»

Теория: это статическое положение, при котором исполнитель стоит на одной ноге.

Практика: тело наклонено вперед в прогнутом положении, свободная нога поднята не ниже уровня плеч.

Тема 12.9. Шпагáт

Теория: положение тела, при котором расставленные в противоположных направлениях ноги находятся на одной линии, а внутренние линии бёдер образуют угол в 180 градусов.

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.10. *Виды шпагата:* поперечный.

Теория: самый сложный, ноги разведены в стороны.

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.11. *Виды шпагата:* поперечный.

Теория: самый сложный, ноги разведены в стороны.

Тема 12.12. Продольный.

Теория: продольный: левосторонний – левая нога впереди, правая – позади туловища; правосторонний – наоборот;

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.13. Продольный.

Теория: продольный: левосторонний – левая нога впереди, правая – позади туловища; правосторонний – наоборот;

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.14. Вертикальный поперечный или продольный шпагат.

Теория: выполнение стандартного шпагата стоя на одной ноге.

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.15. Вертикальный поперечный или продольный шпагат.

Теория: выполнение стандартного шпагата стоя на одной ноге.

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.16. Стойки.

Теория: статическое вертикальное положение, при котором исполнитель находится вверх ногами: на лопатках, голове, предплечьях, руках.

Практика: точностью принятия заданной позы (выход в стойку) и прочностью ее фиксации не менее 3-х секунд.

Тема 12.17. Стойки.

Теория: статическое вертикальное положение, при котором исполнитель находится вверх ногами: на лопатках, голове, предплечьях, руках.

Практика: точностью принятия заданной позы (выход в стойку) и прочностью ее фиксации не менее 3-х секунд.

Тема 12.18. Стойка на лопатках «берёзка»

Теория: Туловище должно быть прямым, локти широко не разводить

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.19. Переворот боком (колесо)

Теория: корпус должен быть прямым, без прогиба в пояснице. Руки все время прямые, ноги тоже.

Практика: технически правильно выполнения движения.

Тема 12.20. Переворот боком (колесо)

Теория: корпус должен быть прямым, без прогиба в пояснице. Руки все время прямые, ноги тоже.

Практика: технически правильно выполнение движения.

Раздел 13. Композиция, постановка танца. (4 часа)

Тема 13.1. Что такое – «Композиция танца».

Теория: коллективная творческая деятельность, предполагающая определенный уровень подготовки учащихся.

Практика: репетиционная работа.

Тема 13.2. Разбор драматургии (содержания) танца, музыки.

Теория: разбор танцевальных движений, образующих единое целое – композицию танца.

Практика: работа над КПП танца: драматургией, музыкой, движением, рисунком танца.

Тема 13.3. Разбор движения, поз, танцевальных рисунков в танцах.

Теория: методически правильное выполнение движений, связок.

Практика: будут знать начало, вступление танца.

Тема 13.4. Разбор движения, поз, танцевальных рисунков в танцах.

Теория: методически правильное выполнение движений, связок.

Практика: будут знать начало, вступление танца.

Тема 14. Репетиционная деятельность. (6 часов).

Тема 14.1. Репетиция танца «Мы маленькие дети», «Лялечки».

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.2: Репетиция танца. «Мы маленькие дети», «Лялечки»

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.3. Репетиция танца. «Вперед, Россия», «Веселая гусеничка»

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.4. Репетиция танца. «Вперед, Россия», «Веселая гусеничка»

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.5. Репетиция танца. «Белые панамки».

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Тема 14.6. Репетиция танца. «Белые панамки».

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 15. Концертная деятельность (2 часа).

Тема 15.1. Концертная деятельность.

Теория: Планирование и организация выступлений коллектива.

Практика: подведение итогов работы.

Тема 15.2. Концертная деятельность.

Теория: Планирование и организация выступлений коллектива.

Практика: подведение итогов работы.

Тема 16. Рубежный контроль.

Теория: контроль и оценка результатов освоения программ

Практика: мониторинг учебно-воспитательного процесс.

Тематическое планирование. Модуль «Радуга».

№ п/п	Дата проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма текущего контроля/промежуточной аттестации
Раздел 1. Введение. (2 часа)					
1		Хореография – как гармоничное развитие личности. Беседа по технике безопасности. Правила поведения в зале и на сцене.	1	Беседа	Опрос, беседа
2		Знакомство с детьми. Вводный контроль.	1	Беседа, тестирование	Диагностика
Раздел 2. Развитие эмоциональной выразительности и творчества посредством игр. (6 часов)					
1		Игровые упражнения для развития эмоциональной сферы учащихся на уроках хореографии.	1	Занятие-игра	Наблюдение
2		Танцевальные элементы на постановку корпуса.	1	Практика	Опрос, наблюдение
3		Основы актерского мастерства.	1	Практика	Наблюдение
4		Разминка с творческим заданием.	1	Занятие-игра	Наблюдение
5		Эмоциональные состояния.	1	практика	Наблюдение
6		Подвижные игры на финал урока.	1	Подвижные игры	Наблюдение
Раздел 3. Музыкально-ритмическая деятельность. (20 часов)					
1		Музыкальный жанр: маор, танец, песня.	1	Практика	Опрос, наблюдение
2		Музыкальное вступление и начало движения.	1	Занятие-игра	Терминологический диктант
3		Музыкальное вступление и начало движения.	1	Практика	Терминологический диктант
4		Музыкальные темпы: медленный, быстрый, умеренный.	1	Практика	Терминологический диктант
5		Музыкальные темпы: медленный, быстрый, умеренный.	1	Практика	Терминологический диктант
6		Характер музыки.	1	Практика	Терминологический диктант
7		Музыкально-ритмические упражнения.	1	Практика	Терминологический диктант
8		Музыкально-практические упражнения.	1	Практика	Терминологический диктант
9		Развитие двигательных навыков – исполнение несложных элементов.	1	Практика	Наблюдение
10		Ориентировка в пространстве на координации. Движений.	1	Практика	Наблюдение
11		Ориентировка в пространстве на координацию движений.	1	Практика	Наблюдение
12		Логоритмика.	1	Занятие-игра	Наблюдение

13		Логоритмика.	1	Занятие-игра	Наблюдение
14		Ритмические движения. «Ритмическое эхо».	1	Занятие - игра	Наблюдение
15		Ритмические движения. «Ритмическое эхо».	1	Занятие - игра	Наблюдение
16		Ритмические движения. «Ритмическое эхо».	1	Занятие - игра	Наблюдение
17		Ритмическая импровизация.	1	Закрепление	Наблюдение
18		Ритмическая импровизация.	1	Закрепление	Наблюдение
19		Ритмическая импровизация.	1	Закрепление	Наблюдение
20		Ритмическая импровизация.	1	Закрепление	Наблюдение
Раздел 4. Развитие нравственно-коммуникативных качеств. (2 часа)					
1		Воспитание культурных привычек в процессе группового общения.	1	Беседа	Опрос
2		Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.	1	Беседа	Опрос
Раздел 5. Беседы по хореографическому искусству. (2 часа)					
1		Хореография, как вид искусства.	1	Беседа	Опрос
2		Роль фестивалей и конкурсов в развитии хореографического искусства.	1	Беседа	Опрос
Раздел 6. Азбука классического танца. (19 час)					
1		Классический танец-основа основ хореографии.	1	Практика	Наблюдение
2		Постановка корпуса (плеч, головы, рук, ног).	1	Практика	Наблюдение
3		Позиции ног: 1, 2, 3.	1	Практика	Наблюдение
4		Позиции ног: 1, 2, 3.	1	Практика	Наблюдение
5		Движения и положения рук классического танца.	1	Практика	Наблюдение
6		Пор де бра – движения рук по позициям.	1	Практика	Наблюдение
7		Понятие en dedan, dehors.	1	Практика	Наблюдение
8		Условные градусы: 25, 45, 90.	1	Практика	Наблюдение
9		Preparation для руки у станка.	1	Практика	Наблюдение
10		Preparation для руки у станка.	1	Практика	Наблюдение
11		Demi plie по 1,2,3 поз. ног (1т.4/4)	1	Практика	Наблюдение
12		Demi plie по 1,2,3 поз. ног (1т.4/4)	1	Практика	Наблюдение
13		Grand plie по 1,2,3 поз. ног (1т.4/4)	1	Практика	Наблюдение
14		Grand plie по 1,2,3 поз. ног (1т.4/4)	1	Практика	Наблюдение
15		Battment tendu лицом к станку по всем направлениям (1т.2/4, ¼).	1	Практика	Наблюдение
16		Battment tendu лицом к станку по всем направлениям (1т.2/4, ¼).	1	Практика	Наблюдение
17		Battment tendu лицом к станку по всем направлениям (1т.2/4, ¼).	1	Практика	Наблюдение
18		Grand plie по 1,2,3 поз ног (2т.4/4, 1т.4/4)/	1	Практика	Наблюдение
19		Preparation для руки у станка.	1	Практика	Наблюдение
Раздел 7. Элементы народно-сценического танца. (19 часов)					
1		История возникновения и развития русского народного танца.	1	Практика	Опрос

2		Позиции рук в танце. Основные положения рук в русском танце.	1	Практика	Наблюдение
3		Раскрывание и закрывание рук.	1	Практика	Наблюдение
4		Поклоны.	1	Практика	Наблюдение
5		Навыки обращения с платочком.	1	Практика	Наблюдение
6		Позиции ног в танце.	1	Практика	Наблюдение
7		Позиции ног в танце.	1	Практика	Наблюдение
8		Основные шаги.	1	Практика	Наблюдение
9		Основные шаги.	1	Практика	Наблюдение
10		Хоровод.	1	Практика	Наблюдение
11		Разновидность плясок, притопы.	1	Практика	Наблюдение
12		«Гармошка», «Елочка», «Припадание».	1	Практика	Наблюдение
13		Изучение основных танцевальных элементов.	1	Практика	Наблюдение
14		Изучение основных танцевальных элементов.	1	Практика	Наблюдение
15		Изучение основных танцевальных элементов.	1	Практика	Наблюдение
16		«Гармошка». «Елочка».»Припадание».	1	Практика	Наблюдение
17		«Гармошка», «Елочка». «Припадание».	1	Практика	Наблюдение
18		Основные шаги.	1	Практика	Наблюдение
19		Основные шаги.	1	Практика	Наблюдение
Раздел 8. Креативная гимнастика.			(4 часа)		
1		Ритмические, игровые упражнения, этюды.	1	Занятие-игра	Наблюдение
2		Ритмические, игровые упражнения, этюды.	1	Занятие-игра	Наблюдение
3		Ритмические, игровые упражнения, этюды.	1	Занятие игра	Наблюдение
4		Ритмические, игровые упражнения, этюды.	1	Занятие-игра	Наблюдение
Раздел 9. Вращения			(13 часов)		
1		Техника поворота головы.	1	Практика	Наблюдение
2		Постановка работы головы.	1	Практика	Наблюдение
3		Постановка корпуса при вращении	1	Практика	Наблюдение
4		Постановка корпуса при вращении	1	Практика	Наблюдение
5		Положение рук во вращении.	1	Практика	Наблюдение
6		Положение рук во вращении.	1	Практика	Наблюдение
7		Виды preparatons.	1	Практика	Наблюдение
8		Виды preparatons.	1	Практика	Наблюдение
9		Виды вращений.	1	Практика	Наблюдение
10		Бег в повороте на месте.	1	Практика	Наблюдение
11		Бег в повороте на месте.	1	Практика	Наблюдение
12		Вращения по диагонали.	1	Практика	Наблюдение
13		Вращения по диагонали.	1	Практика	Наблюдение
Раздел 10. Прыжки			(13 часов)		
1		Прыжок с двух ног на две.(соте по 1 поз.)	1	Практика	Наблюдение
2		Прыжок с двух ног на две (соте по 1 поз).	1	Практика	Наблюдение
3		Прыжки со сменой позиции ног.	1	Практика	Наблюдение
4		Прыжки со сменой позиции ног.	1	Практика	Наблюдение
5		Прыжки со сменой позиции ног.	1	Практика	Наблюдение
6		Прыжки на двух ногах «Змейкой»	1	Практика	Наблюдение
7		Подскоки на одной ноге с	1	Практика	Наблюдение

		небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).			
8		Подскоки на одной ноге с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).	1	Практика	Наблюдение
9		Перескоки с ноги на ногу с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).	1	Практика	Наблюдение
10		Перескоки с ноги на ногу с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).	1	Практика	Наблюдение
11		Ноги вместе. Прыжки с небольшим продвижением вперед, как бы перепрыгивая через барьеры, поджимая ноги.	1	Практика	Наблюдение
12		Ноги вместе. Прыжки с небольшим продвижением вперед, как бы перепрыгивая через барьеры, поджимая ноги.	1	Практика	Наблюдение
13		Ноги вместе. Прыжки с небольшим продвижением вперед, как бы перепрыгивая через барьеры, поджимая ноги.	1	Практика	Наблюдение
Раздел 11. Партерная гимнастика. (12 часов)					
1		Упражнения для развития выворотности, подвижности и укрепления связок голеностопного сустава, мышц голени и стопы.	1	Практика	Наблюдение
2		Вытягивание и сокращение стоп. М/р. 2/4, 4/4.	1	Практика	Наблюдение
3		Упражнения для развития выворотности ног, подвижности коленного сустава.	1	Практика	Наблюдение
4		Вытягивание стоп и расслабление. М/р. 2/4, 4/4.	1	Практика	Наблюдение
5		Разворот стоп в выворотное положение. М/р. 2/4, 4/4.	1	Практика	Наблюдение
6		Круговое движение стопами. М/р. 2/4, 4/4.	1	Практика	Наблюдение
7		Покачивание на стопах. М/р. $\frac{3}{4}$ (32 такта)	1	Практика	Наблюдение
8		Развитие выворотности и подвижности коленного тазобедренного суставов. Развитие мышц бедра. «Бабочка».	1	Практика	Наблюдение
9		«Лягушка». Муз/р. $\frac{3}{4}$, 4/4	1	Практика	Наблюдение
10		«Солнышко» Муз/р. $\frac{3}{4}$, 4/4.	1	Практика	Наблюдение
11		«Махи ногами стоя на коленях». Муз/р. 2/4.	1	Практика	Наблюдение
12		«Шпагат» в сторону Муз/р. $\frac{3}{4}$ (32 такта)	1	Практика	Наблюдение
Раздел 12. Элементы акробатики. (20 часов)					
1		Перекаты	1	Практика	Наблюдение
2		Перекаты	1	Практика	Наблюдение
3		Мосты	1	Практика	Наблюдение
4		Мосты	1	Практика	Наблюдение
5		Мост на одну руку	1	Практика	Наблюдение
6		Мост на одну руку.	1	Практика	Наблюдение
7		Равновесие «Ласточка»	1	Практика	Наблюдение

8		Равновесие «Ласточка»	1	Практика	Наблюдение
9		Шпагат	1	Практика	Наблюдение
10		Виды шпагата: поперечный	1	Практика	Наблюдение
11		Виды шпагата: поперечный	1	Практика	Наблюдение
12		Продольный	1	Практика	Наблюдение
13		Продольный	1	Практика	Наблюдение
14		Вертикальный поперечный или продольный шпагат.	1	Практика	Наблюдение
15		Вертикальный поперечный или продольный шпагат.	1	Практика	Наблюдение
16		Стойки	1	Практика	Наблюдение
17		Стойки	1	Практика	Наблюдение
18		<i>Стойка на лопатках «берёзка»</i>	1	Практика	Наблюдение
19		Переворот боком (колесо)	1	Практика	Наблюдение
20		Переворот боком (колесо)	1	Практика	Наблюдение
Раздел 13. Композиция, постановка танца.			(4 часа)		
1		Что такое «Композиция танца?» Разбор драматургии, содержания музыки, танца.	1	Практика	Терминологический диктант
2		Движения, позы, жестикация, мимика.	1	Практика	Терминологический диктант
3		Перемещение танцующих по сценической площадке.	1	Практика	Наблюдение
4		Соединение танцевальных движений с музыкой.	1	Практика	Наблюдение
Раздел 14. Репетиционная деятельность.			(6 часов)		
1		Репетиция танца «Вперед, Россия»	1	репетиция	Выступление
2		Репетиция танца «Вперед, Россия»	1	репетиция	Выступление
3		Репетиция танца «Мы маленькие дети».	1	репетиция	Фестиваль
4		Репетиция танца «Мы маленькие дети».	1	репетиция	Фестиваль
5		Репетиция танца «Белые панамки»	1	репетиция	Конкурс
6		Репетиция танца «Белые панамки»	1	репетиция	Конкурс
Раздел 15. Концертная деятельность.			(2 часа)		
1		Концертная деятельность.	1	репетиция	Выступление
2		Концертная деятельность.	1	репетиция	Концерт

Модуль «Ритм»

Раздел 1. Введение. (2 часа)

Тема 1.1. Хореография – как гармоничное развитие личности

Теория: вводный общий инструктаж по технике безопасности во время занятий. Правила поведения в зале и на сцене.

Практика: знакомство с учащимися. Введение в программу.

Тема 1.2. Вводный контроль.

Теория: диагностика уровня освоения программы.

Практика: определение уровня индивидуального развития.

Раздел 2. Развитие эмоциональной выразительности и творчества посредством игр. (9ч)

Тема 2.1. Игровые упражнения для развития эмоциональной сферы учащихся на уроках хореографии.

Теория: проучивание упражнений и игр на развитие эмоциональной выразительности.

Практика: приобретение эмоционального заряда, уверенности в себе; снятие зажима, закрепощения; развитие фантазии и сплочения детского коллектива.

Тема 2.2. Танцевальные элементы на постановку корпуса.

Теория: представление о понятии «актерское мастерство».

Практика: использование эмоционального состояния в танце.

Тема 2.3. Основы актерского мастерства.

Теория: совокупность музыки, движений, актерского мастерства.

Практика: применение эмоциональной выразительности.

Тема 2.4. Разминка с творческим заданием.

Теория: искусство сценического действия.

Практика: применение эмоциональной выразительности.

Тема 2.5. Эмоциональные состояния.

Теория: развитие эмоционального состояния.

Практика: использовать эмоциональные состояния в танце.

Тема 2.6. Подвижные игры на финал урока.

Теория: специальные упражнения, помогающие применять эмоциональную выразительность.

Практика: выполнение игровых заданий на передачу эмоций.

Тема 2.7. Умение создать выразительный художественный образ.

Теория: постановка перед учащимися художественно-творческих задач.

Практика: использование игр, творческих заданий, комплексов упражнений для мышц лица.

Тема 2.8. Техническое развитие танцевального движения.

Теория: техническое совершенствование учащегося должно идти от импульса его образного наполнения.

Практика: обогащение исполнительского мастерства учащихся.

Тема 2.9. Развитие эмоциональной сферы учащегося, обогащение ее новым опытом переживания музыки, движения, восприятия визуального материала (живопись, архитектура, скульптура, графика),

Теория: расширение его общекультурного кругозора, объема эмоционально-чувственных впечатлений от знакомства с шедеврами разных видов искусства.

Практика: обогащение исполнительского мастерства учащихся.

Раздел 3. Музыкально-ритмическая деятельность. (10 часов)

Тема 3.1. Музыкальный жанр: марш, танец, песня.

Теория: основа музыки – марш, танец, песня.

Практика: умение воспринимать и анализировать особенности разных жанров.

Тема 3.2. Музыкальное вступление и начало движения.

Теория: целостно воспринимать музыкальное произведение, самостоятельно выделяя вступление и окончание музыки.

Практика: самостоятельно начинать движение после музыкального вступления.

Тема 3.3. Музыкальное вступление и начало движения.

Теория: целостно воспринимать музыкальное произведение, самостоятельно выделяя вступление и окончание музыки.

Практика: самостоятельно начинать движение после музыкального вступления.

Тема 3.4. Музыкальные темпы: медленный, быстрый, умеренный.

Теория: темп, метроритм – определение сильной и слабой доли хлопком, притопом.

Практика: передача ритмического рисунка в движении.

Тема 3.5. Музыкальные темпы: медленный, быстрый, умеренный.

Теория: темп, метроритм – определение сильной и слабой доли хлопком, притопом.

Практика: передача ритмического рисунка в движении.

Тема 3.6. Характер музыки.

Теория: работа над рисунком музыки.

Практика: различать части музыки.

Тема 3.7. Музыкально – ритмические упражнения.

Теория: основные движения (различные виды ходьбы, бега, поскоков, боковой галоп).

Практика: ходьба в свободном направлении в ровном ритме, с координацией движений рук и ног, на полу пальцах и на пятках, с ускорением и замедлением темпа, с высоким подниманием колен.

Тема: 3.8. Музыкально – ритмические упражнения.

Теория: основные движения (различные виды ходьбы, бега, поскоков, боковой галоп).

Практика: ходьба в свободном направлении в ровном ритме, с координацией движений рук и ног, на полу пальцах и на пятках, с ускорением и замедлением темпа, с высоким подниманием колен.

Тема 3.9. Развитие двигательных навыков - исполнение несложных элементов

Теория: Теория: знакомство с элементами танца и простыми танцевальными движениями: шаги танцевальные с носка, простой шаг вперед, переменный шаг вперед.

Практика: разучивание плясок, хороводов.

Тема 3.10. Ориентировка в пространстве на координацию движений.

Теория: пространственные ощущения.

Практика: обучение ориентировки в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.

Раздел 4. Развитие нравственно-коммуникативных качеств. (8 часов)

Тема 4.1. Воспитание культурных привычек в процессе группового общения.

Теория: формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с учащимися и взрослыми.

Практика: уметь использовать это общение в коллективе, развивая свои положительные качества.

Тема 4.2. Воспитание культурных привычек в процессе группового общения.

Теория: формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с учащимися и взрослыми.

Практика: уметь использовать это общение в коллективе, развивая свои положительные качества.

Тема 4.3. Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.

Теория: формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с учащимися и взрослыми

Практика: уметь использовать эти знания на практике.

Тема 4.4. Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.

Теория: формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с учащимися и взрослыми

Практика: уметь использовать эти знания на практике.

Тема 4.5. Формирование коммуникативных навыков через танец.

Теория: установление эмоционального контакта в процессе общения, различение эмоционального состояния во время исполнения танцев.

Практика: формирование и совершенствование навыков в процессе общения учащихся.

Тема 4.6. Формирование коммуникативных навыков через танец.

Теория: установление эмоционального контакта в процессе общения, различение эмоционального состояния во время исполнения танцев.

Практика: формирование и совершенствование навыков в процессе общения учащихся.

Тема 4.7. Круговой танец.

Теория: исполнение круговых танцев.

Практика: исполнение кругового танца, позволяет освободиться от всех комплексов - в кругу нет ведущего и ведомого, хорошо и плохо танцующего - все едины в своем желании совместной радости!

Тема 4.8. Круговой танец.

Теория: исполнение круговых танцев.

Практика: исполнение кругового танца, позволяет освободиться от всех комплексов - в кругу нет ведущего и ведомого, хорошо и плохо танцующего - все едины в своем желании совместной радости!

Раздел 5. Беседы по хореографическому искусству. (4 часа)

Тема 5.1. Хореография, как вид искусства.

Теория: овладение детьми духовными и культурными ценностями народов мира.

Практика: формирование слуховых представлений программного минимума произведений симфонического, балетного и других жанров музыкального искусства.

Тема 5.2. Роль фестивалей и конкурсов в развитии хореографического искусства.

Теория: овладение детьми духовными и культурными ценностями народов мира.

Практика: формирование слуховых представлений программного минимума произведений симфонического, балетного и других жанров музыкального искусства.

Тема 5.3. Ансамбль «Березка» - цикл танцев «Времена года».

Теория: Тема и содержание танцев "Березки" связаны с коренными, уходящим в глубь веков основами жизни народа и рождёнными поэтическими традициями.

Практика: танцы «Березки» раскрывают поэтическую сущность бытия, эстетические идеалы народа.

Тема 5.4. Эстрадный танец.

Теория: Разновидности эстрадного танца: акробатический, сюжетно-характерный танец, военная пляска, степ.

Практика: Танец как одна из основополагающих частей эстрадного театра.

Раздел 6. А збука классического танца. (25 часов)

Тема 6.1. Классический танец-основа основ хореографии.

Теория: терминология классического танца.

Практика: правильная постановка корпуса; рук, ног, головы.

Тема 6.2. Классический танец-основа основ хореографии.

Теория: терминология классического танца.

Практика: правильная постановка корпуса; рук, ног, головы.

Тема 6.3. Постановка корпуса. (плеч, головы, рук, ног).

Теория: методика объяснения основных элементов экзерсиса.

Практика: правильное выполнение упражнения.

Тема 6.4. Постановка корпуса. (плеч, головы, рук, ног).

Теория: методика объяснения основных элементов экзерсиса.

Практика: правильное выполнение упражнения.

Тема 6.5. Постановка корпуса. (плеч, головы, рук, ног).

Теория: методика объяснения основных элементов экзерсиса.

Практика: правильное выполнение упражнения.

Тема 6.6. Позиции ног: 1,2,3.

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движений.

Тема 6.7. Позиции ног: 1,2,3.

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.8. Движения и положения рук классического танца.

Теория: напряжение, сосредоточенное в предплечье, не должно переходить в кисти рук.

Практика: изучение позиции рук начинать на середине зала.

Тема 6.9. Движения и положения рук классического танца.

Теория: напряжение, сосредоточенное в предплечье, не должно переходить в кисти рук.

Практика: изучение позиции рук начинать на середине зала.

Тема 6.10. Пор де бра – движение рук по позициям.

Теория: многократное, равномерное музыкально точное исполнение пор де бра.

Практика: все формы пор де бра проучиваются, как отдельно, так и с другими элементами классического танца.

Тема 6.11. Пор де бра – движение рук по позициям.

Теория: многократное, равномерное музыкально точное исполнение пор де бра.

Практика: все формы пор де бра проучиваются, как отдельно, так и с другими элементами классического танца.

Тема 6.12. Понятие en dedan, en dehors

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движений.

Тема 6.13. Понятие en dedan, en dehors

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.14. Условные градусы: 25 ,45 ,90

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.15. Условные градусы: 25 ,45 ,90

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.16. Preparation для руки у станка

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.17. Preparation для руки у станка

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.18. Demi plie по 1, 2, 3 поз. ног (1т. 4/4)

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.19. Demi plie по 1, 2, 3 поз. ног (1т. 4/4)

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.20. Grand plie по 1,2,3 поз. ног (2т. 4/4, 1т. 4/4)

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.21. Grand plie по 1,2,3 поз. ног (2т. 4/4, 1т. 4/4)

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.22. Grand plie по 1,2,3 поз. ног (2т. 4/4, 1т. 4/4)

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.23. Battment tendu лицом к станку во все направления (1т. 2/4), одной рукой за палку (1т. 2/4, ¼).

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.24. Battment tendu лицом к станку во все направления (1т. 2/4), одной рукой за палку (1т. 2/4, ¼).

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.25. Battment tendu лицом к станку во все направления (1т. 2/4), одной рукой за палку (1т. 2/4, ¼).

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Раздел 7. Элементы народно-сценического танца. (25 часов)

Тема 7.1: История возникновения и развития русского народного танца

Теория: значение танца в жизни людей.

Практика: Просмотр видео роликов русских народных ансамблей/онлайн просмотр

Тема 7.2. Позиции рук в танце. Основные положения рук в русском танце

Теория: позиции рук в танце.

Практика: правильное исполнение движений и танцевальных элементов.

Тема 7.3. Раскрывание и закрывание рук.

Теория: выполнить раскрывание и закрывание рук, с переменной: одна рука открывается, другая одновременно с ней закрывается.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.3. Раскрывание и закрывание рук.

Теория: выполнить раскрывание и закрывание рук, с переменной: одна рука открывается, другая одновременно с ней закрывается.

Практика: обучение и применение знаний на практике

Тема 7.4. Поклоны.

Теория: простой поклон на месте; простой поклон с шагами вперед и отход назад; празднично-обрядовый хороводный поклон.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.5. Навыки обращения с платочком.

Теория:

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.6. Позиции ног в танце.

Теория: 1, 2, 3. Позиции ног

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.6. Позиции ног в танце.

Теория: 1, 2, 3 позиции ног.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.7. Основные шаги.

Теория: основные шаги: простой шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг с притопом; переменный шаг с каблука.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.9. Хоровод

Теория: характеристика и определение хоровода. Ход: шаркающий – скользящий. Постановка танца

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.10.Разновидность плясок. Притопы.

Теория: история развития пляски. Отличительные черты её исполнения.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.11.«Гармошка», «Елочка», «Припадание

Теория: методически правильное выполнение элементов.

Практика: Обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.12.Изучение основных элементов

Теория: Бег, «молоточки», «веревочка», «ковырялочка», «маятник», «моталочка», переборы.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.13: Изучение основных элементов

Теория: Бег, «молоточки», «веревочка», «ковырялочка», «маятник», «моталочка», переборы.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.14.Изучение основных элементов

Теория: Бег, «молоточки», «веревочка», «ковырялочка», «маятник», «моталочка», переборы.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.15.Изучение основных элементов

Теория: Бег, «молоточки», «веревочка», «ковырялочка», «маятник», «моталочка», переборы.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.16. «Гармошка», «Елочка», «Припадание

Теория: методически правильное выполнение элементов.

Практика: Обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.17. «Гармошка», «Елочка», «Припадание

Теория: методически правильное выполнение элементов.

Практика: Обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.18. Основные шаги.

Теория: основные шаги: простой шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг с притопом; переменный шаг с каблука.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.19. Основные шаги.

Теория: основные шаги: простой шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг с притопом; переменный шаг с каблука.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.20. «Гармошка», «Елочка», «Припадание

Теория: методически правильное выполнение элементов.

Практика: Обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.21. «Гармошка», «Елочка», «Припадание

Теория: методически правильное выполнение элементов.

Практика: Обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.22. Основные шаги.

Теория: основные шаги: простой шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг с притопом; переменный шаг с каблука.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.23. Основные шаги.

Теория: основные шаги: простой шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг с притопом; переменный шаг с каблука.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.24. Положения головы.

Теория: знать разные положения головы.

Практика: применять разные положения головы в танце.

Тема 7.25. Терминология, применяемая на занятии.

Теория: знание танцевальной терминологии.

Практика: применение в работе.

Раздел 8. Креативная гимнастика. (18 часов)

Тема 8.1. Ритмические, игровые упражнения, этюды.

Теория: развитие чувства ритма и координационно - двигательных способностей.

Практика: свободно, красиво и координационно правильно выполнение движений под музыку, соответственно её особенностям, характеру, ритму, темпу.

Тема 8.2. Ритмические, игровые упражнения, этюды.

Теория: развитие чувства ритма и координационно - двигательных способностей.

Практика: свободно, красиво и координационно правильно выполнение движений под музыку, соответственно её особенностям, характеру, ритму, темпу

Тема 8.3. Применение игровых технологий.

Теория: развитие чувства ритма и координационно - двигательных способностей.

Практика: свободно, красиво и координационно правильно выполнение движений под музыку, соответственно её особенностям, характеру, ритму, темпу

Тема 8.4. Ритмические, игровые упражнения, этюды.

Теория: нестандартные упражнения, специальные задания, творческие игры, направленные на развитие выдумки, инициативу учащихся.

Практика: применение различных упражнений и ритмических этюдов, с использованием нетрадиционных, разнообразных средств.

Тема 8.5. Развитие сообразительности, пластики, творческих способностей.

Теория: задания, тигры, направленные на развитие выдумки, творческой инициативы.

Практика: возможность свободного самовыражения и раскрепощённости.

Тема 8.6. Развитие сообразительности, пластики, творческих способностей.

Теория: задания, тигры, направленные на развитие выдумки, творческой инициативы.

Практика: возможность свободного самовыражения и раскрепощённости.

Тема 8.7. Развитие сообразительности, пластики, творческих способностей.

Теория: задания, тигры, направленные на развитие выдумки, творческой инициативы.

Практика: возможность свободного самовыражения и раскрепощённости.

Тема 8.8. Формирование свободы в творческом мышлении.

Теория: развитие художественного вкуса и творческого воображения.

Практика: возможность импровизации.

Тема 8.9. Формирование свободы в творческом мышлении.

Теория: развитие художественного вкуса и творческого воображения.

Практика: возможность импровизации.

Тема 8.10. Формирование свободы в творческом мышлении.

Теория: развитие художественного вкуса и творческого воображения.

Практика: возможность импровизации.

Тема 8.11. Формирование свободы в творческом мышлении.

Теория: развитие художественного вкуса и творческого воображения.

Практика: возможность импровизации.

Тема 8.12. Формирование внутреннего духовного мира учащегося.

Теория: создание ситуации успеха на занятии.

Практика: самоощущение, как индивидуальности.

Тема 8.13. Формирование внутреннего духовного мира учащегося.

Теория: создание ситуации успеха на занятии.

Практика: самоощущение, как индивидуальности.

Тема 8.14. Формирование внутреннего духовного мира учащегося.

Теория: создание ситуации успеха на занятии.

Практика: самоощущение, как индивидуальности.

Тема 8.15. Фитбол-аэробика.

Теория: координация движений, формирование правильной осанки, развитие прыгучести.

Практика: умение выполнять различные упражнения и танцевальные связки.

Тема 8.16. Фитбол-аэробика.

Теория: координация движений, формирование правильной осанки, развитие прыгучести.

Практика: умение выполнять различные упражнения и танцевальные связки.

Тема 8.17. Фитбол-аэробика.

Теория: координация движений, формирование правильной осанки, развитие прыгучести.

Практика: умение выполнять различные упражнения и танцевальные связки.

Тема 8.18. Фитбол-аэробика.

Теория: координация движений, формирование правильной осанки, развитие прыгучести.

Практика: умение выполнять различные упражнения и танцевальные связки.

Раздел 9. Вращения. (12 часов)

Тема 9.1. Техника поворота головы.

Теория: многократные повороты – основа вращения.

Практика: умение «держат точку».

Тема 9.2. Постановка работы головы.

Теория: многократные повороты – основа вращения.

Практика: умение «держат точку».

Тема 9.3. Постановка корпуса при вращении.

Теория: правильный выбор «оси вращения» при поворотах.

Практика: применение методики.

Тема 9.4. Постановка корпуса при вращении.

Теория: правильный выбор «оси вращения» при поворотах.

Практика: применение методики.

Тема 9.5. Положение рук во вращении.

Теория: методика объяснений поворота.

Практика: руки, корпус и голова должны составлять единое целое от начала вращения до самой остановки.

Тема 9.6. Положение рук во вращении.

Теория: методика объяснений поворота.

Практика: руки, корпус и голова должны составлять единое целое от начала вращения до самой остановки.

Тема 9.7. Виды preparations.

Теория: проучивание учебного preparation для подхода к вращениям по диагонали и по кругу

Практика: применение на практике различные способы для тех или иных вращений.

Тема 9.8. Виды вращений.

Теория: ознакомление в вращениями на месте, по диагонали, по кругу.

Практика: правильное выполнение методики поворотов.

Тема 9.9. Виды вращений.

Теория: ознакомление в вращениями на месте, по диагонали, по кругу.

Практика: правильное выполнение методики поворотов.

Тема 9.10. Бег в повороте на месте.

Теория: вращение выполняется слитно.

Практика: следить за правильным положением корпуса.

Тема 9.11. Вращения по диагонали.

Теория: все вращения выполнять слитно, добиваясь стремительности продвижения и четкости

исполнения.

Тема 9.12. Вращения по диагонали.

Теория: все вращения выполнять слитно, добиваясь стремительности продвижения и четкости исполнения.

Раздел 10. Прыжки. (12 часов)

Тема 10.1. Прыжок с двух ног на две. (соте по 1 позиции).

Теория: легкое, пружинное выполнение с сохранением исходной позиции ног в выворотном положении.

Практика: развитие прыгучести и легкости.

Тема 10.2. Прыжок с двух ног на две. (соте по 1 позиции).

Теория: легкое, пружинное выполнение с сохранением исходной позиции ног в выворотном положении.

Практика: развитие прыгучести и легкости.

Тема 10.3. Прыжки со сменой позиции ног.

Теория: Легкий, пружинный прыжок, с сохранением выворотности ног. Положение ног фиксируется в исходной позиции, и лишь при приземлении ноги возвращаются в другую позицию.

Практика: развитие прыгучести, легкости, методически правильного исполнения.

Тема 10.4. Прыжки со сменой позиции ног.

Теория: Легкий, пружинный прыжок, с сохранением выворотности ног. Положение ног фиксируется в исходной позиции, и лишь при приземлении ноги возвращаются в другую позицию.

Практика: развитие прыгучести, легкости, методически правильного исполнения.

Тема 10.5. Прыжки со сменой позиции ног.

Теория: Легкий, пружинный прыжок, с сохранением выворотности ног. Положение ног фиксируется в исходной позиции, и лишь при приземлении ноги возвращаются в другую позицию.

Практика: развитие прыгучести, легкости, методически правильного исполнения.

Тема 10.6. Прыжки на двух ногах «Змейкой».

Теория: разучивание прыжков на двух ногах.

Практика: развитие прыгучести

Тема 10.7. Подскоки на одной ноге с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).

Теория: необходимо знать, что приземляться нужно на носок и обязательно ставить пятку.

Практика: развитие прыгучести.

Тема 10.8. Подскоки на одной ноге с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).

Теория: необходимо знать, что приземляться нужно на носок и обязательно ставить пятку.

Практика: развитие прыгучести

Тема 10.9. Перескоки с ноги на ногу с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).

Теория: что приземляться нужно на носок и обязательно ставить пятку.

Практика: развитие прыгучести.

Тема 10.10. Перескоки с ноги на ногу с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).

Теория: что приземляться нужно на носок и обязательно ставить пятку.

Практика: развитие прыгучести.

Тема 10.11. Ноги вместе. Прыжки с небольшим продвижением вперед, как бы перепрыгивая через барьеры.

Теория: вытягивать в воздухе колени и стопы.

Практика: применение методики на практике.

Тема 10.12. Ноги вместе. Прыжки с небольшим продвижением вперед, как бы перепрыгивая через барьеры, поджимая ноги.

Методика: положение ног в воздухе должно быть как при сидении на стуле.

Практика: применение методики на практике.

Раздел 11. Партерная гимнастика. (12 часов)

Тема 11.1. Упражнения для развития выворотности, подвижности и укрепления связок голеностопного сустава, мышц голени и стопы.

Теория: упражнения на полу в разных позах, сидя, лёжа на животе и спине, направленные на растяжку всех мышц тела их укрепление их; на развитие гибкости в суставах.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.2. Упражнение № 1. Вытягивание и сокращение стоп. М/р. 2/4, 4/4.

Теория: упражнения на полу в разных позах, сидя, лёжа на животе и спине, направленные на растяжку всех мышц тела их укрепление их; на развитие гибкости в суставах.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.3: Упражнения для развития выворотности ног, подвижности коленного сустава.

Теория: развитие подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.2. Вытягивание стоп и расслабление. М/р. 2/4, 4/4.

Теория: улучшение гибкости коленных суставов.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.3. Разворот стоп в выворотное положение. М/р. 2/4, 4/4.

Теория: укрепление мышц ног, выработка их выворотности.

Тема 11.4. Круговое движение стопами. М/р. 2/4, 4/4.

Теория: развитие подвижности голеностопного сустава растяжение ахиллового сухожилия, развитие выворотности в 1 позиции.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.5. Поднимание ног с одновременным сокращением и выпрямлением стоп. М/р. 2/4, 4/4.

Теория: укрепление мышц брюшного пресса, выработка выворотности ног.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.6. 5. Сгибание корпуса вперед в I позицию (усложненный вариант). М/р. $\frac{3}{4}$ (32 такта)

Теория: развитие выворотности стопы, бедра и гибкости корпуса вперед.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.7. Покачивание на стопах. М/р. $\frac{3}{4}$ (32 такта)

Теория: обучение вытянутости ноги в стопе.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.8. Развитие выворотности и подвижности коленного тазобедренного суставов. Развитие мышц бедра. «Бабочка».

Теория: развитие выворотности и подвижности тазобедренного сустава.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.9. «Лягушка». Муз/р. $\frac{3}{4}$, 4/4.

Теория: развитие верхней выворотности.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.10. «Солнышко» Муз/р. $\frac{3}{4}$, 4/4.

Теория: развитие эластичности мышц ног, выворотность.

Практика: умение правильно выполнять упражнение.

Тема 11.11. «Махи ногами стоя на коленях». Муз/р. 2/4.

Теория: развитие силы ног, эластичность бедра.

Практика: умение правильно выполнять упражнение.

Тема 11.12. «Шпагат» в сторону Муз/р. $\frac{3}{4}$ (32 такта)

Теория: упражнение направлено на развитие выворотности бедер.

Практика: умение правильно выполнять упражнение.

Раздел 12. Элементы акробатики. (12 часов)

Тема 12.1. Перекаты.

Теория: вращательное движение тела с последовательным касанием опоры без переворачивания через голову.

Практика: начинать с перекатов вправо (влево), назад и вперед в группировке.

Тема 12.2. Мосты.

Теория: мост - крутой прогиб назад с опорой на ступни ног.

Практика: технически правильное выполнения упражнения.

Тема 12.3. Мосты.

Теория: мост - крутой прогиб назад с опорой на ступни ног.

Практика: технически правильно выполнения движения.

Тема 12.4. Мост на одну руку.

Теория: в положении моста (на обеих руках) передать тяжесть тела на одну руку, другую поднять вперед.

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.5. Равновесие «Ласточка»

Теория: это статическое положение, при котором исполнитель стоит на одной ноге.

Практика: тело наклонено вперед в прогнутом положении, свободная нога поднята не ниже уровня плеч.

Тема 12.6. Шпагáт

Теория: положение тела, при котором расставленные в противоположных направлениях ноги находятся на одной линии, а внутренние линии бёдер образуют угол в 180 градусов.

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.7. Виды шпагата: поперечный.

Теория: самый сложный, ноги разведены в стороны.

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.8. Виды шпагата: поперечный.

Теория: самый сложный, ноги разведены в стороны.

Тема 12.9. Продольный.

Теория: продольный: левосторонний – левая нога впереди, правая – позади туловища; правосторонний – наоборот;

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.10. Продольный.

Теория: продольный: левосторонний – левая нога впереди, правая – позади туловища; правосторонний – наоборот;

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.11. Стойки.

Теория: статическое вертикальное положение, при котором исполнитель находится вверх ногами: на лопатках, голове, предплечьях, руках.

Практика: точностью принятия заданной позы (выход в стойку) и прочностью ее фиксации не менее 3-х секунд.

Тема 12.12. Переворот боком (колесо)

Теория: корпус должен быть прямым, без прогиба в пояснице. Руки все время прямые, ноги тоже.

Практика: технически правильно выполнение движения.

Раздел 13. Композиция, постановка танца. (14 часов)

Тема 13.1. Что такое – «Композиция танца».

Теория: коллективная творческая деятельность, предполагающая определенный уровень подготовки учащихся.

Практика: репетиционная работа.

Тема 13.2. Разбор драматургии (содержания) танца, музыки.

Теория: разбор танцевальных движений, образующих единое целое – композицию танца.

Практика: работа над КПП танца: драматургией, музыкой, движением, рисунком танца.

Тема 13.3. Знакомство с танцем «Вперед, Россия», «Меня так тянет хулиганить».

Теория: разбор танцевальных движений, образующих единое целое – композицию танца.

Практика: сохранение характера и стиля, присущих каждому танцу

Практика: работа над КПП танца: драматургией, музыкой, движением, рисунком танца.

Тема 13.4. Знакомство с танцем «Вперед, Россия», «Меня так тянет хулиганить».

Теория: разбор танцевальных движений, образующих единое целое – композицию танца.

Практика: работа над КПП танца: драматургией, музыкой, движением, рисунком танца.

Тема 13.5. Знакомство с танцем «Вперед, Россия», «Меня так тянет хулиганить».

Теория: разбор танцевальных движений, образующих единое целое – композицию танца.

Практика: работа над КПП танца: драматургией, музыкой, движением, рисунком танца.

Тема 13.6. Знакомство с танцем «Вперед, Россия», «Меня так тянет хулиганить».

Теория: разбор танцевальных движений, образующих единое целое – композицию танца.

Практика: работа над КПП танца: драматургией, музыкой, движением, рисунком танца.

Тема 13.7. Разбор драматургии (содержания) танца, музыки.

Теория: методически правильное выполнение движений, связок.

Практика: будут знать начало, вступление танца.

Тема 13.8. Разбор движения, поз, танцевальных рисунков в танцах.

Теория: методически правильное выполнение движений, связок.

Практика: будут знать начало, вступление танца.

Тема 13.9. Разбор движения, поз, танцевальных рисунков в танцах.

Теория: методически правильное выполнение движений, связок.

Практика: отработка движений.

Тема 13.10. Разбор движения, поз, танцевальных рисунков в танцах.

Теория: методически правильное выполнение движений, связок.

Практика: отработка движений.

Тема 13.11. Разбор движения, поз, танцевальных рисунков в танцах.

Теория: методически правильное выполнение движений, связок.

Практика: применение жестикуляции, мимики, поз в танцевальных движениях.

Тема 13.12. Разбор движения, поз, танцевальных рисунков в танцах.

Теория: методически правильное выполнение движений, связок.

Практика: применение жестикуляции, мимики, поз в танцевальных движениях.

Тема 13.13. Соединение танцевальных движений с музыкой.

Теория: разбор танцевальных движений под счет. Соединение с музыкой.

Практика: применение жестикуляции, мимики, поз в танцевальных движениях.

Тема 13.14. Соединение танцевальных движений с музыкой.

Теория: разбор танцевальных движений под счет. Соединение с музыкой.

Практика: применение жестикуляции, мимики, поз в танцевальных движениях.

Тема 14. Репетиционная деятельность. (12 часов).

Тема 14.1. Репетиция танца «Вперед, Россия», «Меня так тянет хулиганить».

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.2: Репетиция танца. «Вперед, Россия», «Меня так тянет хулиганить»

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.3. Репетиция танца. «Вперед, Россия», «Меня так тянет хулиганить»

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.4. Репетиция танца. «Вперед, Россия», «Меня так тянет хулиганить»

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.5. Репетиция танца. «Вперед, Россия», «Меня так тянет хулиганить»

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.6. Репетиция танца. «Вперед, Россия», «Меня так тянет хулиганить»

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.7. Репетиция танца. «Вперед, Россия», «Меня так тянет хулиганить»

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.8. Репетиция танца. «Белые панамки».

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.9. Репетиция танца. «Белые панамки».

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.10. Репетиция танца. «Белые панамки».

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.11. Репетиция танца. «Белые панамки».

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.12. Репетиция танца. «Белые панамки».

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 15. Концертная деятельность (5 часа).

Тема 15.1. Концертная деятельность.

Теория: Планирование и организация выступлений коллектива.

Практика: подведение итогов работы.

Тема 15.2. Концертная деятельность.

Теория: Планирование и организация выступлений коллектива.

Практика: подведение итогов работы.

Тема 15.3. Концертная деятельность.

Теория: Планирование и организация выступлений коллектива.

Практика: подведение итогов работы.

Тема 15.4. Концертная деятельность.

Теория: Планирование и организация выступлений коллектива.

Практика: подведение итогов работы.

Тема 15.5. Концертная деятельность.

Теория: Планирование и организация выступлений коллектива.

Практика: подведение итогов работы.

Тема 16. Рубежный контроль.

Теория: контроль и оценка результатов освоения программы.

Практика: мониторинг учебно-воспитательного процесса.

№ п/п	Дата проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма текущего контроля/промежуточной аттестации
Раздел 1. Введение. (2 часа)					
1		Хореография – как гармоничное развитие личности. Беседа по технике безопасности. Правила поведения в зале и на сцене.	1	Беседа	Опрос, беседа
2		Знакомство с детьми. Вводный контроль.	1	Беседа, тестирование	Диагностика
Раздел 2. Развитие эмоциональной выразительности и творчества посредством игр. (9 часов)					
1		Игровые упражнения для развития эмоциональной сферы учащихся на уроках хореографии.	1	Занятие-игра	Наблюдение
2		Танцевальные элементы на постановку корпуса.	1	Практика	Опрос, наблюдение
3		Основы актерского мастерства.	1	Практика	Наблюдение
4		Разминка с творческим заданием.	1	Занятие-игра	Наблюдение
5		Эмоциональные состояния.	1	практика	Наблюдение
6		Подвижные игры на финал урока.	1	Подвижные игры	Наблюдение
7		Умение создать выразительный художественный образ.	1	Занятие-игра	Наблюдение
8		Техническое развитие танцевального движения.	1	Практика	Наблюдение
9		Развитие эмоциональной сферы учащегося, обогащение ее новым опытом переживания музыки, движения, восприятия визуального материала (живопись, архитектура, скульптура, графика)	1	Эмоциональный практикум	Наблюдение
Раздел 3. Музыкально-ритмическая деятельность. (10 часов)					
1		Музыкальный жанр: маор, танец, песня.	1	Практика	Опрос, наблюдение
2		Музыкальное вступление и начало движения.	1	Занятие-игра	Терминологический диктант
3		Музыкальное вступление и начало движения.	1	Практика	Терминологический диктант
4		Музыкальные темпы: медленный, быстрый, умеренный.	1	Практика	Терминологический диктант
5		Музыкальные темпы: медленный, быстрый, умеренный.	1	Практика	Терминологический диктант
6		Характер музыки.	1	Практика	Терминологический диктант
7		Музыкально-ритмические упражнения.	1	Практика	Терминологический диктант
8		Музыкально-практические упражнения.	1	Практика	Терминологический диктант
9		Развитие двигательных навыков – исполнение несложных элементов.	1	Практика	Наблюдение
10		Ориентировка в пространстве на координацию движений.	1	Практика	Наблюдение
Раздел 4. Развитие нравственно-коммуникативных качеств. (8 часов)					

1		Воспитание культурных привычек в процессе группового общения.	1	Беседа	Опрос
2		Воспитание культурных привычек в процессе группового общения.	1	Беседа	Наблюдение
3		Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.	1	Беседа	Наблюдение
4		Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.	1	Беседа	Наблюдение
5		Формирование коммуникативных навыков через танец.	1	Занятие-игра	Наблюдение
6		Формирование коммуникативных навыков через танец.	1	Занятие-игра	Наблюдение
7		Круговой танец	1	Занятие-игра	Наблюдение
8		Круговой танец	1	Занятие-игра	Наблюдение
Раздел 5. Беседы по хореографическому искусству. (2 часа)					
1		Хореография, как вид искусства.	1	Беседа	Опрос
2		Роль фестивалей и конкурсов в развитии хореографического искусства.	1	Беседа	Опрос
Раздел 6. Азбука классического танца. (25 часов)					
1		Классический танец-основа основ хореографии..	1	Практика	Наблюдение
2		Классический танец-основа основ хореографии.	1	Практика	Наблюдение
3		Постановка корпуса. (плеч, головы, рук, ног).	1	Практика	Наблюдение
4		Постановка корпуса. (плеч, головы, рук, ног).	1	Практика	Наблюдение
5		Постановка корпуса. (плеч, головы, рук, ног).	1	Практика	Наблюдение
6		Позиции ног: 1,2,3.	1	Практика	Наблюдение
7		Позиции ног: 1,2,3.	1	Практика	Наблюдение
8		Движения и положения рук классического танца.	1	Практика	Наблюдение
9		Движения и положения рук классического танца.	1	Практика	Наблюдение
10		Пор де бра – движение рук по позициям.	1	Практика	Наблюдение
11		Пор де бра – движение рук по позициям.	1	Практика	Наблюдение
12		Понятие en dedan, en dehors	1	Практика	Наблюдение
13		Понятие en dedan, en dehors	1	Практика	Наблюдение
14		Условные градусы: 25 ,45 ,90	1	Практика	Наблюдение
15		Условные градусы: 25 ,45 ,90	1	Практика	Наблюдение
16		Preparation для руки у станка	1	Практика	Наблюдение
17		Preparation для руки у станка	1	Практика	Наблюдение

18		Demi plie по 1, 2, 3 поз. ног (1т. 4/4)	1	Практика	Наблюдение
19		Demi plie по 1, 2, 3 поз. ног (1т. 4/4)	1	Практика	Наблюдение
20		Grand plie по 1,2,3 поз. ног (2т. 4/4, 1т. 4/4)	1	Практика	Наблюдение
21		Grand plie по 1,2,3 поз. ног (2т. 4/4, 1т. 4/4)	1	Практика	Наблюдение
22		Grand plie по 1,2,3 поз. ног (2т. 4/4, 1т. 4/4)	1	Практика	Наблюдение
23		Battment tendu лицом к станку во все направления (1т. 2/4), одной рукой за палку (1т. 2/4, ¼).	1	Практика	Наблюдение
24		Battment tendu лицом к станку во все направления (1т. 2/4), одной рукой за палку (1т. 2/4, ¼).	1	Практика	Наблюдение
25		Battment tendu лицом к станку во все направления (1т. 2/4), одной рукой за палку (1т. 2/4,	1	Практика	Наблюдение
Раздел 7. Элементы народно-сценического танца. (25 часов)					
1		История возникновения и развития русского народного танца.	1	Практика	Опрос
2		Позиции рук в танце. Основные положения рук в русском танце.	1	Практика	Наблюдение
3		Раскрывание и закрывание рук.	1	Практика	Наблюдение
4		Поклоны.	1	Практика	Наблюдение
5		Навыки обращения с платочком.	1	Практика	Наблюдение
6		Позиции ног в танце.	1	Практика	Наблюдение
7		Позиции ног в танце.	1	Практика	Наблюдение
8		Основные шаги.	1	Практика	Наблюдение
9		Основные шаги.	1	Практика	Наблюдение
10		Хоровод.	1	Практика	Наблюдение
11		Разновидность плясок, притопы.	1	Практика	Наблюдение
12		«Гармошка», «Елочка», «Припадание».	1	Практика	Наблюдение
13		Изучение основных танцевальных элементов.	1	Практика	Наблюдение
14		Изучение основных танцевальных элементов.	1	Практика	Наблюдение
15		Изучение основных танцевальных элементов.	1	Практика	Наблюдение
16		«Гармошка». «Елочка».»Припадание».	1	Практика	Наблюдение
17		«Гармошка», «Елочка». «Припадание».	1	Практика	Наблюдение
18		Основные шаги.	1	Практика	Наблюдение
19		Основные шаги.	1	Практика	Наблюдение
20		«Гармошка», «Елочка», «Припадание	1	Практика	Наблюдение
21		«Гармошка», «Елочка», «Припадание	1	Практика	Наблюдение
22		Основные шги.	1	Практика	Наблюдение
23		Основные шаги	1	Практика	Наблюдение

24		Положение головы	1	Практика	Наблюдение
25		Терминология, применяемая на занятии.	1	Практика	Терминологический диктант
Раздел 8. Креативная гимнастика. (18 часов)					
1		Ритмические, игровые упражнения, этюды.	1	Занятие-игра	Наблюдение
2		Ритмические, игровые упражнения, этюды.	1	Занятие-игра	Наблюдение
3		Применение игровых технологий.	1	Занятие-игра	Наблюдение
4		Ритмические, игровые упражнения, этюды.	1	Закрепление	Наблюдение
5		Развитие сообразительности, пластики, творческих способностей.	1	Практика	Наблюдение
6		Развитие сообразительности, пластики, творческих способностей.	1	Практика	Наблюдение
7		Развитие сообразительности, пластики, творческих способностей.	1	Практика	Наблюдение
8		Развитие сообразительности, пластики, творческих способностей.	1	Практика	Наблюдение
9		Формирование свободы в творческом мышлении.	1	Практика	Наблюдение
10		Формирование свободы в творческом мышлении.	1	Практика	Наблюдение
11		Формирование свободы в творческом мышлении.	1	Практика	Наблюдение
12		Формирование внутреннего духовного мира учащегося.	1	Практика	Наблюдение
13		Формирование внутреннего духовного мира учащегося.	1	Практика	Наблюдение
14		Формирование внутреннего духовного мира учащегося.	1	Практика	Наблюдение
15		Фитбол-аэробика	1	Занятие игра	Наблюдение
16		Фитбол-аэробика	1	Занятие игра	Наблюдение
17		Фитбол-аэробика	1	Занятие игра	Наблюдение
18		Фитбол-аэробика	1	Занятие-игра	Наблюдение
Раздел 9. Вращения (12 часов)					
1		Техника поворота головы.	1	Практика	Наблюдение
2		Постановка работы головы.	1	Практика	Наблюдение
3		Постановка корпуса при вращении	1	Практика	Наблюдение
4		Постановка корпуса при вращении	1	Практика	Наблюдение
5		Положение рук во вращении.	1	Практика	Наблюдение
6		Положение рук во вращении.	1	Практика	Наблюдение
7		Виды preparations.	1	Практика	Наблюдение
8		Виды preparations.	1	Практика	Наблюдение
9		Виды вращений.	1	Практика	Наблюдение
10		Бег в повороте на месте.	1	Практика	Наблюдение
11		Бег в повороте на месте.	1	Практика	Наблюдение
12		Вращения по диагонали.	1	Практика	Наблюдение
Раздел 10. Прыжки (12 часов)					
1		Прыжок с двух ног на две.(соте по 1 поз.)	1	Практика	Наблюдение
2		Прыжок с двух ног на две (соте)	1	Практика	Наблюдение

		по 1 поз).			
3		Прыжки со сменой позиции ног.	1	Практика	Наблюдение
4		Прыжки со сменой позиции ног.	1	Практика	Наблюдение
5		Прыжки со сменой позиции ног.	1	Практика	Наблюдение
6		Прыжки на двух ногах «Змейкой»	1	Практика	Наблюдение
7		Подскоки на одной ноге с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).	1	Практика	Наблюдение
8		Подскоки на одной ноге с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).	1	Практика	Наблюдение
9		Перескоки с ноги на ногу с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).	1	Практика	Наблюдение
10		Перескоки с ноги на ногу с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).	1	Практика	Наблюдение
11		Ноги вместе. Прыжки с небольшим продвижением вперед, как бы перепрыгивая через барьеры, поджимая ноги.	1	Практика	Наблюдение
12		Ноги вместе. Прыжки с небольшим продвижением вперед, как бы перепрыгивая через барьеры, поджимая ноги.	1	Практика	Наблюдение
Раздел 11. Партерная гимнастика. (12 часов)					
1		Упражнения для развития выворотности, подвижности и укрепления связок голеностопного сустава, мышц голени и стопы.	1	Практика	Наблюдение
2		Вытягивание и сокращение стоп. М/р. 2/4, 4/4.	1	Практика	Наблюдение
3		Упражнения для развития выворотности ног, подвижности коленного сустава.	1	Практика	Наблюдение
4		Вытягивание стоп и расслабление. М/р. 2/4, 4/4.	1	Практика	Наблюдение
5		Разворот стоп в выворотное положение. М/р. 2/4, 4/4.	1	Практика	Наблюдение
6		Круговое движение стопами. М/р. 2/4, 4/4.	1	Практика	Наблюдение
7		Покачивание на стопах. М/р. $\frac{3}{4}$ (32 такта)	1	Практика	Наблюдение
8		Развитие выворотности и подвижности коленного тазобедренного суставов. Развитие мышц бедра. «Бабочка».	1	Практика	Наблюдение
9		«Лягушка». Муз/р. $\frac{3}{4}$, 4/4	1	Практика	Наблюдение
10		«Солнышко» Муз/р. $\frac{3}{4}$, 4/4.	1	Практика	Наблюдение
11		«Махи ногами стоя на коленях». Муз/р. 2/4.	1	Практика	Наблюдение
12		«Шпагат» в сторону Муз/р. $\frac{3}{4}$ (32 такта)	1	Практика	Наблюдение
Раздел 12. Элементы акробатики. (12 часов)					
1		Перекаты	1	Практика	Наблюдение
2		Мосты	1	Практика	Наблюдение

3		Мост на одну руку	1	Практика	Наблюдение
4		Равновесие «Ласточка»	1	Практика	Наблюдение
5		Шпагат	1	Практика	Наблюдение
6		Виды шпагата: поперечный	1	Практика	Наблюдение
7		Продольный	1	Практика	Наблюдение
8		Вертикальный поперечный или продольный шпагат.	1	Практика	Наблюдение
9		Стойки	1	Практика	Наблюдение
10		Стойки	1	Практика	Наблюдение
11		<i>Стойка на лопатках «берёзка»</i>	1	Практика	Наблюдение
12		Переворот боком (колесо)	1	Практика	Наблюдение
Раздел 13. Композиция, постановка танца. (14 часов)					
2		Разбор драматургии (содержания) танца, музыки.	1	Отрабатывание движений	
3		Знакомство с танцем «Вперед, Россия», «Меня так тянет хулиганить».	1	Отрабатывание движений	Наблюдение
4		Знакомство с танцем «Вперед, Россия», «Меня так тянет хулиганить».	1	Отрабатывание движений	Наблюдение
5		Знакомство с танцем «Вперед, Россия», «Меня так тянет хулиганить».	1	Отрабатывание движений	Наблюдение
6		Знакомство с танцем «Вперед, Россия», «Меня так тянет хулиганить».	1	Отрабатывание движений	Наблюдение
7		Разбор драматургии (содержания) танца, музыки.	1	Отрабатывание движений	Наблюдение
8		Разбор движения, поз, танцевальных рисунков в танцах.	1	Отрабатывание движений	Наблюдение
9		Разбор движения, поз, танцевальных рисунков в танцах.	1	Отрабатывание движений	Наблюдение
10		Разбор движения, поз, танцевальных рисунков в танцах.	1	Отрабатывание движений	Наблюдение
11		Разбор движения, поз, танцевальных рисунков в танцах.	1	Отрабатывание движений	Наблюдение
12		Разбор движения, поз, танцевальных рисунков в танцах.	1	Отрабатывание движений	Наблюдение
13		Соединение танцевальных движений с музыкой.	1	Практика	Наблюдение
14		Соединение танцевальных движений с музыкой.	1	Практика	Наблюдение
Раздел 14. Репетиционная деятельность. (12 часов)					
1		Репетиция танца. «Вперед, Россия», «Меня так тянет хулиганить»	1	Репетиция	Наблюдение
2		Репетиция танца. «Вперед, Россия», «Меня так тянет хулиганить»	1	Репетиция	Наблюдение
3		Репетиция танца. «Вперед, Россия», «Меня так тянет хулиганить»	1	Репетиция	Наблюдение
4		Репетиция танца. «Вперед, Россия», «Меня так тянет хулиганить»	1	Репетиция	Наблюдение

		хулиганить»			
5		Репетиция танца. «Вперед, Россия», «Меня так тянет хулиганить»	1	Репетиция	Наблюдение
6		Репетиция танца. «Вперед, Россия», «Меня так тянет хулиганить»	1	Репетиция	Наблюдение
7		Репетиция танца. «Вперед, Россия», «Меня так тянет хулиганить»	1	Репетиция	Наблюдение
8		Репетиция танца. «Белые панамки».	1	Репетиция	Наблюдение
9		Репетиция танца. «Белые панамки».	1	репетиция	Наблюдение
10		Репетиция танца. «Белые панамки».	1	репетиция	Наблюдение
11		Репетиция танца «Белые панамки»	1	репетиция	Наблюдение
12		Репетиция танца «Белые панамки»	1	репетиция	Наблюдение
Раздел 15. Концертная деятельность.			(2 часа)		
1		Концертная деятельность.	1	репетиция	Выступление
2		Концертная деятельность.	1	репетиция	Концерт

Модуль «Фантазеры»

Раздел 1. Введение. (2 часа)

Тема 1.1. Хореография – как гармоничное развитие личности

Теория: вводный общий инструктаж по технике безопасности во время занятий. Правила поведения в зале и на сцене.

Практика: комплектование группы.

Тема 1.2. Вводный контроль.

Теория: диагностика уровня освоения программы.

Практика: определение уровня индивидуального развития.

Раздел 2. Развитие эмоциональной выразительности и творчества. (6 ч)

Тема 2.1. Игровые упражнения для развития эмоциональной сферы учащихся на уроках хореографии.

Теория: проучивание упражнений и игр на развитие эмоциональной выразительности.

Практика: приобретение эмоционального заряда, уверенности в себе; снятие зажима, закрепощения; развитие фантазии и сплочения детского коллектива.

Тема 2.2. Танцевальные элементы на постановку корпуса.

Теория: представление о понятии «актерское мастерство».

Практика: использование эмоционального состояния в танце.

Тема 2.3. Основы актерского мастерства.

Теория: совокупность музыки, движений, актерского мастерства.

Практика: применение эмоциональной выразительности.

Тема 2.4. Разминка с творческим заданием.

Теория: искусство сценического действия.

Практика: применение эмоциональной выразительности.

Тема 2.5. Эмоциональные состояния.

Теория: развитие эмоционального состояния.

Практика: использовать эмоциональные состояния в танце.

Тема 2.6. Умение создать выразительный художественный образ.

Теория: постановка перед учащимися художественно-творческих задач.

Практика: использование игр, творческих заданий, комплексов упражнений для мышц лица.

Раздел 3. Музыкально-ритмическая деятельность. (20 часов)

Тема 3.1. Музыкальный жанр: марш, танец, песня.

Теория: основа музыки – марш, танец, песня.

Практика: умение воспринимать и анализировать особенности разных жанров.

Тема 3.2. Музыкальное вступление и начало движения.

Теория: целостно воспринимать музыкальное произведение, самостоятельно выделяя вступление и окончание музыки.

Практика: самостоятельно начинать движение после музыкального вступления.

Тема 3.3. Музыкальное вступление и начало движения.

Теория: целостно воспринимать музыкальное произведение, самостоятельно выделяя вступление и окончание музыки.

Практика: самостоятельно начинать движение после музыкального вступления.

Тема 3.4. Музыкальные темпы: медленный, быстрый, умеренный.

Теория: темп, метроритм – определение сильной и слабой доли хлопком, притопом.

Практика: передача ритмического рисунка в движении.

Тема 3.5. Музыкальные темпы: медленный, быстрый, умеренный.

Теория: темп, метроритм – определение сильной и слабой доли хлопком, притопом.

Практика: передача ритмического рисунка в движении.

Тема 3.6. Характер музыки.

Теория: работа над рисунком музыки.

Практика: различать части музыки.

Тема 3.7. Музыкально – ритмические упражнения.

Теория: основные движения (различные виды ходьбы, бега, поскоков, боковой галоп).

Практика: ходьба в свободном направлении в ровном ритме, с координацией движений рук и ног, на полу пальцах и на пятках, с ускорением и замедлением темпа, с высоким подниманием колен.

Тема 3.8. Музыкально – ритмические упражнения.

Теория: основные движения (различные виды ходьбы, бега, поскоков, боковой галоп).

Практика: ходьба в свободном направлении в ровном ритме, с координацией движений рук и ног, на полу пальцах и на пятках, с ускорением и замедлением темпа, с высоким подниманием колен.

Тема 3.9. Развитие двигательных навыков - исполнение несложных элементов

Теория: знакомство с элементами танца и простыми танцевальными движениями: шаги танцевальные с носка, простой шаг вперед, переменный шаг вперед.

Практика: разучивание плясок, хороводов.

Тема 3.10. Ориентировка в пространстве на координацию движений.

Теория: пространственные ощущения.

Практика: обучение ориентировки в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.

Тема 3.11. Ориентировка в пространстве на координацию движений.

Теория: пространственные ощущения.

Практика: обучение ориентировки в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.

Тема 3.12. Логоритмика.

Теория: упражнения на координацию действий, ориентацию в пространстве и внимания.

Практика: правильное сочетание всех составляющих логоритмических упражнений.

Тема 3.13. Логоритмика.

Теория: упражнения на координацию действий, ориентацию в пространстве и внимания.

Практика: правильное сочетание всех составляющих логоритмических упражнений.

Тема 3.14. Ритмические движения. «Ритмическое эхо».

Теория: ритмический рисунок, который повторяется: хлопками в ладоши, притопыванием ног и т.д.

Практика: методически правильное исполнение хлопков.

Тема 3.15. Ритмические движения. «Ритмическое эхо».

Теория: ритмический рисунок, который повторяется: хлопками в ладоши, притопыванием ног и т.д.

Практика: методически правильное исполнение хлопков.

Тема 3.16. Ритмические движения. «Ритмическое эхо».

Теория: ритмический рисунок, который все должны повторить: хлопками в ладоши, притопыванием ног.

Практика: методически правильное исполнение хлопков.

Тема 3.17. Ритмическая импровизация.

Теория: упражнение – повтори ритм.

Практика: умение создать и повторить определенный ритм.

Тема 3.18. Ритмическая импровизация.

Теория: упражнение – повтори ритм.

Практика: умение создать и повторить определенный ритм.

Тема 3.19. Ритмическая импровизация.

Теория: упражнение – повтори ритм.

Практика: умение создать и повторить определенный ритм.

Тема 3.20. Ритмическая импровизация.

Теория: упражнение – повтори ритм.

Практика: умение создать и повторить определенный ритм.

Раздел 4. Развитие нравственно-коммуникативных качеств. (2 часа)

Тема 4.1. Воспитание культурных привычек в процессе группового общения.

Теория: формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с учащимися и взрослыми.

Практика: уметь использовать это общение в коллективе, развивая свои положительные качества.

Тема 4.2. Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.

Теория: формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с учащимися и взрослыми

Практика: уметь использовать эти знания на практике.

Раздел 5. Беседы по хореографическому искусству. (2 часа)

Тема 5.1. Хореография, как вид искусства.

Теория: овладение детьми духовными и культурными ценностями народов мира.

Практика: формирование слуховых представлений программного минимума произведений симфонического, балетного и других жанров музыкального искусства.

Тема 5.2. Роль фестивалей и конкурсов в развитии хореографического искусства.

Теория: овладение детьми духовными и культурными ценностями народов мира.

Практика: формирование слуховых представлений программного минимума произведений симфонического, балетного и других жанров музыкального искусства.

Раздел 6. А збука классического танца. (19 часов)

Тема 6.1. Классический танец-основа основ хореографии.

Теория: терминология классического танца.

Практика: правильная постановка корпуса; рук, ног, головы.

Тема 6.2. Постановка корпуса. (плеч, головы, рук, ног).

Теория: методика объяснения основных элементов экзерсиса.

Практика: правильное выполнение упражнения.

Тема 6.3. Позиции ног: 1,2,3.

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движений.

Тема 6.4. Позиции ног: 1,2,3.

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.5. Движения и положения рук классического танца.

Теория: напряжение, сосредоточенное в предплечье, не должно переходить в кисти рук.

Практика: изучение позиции рук начинать на середине зала.

Тема 6.6. Пор де бра – движение рук по позициям.

Теория: многократное, равномерное музыкально точное исполнение пор де бра.

Практика: все формы пор де бра проучиваются, как отдельно, так и с другими элементами классического танца.

Тема 6.7. Понятие en dedan, en dehors

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движений.

Тема 6.8. Условные градусы: 25 ,45 ,90

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.9. Préparation для руки у станка

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.10. Préparation для руки у станка

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.11. Demi plié по 1, 2, 3 поз. ног (1т. 4/4)

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.12. Demi plié по 1, 2, 3 поз. ног (1т. 4/4)

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.13. Grand plié по 1,2,3 поз. ног (2т. 4/4, 1т. 4/4)

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.14. Grand plié по 1,2,3 поз. ног (2т. 4/4, 1т. 4/4)

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.15. Battment tendu лицом к станку во все направления (1т. 2/4), одной рукой за палку (1т. 2/4, ¼).

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.16. Battment tendu лицом к станку во все направления (1т. 2/4), одной рукой за палку (1т. 2/4, ¼).

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.17. Battment tendu лицом к станку во все направления (1т. 2/4), одной рукой за палку (1т. 2/4, ¼).

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.18. Grand plié по 1,2,3 поз. ног (2т. 4/4, 1т. 4/4)

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Тема 6.19. Préparation для руки у станка

Теория: показ и объяснение выполняемого движения.

Практика: освоение и отработка движения.

Раздел 7. Элементы народно-сценического танца. (19 часов)

Тема 7.1: История возникновения и развития русского народного танца

Теория: Значение танца в жизни людей.

Практика: Просмотр видео роликов русских народных ансамблей/онлайн просмотр

Тема 7.2. Позиции рук в танце. Основные положения рук в русском танце

Теория: позиции рук в танце.

Практика: правильное исполнение движений и танцевальных элементов.

Тема 7.3. Раскрывание и закрывание рук.

Теория: выполнить раскрывание и закрывание рук, с переменной: одна рука открывается, другая одновременно с ней закрывается.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.4. Поклоны.

Теория: простой поклон на месте; простой поклон с шагами вперед и отход назад; празднично-обрядовый хороводный поклон.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.5. Навыки обращения с платочком.

Теория:

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.6. Позиции ног в танце.

Теория: 1, 2, 3 позиции ног.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.7. Позиции ног в танце.

Теория: 1, 2, 3 позиции ног.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.8. Основные шаги.

Теория: основные шаги: простой шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг с притопом; переменный шаг с каблука.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.9. Основные шаги.

Теория: основные шаги: простой шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг с притопом; переменный шаг с каблука.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.10. Хоровод

Теория: характеристика и определение хоровода. Ход: шаркающий – скользящий. Постановка танца

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.11.Разновидность плясок. Притопы.

Теория: история развития пляски. Отличительные черты её исполнения.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.12.«Гармошка», «Елочка», «Припадание

Теория: методически правильное выполнение элементов.

Практика: Обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.13.Изучение основных элементов

Теория: Бег, «молоточки», «веревочка», «ковырялочка», «маятник», «моталочка», переборы.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.14.Изучение основных элементов

Теория: Бег, «молоточки», «веревочка», «ковырялочка», «маятник», «моталочка», переборы.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.15.Изучение основных элементов

Теория: Бег, «молоточки», «веревочка», «ковырялочка», «маятник», «моталочка», переборы.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.16. «Гармошка», «Елочка», «Припадание

Теория: методически правильное выполнение элементов.

Практика: Обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.17. «Гармошка», «Елочка», «Припадание

Теория: методически правильное выполнение элементов.

Практика: Обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.18. Основные шаги.

Теория: основные шаги: простой шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг с притопом; переменный шаг с каблука.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Тема 7.19. Основные шаги.

Теория: основные шаги: простой шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг (с продвижением вперед, назад); переменный шаг с притопом; переменный шаг с каблука.

Практика: обучение и применение знаний на практике.

Раздел 8. Креативная гимнастика. (4 часа)

Тема 8.1. Ритмические, игровые упражнения, этюды.

Теория: развитие чувства ритма и координационно - двигательных способностей.

Практика: свободно, красиво и координационно правильно выполнение движений под музыку, соответственно её особенностям, характеру, ритму, темпу.

Тема 8.2. Ритмические, игровые упражнения, этюды.

Теория: развитие чувства ритма и координационно - двигательных способностей.

Практика: свободно, красиво и координационно правильно выполнение движений под музыку, соответственно её особенностям, характеру, ритму, темпу

Тема 8.3. Ритмические, игровые упражнения, этюды.

Теория: развитие чувства ритма и координационно - двигательных способностей.

Практика: свободно, красиво и координационно правильно выполнение движений под музыку, соответственно её особенностям, характеру, ритму, темпу

Тема 8.4. Ритмические, игровые упражнения, этюды.

Теория: нестандартные упражнения, специальные задания, творческие игры, направленные на развитие выдумки, инициативу учащихся.

Практика: применение различных упражнений и ритмических этюдов, с использованием нетрадиционных, разнообразных средств.

Раздел 9. Вращения. (13 часов)

Тема 9.1. Техника поворота головы.

Теория: многократные повороты – основа вращения.

Практика: умение «держат точку».

Тема 9.2. Постановка работы головы.

Теория: многократные повороты – основа вращения.

Практика: умение «держат точку».

Тема 9.3. Постановка корпуса при вращении.

Теория: правильный выбор «оси вращения» при поворотах.

Практика: применение методики.

Тема 9.4. Постановка корпуса при вращении.

Теория: правильный выбор «оси вращения» при поворотах.

Практика: применение методики.

Тема 9.5. Положение рук во вращении.

Теория: методика объяснений поворота.

Практика: руки, корпус и голова должны составлять единое целое от начала вращения до самой остановки.

Тема 9.6. Положение рук во вращении.

Теория: методика объяснений поворота.

Практика: руки, корпус и голова должны составлять единое целое от начала вращения до самой остановки.

Тема 9.7. Виды preparations.

Теория: проучивание учебного preparation для подхода к вращениям по диагонали и по кругу

Практика. применение на практике различные способы для тех или иных вращений.

Тема 9.8. Виды preparations.

Теория: проучивание учебного preparation для подхода к вращениям по диагонали и по кругу

Практика. применение на практике различные способы для тех или иных вращений.

Тема 9.9. Виды вращений.

Теория: ознакомление в вращениями на месте, по диагонали, по кругу.

Практика: правильное выполнение методики поворотов.

Тема 9.10. Бег в повороте на месте.

Теория: вращение выполняется слитно.

Практика: следить за правильным положением корпуса.

Тема 9.11. Бег в повороте на месте.

Теория: вращение выполняется слитно.

Практика: следить за правильным положением корпуса.

Тема 9.12. Вращения по диагонали.

Теория: все вращения выполнять слитно, добиваясь стремительности продвижения и четкости исполнения.

Тема 9.13. Вращения по диагонали.

Теория: все вращения выполнять слитно, добиваясь стремительности продвижения и четкости исполнения.

Раздел 10. Прыжки. (13 часов)

Тема 10.1. Прыжок с двух ног на две. (соте по 1 позиции).

Теория: легкое, пружинное выполнение с сохранением исходной позиции ног в выворотном положении.

Практика: развитие прыгучести и легкости.

Тема 10.2. Прыжок с двух ног на две. (соте по 1 позиции).

Теория: легкое, пружинное выполнение с сохранением исходной позиции ног в выворотном положении.

Практика: развитие прыгучести и легкости.

Тема 10.3. Прыжки со сменой позиции ног.

Теория: Легкий, пружинный прыжок, с сохранением выворотности ног. Положение ног фиксируется в исходной позиции, и лишь при приземлении ноги возвращаются в другую позицию.

Практика: развитие прыгучести, легкости, методически правильного исполнения.

Тема 10.4. Прыжки со сменой позиции ног.

Теория: Легкий, пружинный прыжок, с сохранением выворотности ног. Положение ног фиксируется в исходной позиции, и лишь при приземлении ноги возвращаются в другую позицию.

Практика: развитие прыгучести, легкости, методически правильного исполнения.

Тема 10.5. Прыжки со сменой позиции ног.

Теория: Легкий, пружинный прыжок, с сохранением выворотности ног. Положение ног фиксируется в исходной позиции, и лишь при приземлении ноги возвращаются в другую позицию.

Практика: развитие прыгучести, легкости, методически правильного исполнения.

Тема 10.6. Прыжки на двух ногах «Змейкой».

Теория: разучивание прыжков на двух ногах.

Практика: развитие прыгучести

Тема 10.7. Подскоки на одной ноге с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).

Теория: необходимо знать, что приземляться нужно на носок и обязательно ставить пятку.

Практика: развитие прыгучести.

Тема 10.8. Подскоки на одной ноге с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).

Теория: необходимо знать, что приземляться нужно на носок и обязательно ставить пятку.

Практика: развитие прыгучести

Тема 10.9. Перескоки с ноги на ногу с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).

Теория: что приземляться нужно на носок и обязательно ставить пятку.

Практика: развитие прыгучести.

Тема 10.10. Перескоки с ноги на ногу с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).

Теория: что приземляться нужно на носок и обязательно ставить пятку.

Практика: развитие прыгучести.

Тема 10.11. Ноги вместе. Прыжки с небольшим продвижением вперед, как бы перепрыгивая через барьеры.

Теория: вытягивать в воздухе колени и стопы.

Практика: применение методики на практике.

Тема 10.12. Ноги вместе. Прыжки с небольшим продвижением вперед, как бы перепрыгивая через барьеры, поджимая ноги.

Методика: положение ног в воздухе должно быть как при сидении на стуле.

Практика: применение методики на практике.

Тема 10.13. Ноги вместе. Прыжки с небольшим продвижением вперед, как бы перепрыгивая через барьеры, поджимая ноги.

Методика: положение ног в воздухе должно быть как при сидении на стуле.

Практика: применение методики на практике.

Раздел 11. Партерная гимнастика. (12 часов)

Тема 11.1. Упражнения для развития выворотности, подвижности и укрепления связок голеностопного сустава, мышц голени и стопы.

Теория: упражнения на полу в разных позах, сидя, лёжа на животе и спине, направленные на растяжку всех мышц тела их укрепление их; на развитие гибкости в суставах.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.2. Упражнение № 1. Вытягивание и сокращение стоп. М/р. 2/4, 4/4.

Теория: упражнения на полу в разных позах, сидя, лёжа на животе и спине, направленные на растяжку всех мышц тела их укрепление их; на развитие гибкости в суставах.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.3: Упражнения для развития выворотности ног, подвижности коленного сустава.

Теория: развитие подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.2. Вытягивание стоп и расслабление. М/р. 2/4, 4/4.

Теория: улучшение гибкости коленных суставов.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.3. Разворот стоп в выворотное положение. М/р. 2/4, 4/4.

Теория: укрепление мышц ног, выработка их выворотности.

Тема 11.4. Круговое движение стопами. М/р. 2/4, 4/4.

Теория: развитие подвижности голеностопного сустава растяжение ахиллового сухожилия, развитие выворотности в 1 позиции.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.5. Поднимание ног с одновременным сокращением и выпрямлением стоп. М/р. 2/4, 4/4.

Теория: укрепление мышц брюшного пресса, выработка выворотности ног.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.6. 5. Сгибание корпуса вперед в I позицию (усложненный вариант). М/р. $\frac{3}{4}$ (32 такта)

Теория: развитие выворотности стопы, бедра и гибкости корпуса вперед.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.7. Покачивание на стопах. М/р. $\frac{3}{4}$ (32 такта)

Теория: обучение вытянутости ноги в стопе.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.8. Развитие выворотности и подвижности коленного тазобедренного суставов. Развитие мышц бедра. «Бабочка».

Теория: развитие выворотности и подвижности тазобедренного сустава.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.9. «Лягушка». Муз/р. $\frac{3}{4}$, 4/4.

Теория: развитие верхней выворотности.

Практика: умение выполнять комплекс упражнений на полу.

Тема 11.10. «Солнышко» Муз/р. $\frac{3}{4}$, 4/4.

Теория: развитие эластичности мышц ног, выворотность.

Практика: умение правильно выполнять упражнение.

Тема 11.11. «Махи ногами стоя на коленях». Муз/р. 2/4.

Теория: развитие силы ног, эластичность бедра.

Практика: умение правильно выполнять упражнение.

Тема 11.12. «Шпагат» в сторону Муз/р. $\frac{3}{4}$ (32 такта)

Теория: упражнение направлено на развитие выворотности бедер.

Практика: умение правильно выполнять упражнение.

Раздел 12. Элементы акробатики. (20 часов)

Тема 12.1. Перекаты.

Теория: вращательное движение тела с последовательным касанием опоры без переворачивания через голову.

Практика: начинать с перекатов вправо (влево), назад и вперед в группировке.

Тема 12.2. Перекаты.

Теория: вращательное движение тела с последовательным касанием опоры без переворачивания через голову.

Практика: начинать с перекатов вправо (влево), назад и вперед в группировке.

Тема 12.3. Мосты.

Теория: мост - крутой прогиб назад с опорой на ступни ног.

Практика: технически правильное выполнения упражнения.

Тема 12.4. Мосты.

Теория: мост - крутой прогиб назад с опорой на ступни ног.

Практика: технически правильно выполнения движения.

Тема 12.5. Мост на одну руку.

Теория: в положении моста (на обеих руках) передать тяжесть тела на одну руку, другую поднять

вперед.

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.6. Мост на одну руку.

Теория: в положении моста (на обеих руках) передать тяжесть тела на одну руку, другую поднять вперед.

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.7. Равновесие «Ласточка»

Теория: это статическое положение, при котором исполнитель стоит на одной ноге.

Практика: тело наклонено вперед в прогнутом положении, свободная нога поднята не ниже уровня плеч.

Тема 12.8. Равновесие «Ласточка»

Теория: это статическое положение, при котором исполнитель стоит на одной ноге.

Практика: тело наклонено вперед в прогнутом положении, свободная нога поднята не ниже уровня плеч.

Тема 12.9. Шпагáт

Теория: положение тела, при котором расставленные в противоположных направлениях ноги находятся на одной линии, а внутренние линии бёдер образуют угол в 180 градусов.

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.10. *Виды шпагата:* поперечный.

Теория: самый сложный, ноги разведены в стороны.

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.11. *Виды шпагата:* поперечный.

Теория: самый сложный, ноги разведены в стороны.

Тема 12.12. Продольный.

Теория: продольный: левосторонний – левая нога впереди, правая – позади туловища; правосторонний – наоборот;

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.13. Продольный.

Теория: продольный: левосторонний – левая нога впереди, правая – позади туловища; правосторонний – наоборот;

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.14. Вертикальный поперечный или продольный шпагат.

Теория: выполнение стандартного шпагата стоя на одной ноге.

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.15. Вертикальный поперечный или продольный шпагат.

Теория: выполнение стандартного шпагата стоя на одной ноге.

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.16. Стойки.

Теория: статическое вертикальное положение, при котором исполнитель находится вверх ногами: на лопатках, голове, предплечьях, руках.

Практика: точностью принятия заданной позы (выход в стойку) и прочностью ее фиксации не менее 3-х секунд.

Тема 12.17. Стойки.

Теория: статическое вертикальное положение, при котором исполнитель находится вверх ногами: на лопатках, голове, предплечьях, руках.

Практика: точностью принятия заданной позы (выход в стойку) и прочностью ее фиксации не менее 3-х секунд.

Тема 12.18. *Стойка на лопатках «берёзка»*

Теория: Туловище должно быть прямым, локти широко не разводить

Практика: технически правильно выполнение движения.

Тема 12.19. Переворот боком (колесо)

Теория: корпус должен быть прямым, без прогиба в пояснице. Руки все время прямые, ноги тоже.

Практика: технически правильно выполнения движения.

Тема 12.20. Переворот боком (колесо)

Теория: корпус должен быть прямым, без прогиба в пояснице. Руки все время прямые, ноги тоже.

Практика: технически правильно выполнение движения.

Раздел 13. Композиция, постановка танца. (4 часа)

Тема 13.1. Что такое – «Композиция танца».

Теория: коллективная творческая деятельность, предполагающая определенный уровень подготовки учащихся.

Практика: репетиционная работа.

Тема 13.2. Разбор драматургии (содержания) танца, музыки.

Теория: разбор танцевальных движений, образующих единое целое – композицию танца.

Практика: работа над КППТ танца: драматургией, музыкой, движением, рисунком танца.

Тема 13.3. Разбор движения, поз, танцевальных рисунков в танцах.

Теория: методически правильное выполнение движений, связок.

Практика: будут знать начало, вступление танца.

Тема 13.4. Разбор движения, поз, танцевальных рисунков в танцах.

Теория: методически правильное выполнение движений, связок.

Практика: будут знать начало, вступление танца.

Тема 14. Репетиционная деятельность. (6 часов).

Тема 14.1. Репетиция танца «Мы маленькие дети», «Лялечки».

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.2: Репетиция танца. «Мы маленькие дети», «Лялечки»

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.3. Репетиция танца. «Вперед, Россия», «Веселая гусеничка»

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.4. Репетиция танца. «Вперед, Россия», «Веселая гусеничка»

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 14.5. Репетиция танца. «Белые панамки».

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Тема 14.6. Репетиция танца. «Белые панамки».

Теория: показ и объяснение танцевальных элементов изучаемого танца; объяснение драматургического рисунка.

Практика: постановка изучаемого танца в зале и на сцене.

Тема 15. Концертная деятельность (2 часа).

Тема 15.1. Концертная деятельность.

Теория: Планирование и организация выступлений коллектива.

Практика: подведение итогов работы.

Тема 15.2. Концертная деятельность.

Теория: Планирование и организация выступлений коллектива.

Практика: подведение итогов работы.

Тема 16. Рубежный контроль.

Теория: контроль и оценка результатов освоения программы.

Практика: мониторинг учебно-воспитательного процесса.

Тематическое планирование.

Модуль «Фантазеры»

№	Дата	Тема занятия	Кол-	Форма	Форма	текущего
---	------	--------------	------	-------	-------	----------

п/п	проведения занятия		во часов	занятия	контроля/промежуточной аттестации
Раздел 1. Введение. (2 часа)					
1		Хореография – как гармоничное развитие личности. Беседа по технике безопасности. Правила поведения в зале и на сцене.	1	Беседа	Опрос, беседа
2		Знакомство с детьми. Вводный контроль.	1	Беседа, тестирование	Диагностика
Раздел 2. Развитие эмоциональной выразительности и творчества посредством игр. (6 часов)					
1		Игровые упражнения для развития эмоциональной сферы учащихся на уроках хореографии.	1	Занятие-игра	Наблюдение
2		Танцевальные элементы на постановку корпуса.	1	Практика	Опрос, наблюдение
3		Основы актерского мастерства.	1	Практика	Наблюдение
4		Разминка с творческим заданием.	1	Занятие-игра	Наблюдение
5		Эмоциональные состояния.	1	практика	Наблюдение
6		Подвижные игры на финал урока.	1	Подвижные игры	Наблюдение
Раздел 3. Музыкально-ритмическая деятельность. (20 часов)					
1		Музыкальный жанр: маор, танец, песня.	1	Практика	Опрос, наблюдение
2		Музыкальное вступление и начало движения.	1	Занятие-игра	Терминологический диктант
3		Музыкальное вступление и начало движения.	1	Практика	Терминологический диктант
4		Музыкальные темпы: медленный, быстрый, умеренный.	1	Практика	Терминологический диктант
5		Музыкальные темпы: медленный, быстрый, умеренный.	1	Практика	Терминологический диктант
6		Характер музыки.	1	Практика	Терминологический диктант
7		Музыкально-ритмические упражнения.	1	Практика	Терминологический диктант
8		Музыкально-практические упражнения.	1	Практика	Терминологический диктант
9		Развитие двигательных навыков – исполнение несложных элементов.	1	Практика	Наблюдение
10		Ориентировка в пространстве на координации. Движений.	1	Практика	Наблюдение
11		Ориентировка в пространстве на координацию движений.	1	Практика	Наблюдение
12		Логоритмика.	1	Занятие-игра	Наблюдение
13		Логоритмика.	1	Занятие-игра	Наблюдение
14		Ритмические движения. «Ритмическое эхо».	1	Занятие - игра	Наблюдение
15		Ритмические движения. «Ритмическое эхо».	1	Занятие - игра	Наблюдение
16		Ритмические движения. «Ритмическое эхо».	1	Занятие - игра	Наблюдение
17		Ритмическая импровизация.	1	Закрепление	Наблюдение
18		Ритмическая импровизация.	1	Закрепление	Наблюдение
19		Ритмическая импровизация.	1	Закрепление	Наблюдение
20		Ритмическая импровизация.	1	Закрепление	Наблюдение
Раздел 4. Развитие нравственно-коммуникативных качеств. (2 часа)					
1		Воспитание культурных привычек в процессе группового общения.	1	Беседа	Опрос

2		Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.	1	Беседа	Опрос
Раздел 5. Беседы по хореографическому искусству. (2 часа)					
1		Хореография, как вид искусства.	1	Беседа	Опрос
2		Роль фестивалей и конкурсов в развитии хореографического искусства.	1	Беседа	Опрос
Раздел 6. Азбука классического танца. (19 час)					
1		Классический танец-основа основ хореографии.	1	Практика	Наблюдение
2		Постановка корпуса (плеч, головы, рук, ног).	1	Практика	Наблюдение
3		Позиции ног: 1, 2, 3.	1	Практика	Наблюдение
4		Позиции ног: 1, 2, 3.	1	Практика	Наблюдение
5		Движения и положения рук классического танца.	1	Практика	Наблюдение
6		Пор де бра – движения рук по позициям.	1	Практика	Наблюдение
7		Понятие en dedan, dehors.	1	Практика	Наблюдение
8		Условные градусы: 25, 45, 90.	1	Практика	Наблюдение
9		Preparation для руки у станка.	1	Практика	Наблюдение
10		Preparation для руки у станка.	1	Практика	Наблюдение
11		Demi plie по 1,2,3 поз. ног (1т.4/4)	1	Практика	Наблюдение
12		Demi plie по 1,2,3 поз. ног (1т.4/4)	1	Практика	Наблюдение
13		Grand plie по 1,2,3 поз. ног (1т.4/4)	1	Практика	Наблюдение
14		Grand plie по 1,2,3 поз. ног (1т.4/4)	1	Практика	Наблюдение
15		Battment tendu лицом к станку по всем направлениям (1т.2/4, ¼).	1	Практика	Наблюдение
16		Battment tendu лицом к станку по всем направлениям (1т.2/4, ¼).	1	Практика	Наблюдение
17		Battment tendu лицом к станку по всем направлениям (1т.2/4, ¼).	1	Практика	Наблюдение
18		Grand plie по 1,2,3 поз ног (2т.4/4, 1т.4/4)/	1	Практика	Наблюдение
19		Preparation для руки у станка.	1	Практика	Наблюдение
Раздел 7. Элементы народно-сценического танца. (19 часов)					
1		История возникновения и развития русского народного танца.	1	Практика	Опрос
2		Позиции рук в танце. Основные положения рук в русском танце.	1	Практика	Наблюдение
3		Раскрывание и закрывание рук.	1	Практика	Наблюдение
4		Поклоны.	1	Практика	Наблюдение
5		Навыки обращения с платочком.	1	Практика	Наблюдение
6		Позиции ног в танце.	1	Практика	Наблюдение
7		Позиции ног в танце.	1	Практика	Наблюдение
8		Основные шаги.	1	Практика	Наблюдение
9		Основные шаги.	1	Практика	Наблюдение
10		Хоровод.	1	Практика	Наблюдение
11		Разновидность плясок, притопы.	1	Практика	Наблюдение
12		«Гармошка», «Елочка», «Припадание».	1	Практика	Наблюдение
13		Изучение основных танцевальных элементов.	1	Практика	Наблюдение
14		Изучение основных танцевальных элементов.	1	Практика	Наблюдение

15		Изучение основных танцевальных элементов.	1	Практика	Наблюдение
16		«Гармошка». «Елочка».»Припадание».	1	Практика	Наблюдение
17		«Гармошка», «Елочка». «Припадание».	1	Практика	Наблюдение
18		Основные шаги.	1	Практика	Наблюдение
19		Основные шаги.	1	Практика	Наблюдение
Раздел 8. Креативная гимнастика. (4 часа)					
1		Ритмические, игровые упражнения, этюды.	1	Занятие-игра	Наблюдение
2		Ритмические, игровые упражнения, этюды.	1	Занятие-игра	Наблюдение
3		Ритмические, игровые упражнения, этюды.	1	Занятие игра	Наблюдение
4		Ритмические, игровые упражнения, этюды.	1	Занятие-игра	Наблюдение
Раздел 9. Вращения (13 часов)					
1		Техника поворота головы.	1	Практика	Наблюдение
2		Постановка работы головы.	1	Практика	Наблюдение
3		Постановка корпуса при вращении	1	Практика	Наблюдение
4		Постановка корпуса при вращении	1	Практика	Наблюдение
5		Положение рук во вращении.	1	Практика	Наблюдение
6		Положение рук во вращении.	1	Практика	Наблюдение
7		Виды preparatiions.	1	Практика	Наблюдение
8		Виды preparatiions.	1	Практика	Наблюдение
9		Виды вращений.	1	Практика	Наблюдение
10		Бег в повороте на месте.	1	Практика	Наблюдение
11		Бег в повороте на месте.	1	Практика	Наблюдение
12		Вращения по диагонали.	1	Практика	Наблюдение
13		Вращения по диагонали.	1	Практика	Наблюдение
Раздел 10. Прыжки (13 часов)					
1		Прыжок с двух ног на две.(соте по 1 поз.)	1	Практика	Наблюдение
2		Прыжок с двух ног на две (соте по 1 поз).	1	Практика	Наблюдение
3		Прыжки со сменой позиции ног.	1	Практика	Наблюдение
4		Прыжки со сменой позиции ног.	1	Практика	Наблюдение
5		Прыжки со сменой позиции ног.	1	Практика	Наблюдение
6		Прыжки на двух ногах «Змейкой»	1	Практика	Наблюдение
7		Подскоки на одной ноге с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).	1	Практика	Наблюдение
8		Подскоки на одной ноге с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).	1	Практика	Наблюдение
9		Перескоки с ноги на ногу с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).	1	Практика	Наблюдение
10		Перескоки с ноги на ногу с небольшим продвижением вперед (20-25 прыжков зараз).	1	Практика	Наблюдение
11		Ноги вместе. Прыжки с небольшим продвижением вперед, как бы перепрыгивая через барьеры, поджимая ноги.	1	Практика	Наблюдение
12		Ноги вместе. Прыжки с небольшим продвижением вперед, как бы перепрыгивая через	1	Практика	Наблюдение

		барьеры, поджимая ноги.			
13		Ноги вместе. Прыжки с небольшим продвижением вперед, как бы перепрыгивая через барьеры, поджимая ноги.	1	Практика	Наблюдение
Раздел 11. Партерная гимнастика. (12 часов)					
1		Упражнения для развития выворотности, подвижности и укрепления связок голеностопного сустава, мышц голени и стопы.	1	Практика	Наблюдение
2		Вытягивание и сокращение стоп. М/р. 2/4, 4/4.	1	Практика	Наблюдение
3		Упражнения для развития выворотности ног, подвижности коленного сустава.	1	Практика	Наблюдение
4		Вытягивание стоп и расслабление. М/р. 2/4, 4/4.	1	Практика	Наблюдение
5		Разворот стоп в выворотное положение. М/р. 2/4, 4/4.	1	Практика	Наблюдение
6		Круговое движение стопами. М/р. 2/4, 4/4.	1	Практика	Наблюдение
7		Покачивание на стопах. М/р. $\frac{3}{4}$ (32 такта)	1	Практика	Наблюдение
8		Развитие выворотности и подвижности коленного тазобедренного суставов. Развитие мышц бедра. «Бабочка».	1	Практика	Наблюдение
9		«Лягушка». Муз/р. $\frac{3}{4}$, 4/4	1	Практика	Наблюдение
10		«Солнышко» Муз/р. $\frac{3}{4}$, 4/4.	1	Практика	Наблюдение
11		«Махи ногами стоя на коленях». Муз/р. 2/4.	1	Практика	Наблюдение
12		«Шпагат» в сторону Муз/р. $\frac{3}{4}$ (32 такта)	1	Практика	Наблюдение
Раздел 12. Элементы акробатики. (20 часов)					
1		Перекаты	1	Практика	Наблюдение
2		Перекаты	1	Практика	Наблюдение
3		Мосты	1	Практика	Наблюдение
4		Мосты	1	Практика	Наблюдение
5		Мост на одну руку	1	Практика	Наблюдение
6		Мост на одну руку.	1	Практика	Наблюдение
7		Равновесие «Ласточка»	1	Практика	Наблюдение
8		Равновесие «Ласточка»	1	Практика	Наблюдение
9		Шпагат	1	Практика	Наблюдение
10		Виды шпагата: поперечный	1	Практика	Наблюдение
11		Виды шпагата: поперечный	1	Практика	Наблюдение
12		Продольный	1	Практика	Наблюдение
13		Продольный	1	Практика	Наблюдение
14		Вертикальный поперечный или продольный шпагат.	1	Практика	Наблюдение
15		Вертикальный поперечный или продольный шпагат.	1	Практика	Наблюдение
16		Стойки	1	Практика	Наблюдение
17		Стойки	1	Практика	Наблюдение
18		Стойка на лопатках «берёзка»	1	Практика	Наблюдение
19		Переворот боком (колесо)	1	Практика	Наблюдение
20		Переворот боком (колесо)	1	Практика	Наблюдение
Раздел 13. Композиция, постановка танца. (4 часа)					
1		Что такое «Композиция танца?»	1	Практика	Терминологический

		Разбор драматургии, содержания музыки, танца.			диктант
2		Движения, позы, жестикуляция, мимика.	1	Практика	Терминологический диктант
3		Перемещение танцующих по сценической площадке.	1	Практика	Наблюдение
4		Соединение танцевальных движений с музыкой.	1	Практика	Наблюдение
Раздел 14. Репетиционная деятельность. (6 часов)					
1		Репетиция танца «Вперед, Россия»	1	репетиция	Выступление
2		Репетиция танца «Вперед, Россия»	1	репетиция	Выступление
3		Репетиция танца «Мы маленькие дети».	1	репетиция	Фестиваль
4		Репетиция танца «Мы маленькие дети».	1	репетиция	Фестиваль
5		Репетиция танца «Белые панамки»	1	репетиция	Конкурс
6		Репетиция танца «Белые панамки»	1	репетиция	Конкурс
Раздел 15. Концертная деятельность. (2 часа)					
1		Концертная деятельность.	1	репетиция	Выступление
2		Концертная деятельность.	1	репетиция	Концерт

Реализация II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Модуль «Лучики»

Этапы образовательного процесса	72 часа	
Всего часов по программе	теория	практика
	10	62
Продолжительность обучения по программе	36 недель	
Начало освоения курса программы	1 сентября 2021г.	
1 полугодие	1.09. -31.12.2021	
Промежуточная аттестация	Декабрь	
2 полугодие	09.01. -25.05.2022	
Итоговая аттестация	Май	

Модуль «Радуга»

Этапы образовательного процесса	1144 часа	
Всего часов по программе	теория	практика
	21	123
Продолжительность учебного года	36 недель	
Начало учебного года	1 сентября 2021г.	
1 полугодие	1.09. -31.12.2021	
Промежуточная аттестация	Декабрь	
2 полугодие	09.01. -25.05.2022	
Итоговая аттестация	Май	

Модуль «Ритм»

Этапы образовательного процесса	144 часа	
Всего часов по программе	теория	практика
	25	155
Продолжительность учебного года	36 недель	
Начало учебного года	1 сентября 2021г.	
1 полугодие	1.09. -31.12.2021	
Промежуточная аттестация	Декабрь	
2 полугодие	09.01. -25.05.2022	

Итоговая аттестация	Май	
Модуль «Фантазеры»		
Этапы образовательного процесса	72 часа	
Всего часов по программе	теория	практика
	10	62
Продолжительность учебного года	36 недель	
Начало учебного года	1 сентября 2021г.	
1 полугодие	1.09. -31.12.2021	
Промежуточная аттестация	Декабрь	
2 полугодие	09.01. -25.05.2022	
Итоговая аттестация	Май	

2.2. Формы текущего контроля/ промежуточной аттестации

Текущий контроль проводится после каждого раздела программы и в конце первого полугодия.

Промежуточная аттестация проводится в конце учебного года по итогам реализации программы.

Формы текущего контроля: тестирование, педагогическое наблюдение, выступление, концерт, фестиваль, анализ работ педагогом.

2.3. Материально-техническое обеспечение

Занятия проходят в спортивном зале, на сцене Дома детства и юношества.

Материально-техническое обеспечение: ноутбук, колонки, коврики для занятий, танцевальная форма; атрибуты: платочки, шарфы, ткань, ленты, искусственные цветы, обручи, мячи, фитболы, зонтики и др.

USB флэш-накопитель, ноутбук: аудио файлы для музыкального оформления занятий.

2.4. Информационное обеспечение

- компьютер, подключенный к сети Internet;
- магнитофон, колонка;
- наглядные пособия;
- видеоролики.

2.5. Кадровое обеспечение

Кадровое обеспечение: Борчанинова Светлана Александровна, педагог дополнительного образования первой квалификационной категории.

2.6. Методические материалы

На занятиях используются различные методы и приемы обучения. Учебное занятие может проводиться, как с использованием одного метода обучения, так и с помощью комбинирования нескольких методов и приемов. Целесообразность и выбор применения того или иного метода зависит от образовательных задач, которые ставит педагог.

Методы обучения: словесный, наглядный, практический.

Формы организации образовательного процесса: фронтальная, групповая, индивидуальная, коллективная.

Формы организации учебного занятия: диалог, практическое занятие, игра, беседа, работа в парах.

Педагогические технологии: проектного обучения, эвристическая технология, проблемного обучения.

Дидактические материалы: наглядный материал.

Алгоритм учебного занятия:

1 этап - организационный.

Задача: подготовка учащихся к работе на занятии.

Содержание этапа: организация начала занятия, создание психологического настроения на учебную деятельность и активизация внимания.

II этап - проверочный.

Задача: установление правильности и осознанности выполнения домашнего задания (если было), выявление пробелов и их коррекция.

Содержание этапа: проверка домашнего задания (творческого, практического) проверка усвоения знаний предыдущего занятия.

III этап - подготовительный (подготовка к восприятию нового материала).

Задача: мотивация и принятие учащимися цели учебно-познавательной деятельности. Содержание этапа: сообщение темы, цели учебного занятия и мотивация учебной деятельности детей (пример, познавательная задача, проблемное задание).

IV этап - основной.

В качестве основного этапа может быть выступать следующее:

1. Усвоение новых знаний и способов действия. Задача: обеспечение восприятия, осмысления и первичного запоминания связей и отношений в объекте изучения. Использование заданий и вопросов, активизирующих познавательную деятельность учащихся.

2. Первичная проверка понимания

Задача: контроль осознанности усвоения нового учебного материала, выявление неверных представлений, их коррекция. Применение пробных практических заданий, которые сочетаются с объяснением соответствующих правил или обоснованием.

3. Закрепление знаний и способов действий. Применение тренировочных упражнений, заданий, выполняемых учащимися самостоятельно. Практикум.

4. Обобщение и систематизация знаний.

Задача: формирование целостного представления знаний по теме через беседу, опрос, небольшое практическое задание.

V этап – контрольный.

Задача: выявление качества и уровня овладения знаниями, их коррекция.

Используются тестовые задания, виды устного и письменного опроса, вопросы и задания различного уровня сложности (репродуктивного, творческого, поисково-исследовательского).

VI этап - итоговый.

Задача: дать анализ и оценку успешности достижения цели и наметить перспективу последующей работы.

Содержание этапа: совместное с учащимися подведение итога об интенсивности и качестве работы учащихся на занятии, что нового узнали, какими умениями и навыками овладели.

VII этап: информационный.

Задача: обеспечение понимания цели, содержания и способов выполнения домашнего задания, логики дальнейших занятий.

Информация о домашнем задании (если необходимо), инструктаж по его выполнению, определение перспективы следующих занятий.

VIII этап - рефлексивный.

Задача: мобилизация учащихся на самооценку. Может оцениваться работоспособность, психологическое состояние, результативность работы, содержание и полезность учебной работы.

Изложенные этапы могут по-разному комбинироваться, какие-либо из них могут не иметь места в зависимости от педагогических целей, вида и типа занятия.

Для успешной реализации программы имеется методический и раздаточный материал. Предполагается сформировать банк различных занятий по программе: раздаточный материал, методическая литература, дидактический материал.

2.7. Оценочные материалы.

Также значимой оценкой являются отзывы учащихся и их родителей, анализ которых помогают педагогу корректировать содержание программы в течение учебного года.

При оценке уровня освоения программы используются диагностические методики, которые включают в себя:

1. Тест на определение способности учащихся к быстрой координации в пространстве.
2. Тест на определение склонности учащихся к танцевальному творчеству.
3. Тест на определение двигательной активности учащихся.
4. Критерии и показатели эстетической воспитанности.

Наименование темы	Оценочные материалы
Введение	
Ритмика. Развитие чувства ритма. Виды перестроений	Опрос. Выполнение
Упражнения с предметами	Показательное выступление.

Партерная гимнастика, упражнения на развитие гибкости, растяжки.	Показ(выполнение)
Фиксированные танцы	Показ (выполнение)
Отчетное выступление	Показательное выступление.

Оценка эффективности программы

Программа предусматривает наблюдение и контроль за развитием личности и физической подготовленности учащихся, осуществляющиеся в ходе анкетирования, наблюдения и собеседования. Анкетирование учащихся позволяет педагогу лучше узнать детей, проанализировать межличностные отношения внутри группы и ход воспитательной работы в целом, обдумать и спланировать действия по сплочению коллектива и развитию творческой активности, толерантности.

Немаловажным условием оценки результативности работы является участие учащихся в мероприятиях Дома детства и юношества: праздниках, конкурсах, фестивалях.

Также значимой оценкой являются отзывы учащихся и их родителей, анализ которых помогают педагогу корректировать содержание программы в течение учебного года.

Список литературы и ссылки интернет ресурсов

Список литературы для педагога

1. Алексеева О.И. Народная хореография как составная компонента музыкального фольклорного наследия. // Наука. Искусство. Культура. 2014. № 3. С. 34-41.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. - СПб.: "ЛЮКСИ", "РЕСПЕКС", 1996. - 256 с.
3. Гусев Г.П.: Методика преподавания народного танца. Этюды. - М.: Владос, 2004
4. Коренева Т.Ф.: Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - М.: Владос, 2001
5. Лисицкая Т.С.: Хореография в гимнастике. - М.: Физкультура и спорт, 1984
6. Лифиц И.В.: Ритмика. - М.: Академия, 1999.

Для учащихся:

1. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду. Москва, Просвещение, 1991
2. Костровицкая В. Сто уроков классического танца, СПб. 1999.
3. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие, Москва, Владос, 2008)
4. Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие, СПб, Детство-пресс, 2001.

Ссылки на интернет-ресурсы

Российский общеобразовательный портал	http://www.school.edu.ru/default.asp
Федеральный портал «Российское образование»	http://www.edu.ru/
Портал компании «Кирилл и Мефодий»	http://www.km.ru/
Образовательный портал «Учеба»	http://www.uroki.ru/
Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» (издательский дом «1 сентября»)	http://festival.1september.ru/
О русском балете	http://www.balletbase.com/