Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Центр дополнительного образования»

Рассмотрено
на заседании
методического совета
Протокол «24» августа 2023 г. № 7

Утверждаю
Директор МБОУ ДО «ЦДО»
_____ / Е.А. Смелякова/
Приказ №160 – од от «25» августа 2023г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Танцевальная карусель»

Возраст обучающихся: 6-9лет
Срок реализации программы: 1 год
Объем 324 академических часов

Автор - составитель программы:
Суботка Екатерина Борисовна
педагог дополнительного образования

пгт. Междуреченский,
2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Введение:

Мы живём на рубеже веков - и в танце, как и в любом виде искусств тоже отражается веяние времени. На данном этапе в нашей стране современный танец - это уже не новое направление, однако, его популярность ежедневно растет, а формы - обновляются и расширяются.

Современный танец - это своеобразный пласт в искусстве танца, не похожий не на классический балет, не на бальные танцы. Как и все эти направления, он обладает своей неповторимой спецификой, изяществом и энергетикой.

Дополнительная общеобразовательная программа "Танцевальная карусель "Художественно-эстетической направленности, разработана для детей 6-7 лет. Структура программы подразумевает работу в группах.

В педагогике с давних пор известно, какие огромные возможности для воспитания души и тела заложены в синтезе музыки и пластики, интеграции различных видов художественной деятельности. Об этом знали еще в Древней Греции, где сформировалось представление о том, что основой прекрасного является Гармония.

Ритмика – это синтетический вид деятельности, в основе которого лежит музыка, а движения выражают музыкальный образ и конкретизируют основные средства музыкальной выразительности. Помимо единства художественного образа, настроения и характера исполнения, музыка и движение тесно взаимосвязаны тем, что это временные виды искусства, при этом, движение, протекающее в пространстве, делает зримым, ощутимым течение времени. Музыка и движения, таким образом, имеют общие параметры: все временные характеристики (начало и конец звучания, темп, ритм); динамика (чем громче музыка, тем больше амплитуда движения); форма произведения и композиционная структура двигательной композиции. Воспитательный потенциал танцевального искусства огромен. Органичное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных

эмоций, которые, в свою очередь, раскрепощают ребенка, делают его поведение естественным и привлекательным. Поэтому основной направленностью представленной программы, на наш взгляд, является психологическое раскрепощение ребенка через освоение собственного тела как выразительного инструмента.

Приобщение к искусству танца в широком смысле включает ознакомление детей с источниками танцевальной культуры, классическим балетом, самобытными национальными танцами, их красочными костюмами, музыкально-ритмическим складом мелодий, образами классической и народной музыки. С профессиональной точки зрения хореография учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, легкость, смелость. Благодаря системному образованию и воспитанию детьми приобретается культура движения, развиваются музыкальные способности, что способствует более тонкому восприятию мира искусства и всего прекрасного.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по ритмике, синтезируя хореографию и музыку, социализацию и воспитание позволяет принципиально по-новому организовать художественно-творческую деятельность детей и весь педагогический процесс в целом.

1.1. Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми актами:

- Федеральный закон РФ 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012 г.
- Указ Президента Российской Федерации от 01.12.2016 № 642 «О Стратегии научно-технологического развития Российской Федерации»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2016 г. № 317 «О реализации Национальной технологической инициативы» (в ред. от 24.07.2020);
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный Президиумом Совета при Президенте Российской Федерации

по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016 г. № 11).

- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196); - «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20».

- Концепция развития системы дополнительного образования детей Ханты-Мансийского автономного округа – Югры до 2030 г., утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.

1.2. Направленность: Художественно-эстетическая.

1.3. Актуальность программы

Танец – искусство, любимое детьми. Он таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания, он сочетает в себе эмоциональную сторону искусства, приносит радость, как исполнителю, так и зрителю. Танец воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному.

Мы живём во времена, когда ребёнок волей-неволей становится заложником, быстро развивающихся технических систем – всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Поэтому занятия танцами являются очень актуальными. Движения под музыку – это естественно-биологический метод, в основе которого лежит обращение к основной биологической функции организма – мышечному движению. Оно стимулирует процессы роста, развития и формирования здорового организма. Танцы способствуют ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма.

1.4. Цель программы:

Создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству хореографии.

1.5. Задачи программы:

Предметные/обучающие:

1. Познакомить детей с историей развития и особенностями детского танца.
2. Дать знания по терминологии, объясняя рабочие понятия танцевальных элементов.
3. Обучить гимнастическим и пластическим упражнениям (для головы, рук, ног и корпуса).
4. Обучить музыкально-ритмическим упраженениям, танцевальным элементам.
5. Познакомить со спецификой использования в упражнениях предметов (мяч, бубен, платок, деревянные ложки и т.д.).
6. Научить приемам партерного экзерсиса (упражнениям на полу).
7. Обучить танцевальной технике этюдов и композиций.
8. Обогатить детский досуг игровыми элементами русского фольклора.
9. Развитие музыкального вкуса через тщательно подобранный музыкальный материал на уроке.

Метапредметные / Развивающие:

1. Развитие музыкальности:

- способности воспринимать музыку, т.е. чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;
- специальных музыкальных способностей (слуха, чувства ритма);
- музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуки.

2. Развитие двигательных качеств и умений:

- ловкости точности и координации движений;
- гибкости и пластичности;
- ориентировки в пространстве;
- формирование правильной осанки, красивой походки;

- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

3. Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку, в т.ч. творческого воображения и фантазии, способности к импровизации.

4. Развитие и тренировка психических процессов:

-эмоциональной сферы и умения выражать пантомимике;

- восприятия, внимания, воли, памяти, мышления;

- подвижности (лабильности) нервных процессов.

Личностные/воспитательные:

1. Пробудить интерес и уважение к традициям и ценностям отечественной культуры, народному творчеству.

2. Привить трудолюбие и терпение, добросовестность и самостоятельность, способность к самоорганизации и самодисциплине.

3. Сформировать высокую самооценку и ответственность.

4. Развить коммуникативные способности, культуру общения и толерантность.

5. Научить воспринимать красоту, развить эстетические чувства, потребности и вкусы.

6. Стимулировать самостоятельность творчества и навыки коллективного взаимодействия в процессе художественной деятельности.

1.6. Отличительная особенность программы:

В программу обучения входит знакомство с основами современной хореографии, позициями и положениями рук и ног, положением корпуса и головы во время исполнения танцевальных движений. Идет работа по совершенствованию музыкального слуха и чувства ритма, развитию элементарных навыков координации. В программу также входит воспитание умения передавать характер, стиль и манеру исполнения танцевальных произведений, развитие выразительности движения. В занятия танцами входит выработка гибкости и пластичности, постановка осанки, развитие прыжка и шага. Эти задачи реализуются через овладение воспитанниками

разнообразными формами движения: ходьбой, бегом, подскоками, гимнастическими и танцевальными упражнениями. Овладевая разнообразными движениями, обучающиеся совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация и координация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения детей. Данная программа имеет большое практическое значение. По строению и по насыщенности занятия танцами схожи с уроком физкультуры: начиная с разминки, имея кульминацию в середине и спад физической и эмоциональной нагрузки к концу, каждое занятие имеет конкретную цель — тренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений. Регулярные занятия танцами, как и занятия физкультурой, создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы, укрепляют психику.

Отличительной и неотъемлемой частью занятий современной хореографией является музыка. Обучающиеся учатся слышать в ней разное эмоциональное состояние и передавать его движениями. На занятиях обучающиеся знакомятся с явлениями общественной жизни, предметами ближайшего окружения, природными явлениями, что служит материалом, входящим в содержание ритмических игр и упражнений. В ходе занятий обучающиеся сталкиваются с математическими понятиями «угол поворота», «счет», «доли счета». Также формируется умение ориентироваться в пространстве, что связано с необходимостью развития и использования абстрактного мышления.

1.7. Характеристика программы:

- Уровень 1 Стартовый - "Основы хореографии" (сентябрь-июнь) 1 группа - занятия по 3 раза в неделю по 1 часу, итого 144 часа в год
- Уровень 2 Базовый "Искусство хореографии" (сентябрь - июнь)1 группа - занятия по 2 раза в неделю по 1 часу, итого 36 часа в год

1.8. Адресат программы:

Образовательная программа "Танцевальная карусель" реализуется в МБОУ ДО "Центр дополнительного образования "и рассчитана на детей 6-9 лет. Рекомендуемый состав групп от 7 до 12 обучающихся.

1.9. Объем программы: 324 академических часов:

№ п/п	Уровень	Академических часов	Сроки реализации в 2023-24 уч. году	Количество дней/недель
1	Уровень 1 «Основы хореографии»	на одну группу 144 часа (всего 2 группы)	сентябрь - июнь	3 дня/18 недель
2	Уровень 2 "Искусство хореографии"	на одну группу 36 часа (всего 1 группа)	сентябрь - июнь	2 дня/18 недель
Всего		324	сентябрь - июнь	3 дня/18 недель

1.10. Форма и режим занятий:

Форма занятий групповая, индивидуальная, режим занятий 3 раза в неделю по 1 учебному часу для каждой группы воспитанников.

1.11. Уровень освоения программы: *разноуровневый*

«Уровень 1»- стартовый "Основы хореографии"

«Уровень 2» - базовый "Искусство хореографии"

1.12. Планируемые результаты

Предметные результаты:

Будут знать:

- детские музыкальные произведения, разнообразные по стилю и жанрам;
- основные средства музыкальной выразительности: темп (ускорение, замедление), динамику (усиление и уменьшение звучания), регистр (высокий, средний, низкий), метроритм и т.д.;
- жанры произведений: танец (плясовая, вальс, полька, старинные и современные танцы), песня (песня-марш, песня-танец), марш и т.д.;
- общеразвивающие упражнения (на различные группы мышц), на развитие точности и ловкости, координации рук и ног;

- основные виды движения (ходьба, бег, прыжки на одной (двух) ногах на месте и сразличными вариациями (галоп, поскок);
- имитационные движения (различные образно-игровые движения);
- плясовые движения (элементы народного танца и детского бального танца, шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом и др.);

Будут уметь:

- детские музыкальные произведения, разнообразные по стилю и жанрам;
- основные средства музыкальной выразительности: темп (ускорение, замедление), динамику (усиление и уменьшение звучания), регистр (высокий, средний, низкий), метроритм и т.д.;
- жанры произведений: танец (плясовая, вальс, полька, старинные и современные танцы), песня (песня-марш, песня-танец), марш и т.д.;
- общеразвивающие упражнения (на различные группы мышц), на развитие точности и ловкости, координации рук и ног;
- основные виды движения (ходьба, бег, прыжки на одной (двух) ногах на месте и с различными вариациями (галоп, поскок);
- имитационные движения (различные образно-игровые движения);
- плясовые движения (элементы народного танца и детского бального танца, шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом и др.);- импровизировать с использованием оригинальных и разнообразных движений;
- точно и правильно исполнять движения в танцевальных и гимнастических этюдах, композициях.

1.13. Формы контроля и подведения итогов реализации программы Оценочные материалы.

Занятия хореографического коллектива могут проводиться в разных формах:

1. в форме обычного занятия;
2. посещения концертов детских и профессиональных коллективов;
3. урок - беседа;
4. урок - игра;

5.выступления перед другими художественными учениками школ воспитанниками детских садов и пр.

Требования: Для организации занятий хореографического коллектива необходимо просторное, светлое, чистое помещение с зеркалами. Для занятий по современному танцу и репетиций номеров необходим магнитофон или музыкальный центр; записи используемых композиций; реквизит для подготовки выступлений.

Материально-техническое оснащение программы: учебный класс, станки, зеркала, раздевалка для детей, магнитофон, ноутбук, экран, столы, стулья, сценические костюмы, резиновые мячи, скакалки, обручи, коврики.

2. Организационно-педагогические условия реализации программы

2.1. Учебный план

Уровень 1- стартовый "Основы хореографии"

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	Введение. Инструктаж по технике безопасности	4	3	1	
2.	Позиции ног	5		5	текущее наблюдение
3	Позиции и положения рук	5		5	текущее наблюдение
4	Положение корпуса	4		4	текущее наблюдение
5	Изоляция	10		10	текущее наблюдение
6	Упражнения на середине зала	10		10	текущее наблюдение
7	Упражнения для позвоночника	6		6	текущее наблюдение
8	Элементы гимнастики	14		14	текущее наблюдение
9	Кросс. Передвижение в пространстве.	14		14	текущее наблюдение
10	Импровизация	14		14	текущее наблюдение
11	Танцевальные	55		55	текущее

	комбинации				наблюдение
12	Итоговое занятие	3		3	концерт
	Всего	144	3	141	

«Уровень 2» - базовый "Искусство хореографии"

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	Повторение позиций ног	4	1	3	текущее наблюдение
2.	Повторение Позиций и положения рук	5		5	текущее наблюдение
3.	Повторение положение корпуса	1		1	текущее наблюдение
4.	Изоляция	6		6	текущее наблюдение
6	Упражнения на середине зала	6		6	текущее наблюдение
7	Упражнения для позвоночника	4		4	текущее наблюдение
8	Элементы гимнастики	6		6	текущее наблюдение
11	Танцевальные комбинации	2	1	1	текущее наблюдение
12	Итоговое занятие	2		2	концерт
Всего		36	2	34	

Содержание программы «Современная хореография»:

Тема 1. Вводное занятие.

История развития современного танца. Основные направления современного танца.

Теория: В занятие входит рассказ преподавателя о программе обучения, знакомство с родителями, требования к танцевальной форме, обуви, о культуре поведения в коллективе и в танцевальном зале. Беседа по технике безопасности. Формирование групп по возрасту, медицинские показания для занятий танцами, расписание занятий.

Тема 2. Изучение параллельных позиций ног. Изучение второй и четвертой позиций ног.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 3. Изучение положений рук. Изучение положения рук в танце модерн (на талии с отведенными локтями назад, с фиксацией на грудной клетке).

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 4. Изучение положений рук. Изучение положения рук в танце модерн (на талии с отведенными локтями назад, с фиксацией на грудной клетке).

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 5. Основные положения корпуса. Изучение release (расширение, распространение) и contractions (сосредоточение).

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 6. Основные положения корпуса. Изучение roll down, roll up, flat back и arch.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 7. Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения. Изучение движений поворотов и наклонов головы + Sundari.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 8. Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения. Изучение движений рук+движения ареалами (отдельно кисти рук, рука от локтя, от плеча).

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 9. Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения. Изучение движений плечами.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 10. Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения. Проработка движений грудной клеткой – диафрагмой.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 11. Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения.

Изучение curve (керф) – изгиб верхней части позвоночника до солнечного сплетения вперед, в сторону.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 12. Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения. Изучение пелвис (бедра): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх Поза коллапса.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 13. Координация изолированных центров. Изучение координации 2-х центров в одновременном параллельном движении.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 14. Координация изолированных центров. Совершенствование координации 2-х центров в одновременном параллельном движении.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 15. Координация изолированных центров. Совершенствование координации 2-х центров в одновременном параллельном движении.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 16. Координация изолированных центров. Совершенствование координации 2-х центров в одновременном параллельном движении.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 17. Построение и разучивание экзерсиса на середине зала. Изучение терминологии экзерсиса на середине зала.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 18. Построение и разучивание экзерсиса на середине зала. Изучение plie на середине зала.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 19. Построение и разучивание экзерсиса на середине зала. Совершенствование plie с добавлением различных движений рук.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 20. Построение и разучивание экзерсиса на середине зала. Изучение battement tandu et battement tandu iete в параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос веса тела без продвижения в пространстве).

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 21. Построение и разучивание экзерсиса на середине зала. Совершенствование battement tandu et battement tandu iete в параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос веса тела без продвижения в пространстве).

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 22. Построение и разучивание экзерсиса на середине зала. Изучение rond de jamb par terre с «противоходом» рук.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 23. Построение и разучивание экзерсиса на середине зала.Изучение grand battement jete на 45 градусов.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 24. Построение и разучивание экзерсиса на середине зала. Совершенствование grand battement jete на 90 градусов.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 25. Построение и разучивание экзерсиса на середине зала. Совершенствование grand battement jete на 180 градусов.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 26. Построение и разучивание экзерсиса на середине зала. Закрепление раздела.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 27. Упражнения для позвоночника. Изучение упражнений твист и спиралей торса.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 28. Упражнения для позвоночника. Совершенствование упражнений твист и спиралей торса.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 29. Упражнения для позвоночника. Изучение high-reliase (хай-релиз).

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 30. Упражнения для позвоночника. Изучение body roll (волны).

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 31. Элементы гимнастики. Изучение техники безопасности во время исполнения гимнастических трюков.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 32. Элементы гимнастики. Изучение упражнения - мостик.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комплекс выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов.

Тема 33. Элементы гимнастики. Изучение стойки на руках.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на растяжку и разогрев необходимыхь групп мышц. Разучивание элементов гимнастики с соблюдением техники безопасности.

Тема 34. Элементы гимнастики. Изучение упражнения - колесо.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Разучивание элементов гимнастики с соблюдением техники безопасности.

Тема 35. Элементы гимнастики. Совершенствование растяжки.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Разучивание элементов гимнастики с соблюдением техники безопасности.

Тема 36. Элементы гимнастики. Совершенствование силовых навыков.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на растяжку и разогрев необходимых групп мышц, развитие силовых навыков. Разучивание элементов гимнастики с соблюдением техники безопасности.

Тема 37. Кросс. Изучение шагов примитива и шагов в модерн-джаз манере.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный ориентацию в пространстве. Разучивание элементов гимнастики с соблюдением техники безопасности. Вращение как способ передвижения в пространстве.

Тема 38. Кросс. Изучение прыжков («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»).

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Комбинации прыжков, исполняемых по диагонали.

Тема 39. Уровни (верхний, средний, нижний). Изучение уровней (стоя, на четвереньках, на коленях).

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращений и прыжков.

Тема 40. Уровни (верхний, средний, нижний). Изучение уровней (сидя, лежа).

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращений и прыжков.

Тема 41. Уровни (верхний, средний, нижний). Совершенствование всех уровней.

Практика. Комплекс упражнений, рассчитанный на растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращений и прыжков.

Тема 42. Уровни (верхний, средний, нижний). Игра «Фотоальбом».

Практика. Изучение и закрепление навыков в игровой форме.

Тема 43. Партерные перекаты (транзишен). Изучение техники исполнения движений партера. Перекаты из положения: сидя в группировки, через «лягушку», через поперечный шпагат (поза ученика)\

Тема 44. Партерные перекаты (транзишен). Изучение позы «зародыша».

Тема 45. Партерные перекаты (транзишен). Изучение прямых поворотов на полу (бревно).

Тема 46. Партерные перекаты (транзишен). Изучение подготовительных упражнений к перекату через одно плечо.

Тема 47. Импровизация. Изучение техники расслабления, исследования своего тела, бодиворк.

Тема 48. Импровизация. Изучение правильного дыхания (каждое движение построено на дыхании).

Тема 49. Импровизация. Изучение правильной техники импровизации с движением (шаги, прыжок, скрутка….).

Тема 50. Импровизация. Изучение эмоциональной стороны техники импровизация (неосознанность движения).

Тема 51. Импровизация. Постановка этюда «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела…».

Тема 52. Импровизация. Постановка этюда «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела…».

Тема 53. Импровизация. Проработка импровизации с музыкой, ритмом.

Тема 54. Импровизация. Проработка импровизации с музыкой, ритмом.

Тема 55. Импровизация. Совершенствование импровизации с пространством класса, смена уровней, ракурсов.

Тема 56. Импровизация. Изучение контактной импровизации в дуэте, постановка этюда «продолжи движение в дуэте».

Тема 57. Импровизация. Постановка этюда «продолжи движение в дуэте».

Тема 58. Импровизация. Закрепление раздела.

Тема 59. Танцевальные комбинации. Составление танцевальных комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.

Тема 60. Танцевальные комбинации. Составление танцевальных комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.

Тема 61. Танцевальные комбинации. Составление танцевальных комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.

Тема 62. Танцевальные комбинации. Составление танцевальных комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.

Тема 63. Танцевальные комбинации. Завершающий урок по составлению танцевальных комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.

Тема 64. Танцевальные комбинации. Показ составленных танцевальных комбинаций из изученных элементов в т.ч. с использованием импровизации.

Тема 65. Итоговое занятие.

Практика. Концерт.

2.2. Календарный учебный график

Период реализации	Уровень
11 сентября – 11июнь	Стартовый уровень" Основы хореографии"
11 сентября -11 июнь	Базовый уровень "Искусство хореографии"

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная карусель» включает в себя содержание следующих уровней:

№ п/п	Название программы уровня	Количество часов
1.	Стартовый уровень "Основы хореографии"	144 (2 группы)
2.	Базовый уровень "Искусство хореографии"	36 (1 группа)

2.3. Воспитательная работа:

2.3.1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей:

Цель программы:

Создание условий для формирования здоровой (духовно, нравственно, физически и психически) и творческой личности методами и формами воспитательной работы через деятельность студии современного танца.

Данной целью определяются следующие задачи:

- Организация разнообразной, творческой деятельности, в ходе которой осуществляется развитие и благополучная социализация воспитанника («потребность в творческой деятельности»).
- Создание условий для сохранения и укрепления здоровья воспитанников. Только здоровый человек способен и готов к активной творческой деятельности («потребность быть здоровым»).
- Воспитание у детей уважительного отношения друг к другу и старшим, создание благоприятного нравственно-психологического климата, здоровых межличностных отношений в коллективе («потребность в защищенности, безопасности»).
- Создание условий для успешного самоутверждения и творческого развития каждого воспитанника, привитие сознательного поведения и самодисциплины («потребность в уважении, признании»).
- Формирование сплоченного коллектива через развитие коммуникативных способностей воспитанников, организация работы по единению и сотрудничеству руководителя и воспитанников, формирование навыков совместной деятельности («потребность в коллективной деятельности»).

Важным моментом является подбор методов и форм организации воспитательной работы в танцевальной студии, через которые будут реализовываться поставленные цели и задачи.

2.3.2. Формы и методы воспитания:

Форма, по сути, организованно обеспечивает реализацию принципов и методов воспитания детей.

Классификация форм работы:

Мероприятие – это событие, занятия, ситуации в коллективе, организованные для детей с целью непосредственного воспитательного воздействия на них. Характерные признаки такого типа форм являются созерцательно-исполнительская позиция детей и организаторская роль взрослых.

Дела – это общая работа, важные события, осуществляемые и организуемые членами коллектива на пользу и на радость кому-либо, в том числе и самим себе.

Игра – это воображаемая или реальная деятельность, целенаправленно организуемая в коллективе с целью обучения, отдыха и развлечения.

Индивидуальные формы: беседа, консультация, обмен мнениями.

Коллективные формы: конкурсы, концерты, походы.

Часы общения - предназначены для повышения познавательного уровня учащихся, развивают и обогащают умственный кругозор.

Продолжительность часов общения зависит от выбранного метода и тематической направленности. Формы проведения часов общения могут быть различны:

- беседы по этикету, по истории развития хореографии;
- сообщения о новостях в мире искусства;
- собрания по решению текущих проблем,
- дискуссии, тесты,
- тренинги общения, уверенности в себе, на снятие агрессии, на адаптацию в коллективе.

2.3.3. Условия воспитания, анализ результатов:

промежуточная аттестация в конце 1 полугодия – диагностическая карта на каждого ребёнка), итоговая аттестация (в конце года - диагностическая карта на каждого ребёнка). Для диагностической карты промежуточной и итоговой аттестаций разработаны критерии оценивания (Приложение 1). Демонстрация образовательных результатов осуществляется в ходе открытых занятий в присутствии родителей, участии учащихся в различных конкурсах, праздничных концертах, отчетном концерте коллектива и учреждения.

2.3.4. Календарный план воспитательной работы:

№ п/п	Название события, мероприятия	Сроки	Форма проведения	Практический результат и информационный

				продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1.	Воспитание познавательных интересов «Современный танец и пластика» презентация программы	октябрь	очная	фото и видеоматериалы
2.	Спортивно-оздоровительное «Я расту здоровым!»	ноябрь	очная	фото и видеоматериалы
3.	Экологическое воспитание «Сохраним планету» (беседа, проект)	декабрь	очная	фото и видеоматериалы
4.	Духовно-нравственное, художественно-эстетическое. Знакомство с театром, развитие познавательного интереса к театральному искусству	январь	очная	фото и видеоматериалы
5.	Патриотическое Наша Родина – Россия! (столица нашей родины, символика страны, народы России)	февраль	очная	фото и видеоматериалы
6.	Духовно-нравственное, художественно-эстетическое «Светлая пасха»	март	очная	фото и видеоматериалы
7.	Экологическое воспитание «День защиты Земли» (проект)	апрель	очная	фото и видеоматериалы

2.4. Условия реализации программы:

Программа "Танцевальная карусель "реализуется на базе Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования» пгт. Междуреченский.

2.4.1. Материально-техническое обеспечение:

Дополнительная образовательная деятельность по хореографии должна проходить в специально оборудованном кабинете (зале), отвечающем гигиеническим требованиям и правилам пожарной безопасности, с достаточной площадью поставленных педагогом задач, с хорошим освещением, специальным покрытием на полу (возможно ковровое покрытие). Зал должен быть оборудован зеркалами, для занятий в партере необходимы гимнастические коврики. Необходимо наличие технические средства обучения: музыкальный центр с флэш-накопителем. Необходимо так же наличие предметного материала: крупные и мелкие мячи, гимнастические ленты, обручи, игрушки, аксесуары для народных танцев, . Детям для занятий хореографией необходима специальная одежда и обувь.

Обязательная одежда и обувь для занятия:

Для девочек - Купальник черного цвета. Юбка или лосины черного цвета из легкой ткани. Балетки белого цвета (или чешки), носки. Волосы должны быть собраны в пучок.

Для мальчиков - Футболка чёрного цвета. Шорты темного цвета из лёгкой ткани, не облегающие, свободные. Балетки черного цвета (или чешки), носки.

2.4.2. Оборудование:

№ п/п	Наименование	Ед. изм.	Колич.
1.	гимнастические ленты	1	15 шт
2.	обручи	1	15шт
3.	мячи	1	15шт
4.	гимнастические коврики	1	15 шт
5.	музыкальное оборудование	1	1шт
6.	станки	1	1шт
7.	скамейки	1	3шт

8.	гимнастические палки	1	15шт
9.	стулья	1	4шт
10.	стол письменный	1	1шт
11.	зеркала		
12.	шкаф	1	2шт
13.	компьютер	1	1шт
14.	скакалки	1	15шт

2.5. Кадровое обеспечение программы:

Обучение по программе ведет педагог дополнительного образования со средним профессиональным **педагогическим образованием (**Диплом о среднем профессиональном образовании по специальности хореографическое искусство (БУ СПО ХМАО – Югры, колледж-интернат «Центр искусств для одаренных детей севера»), Диплом о среднем профессиональном образовании, квалификация-воспитатель детей дошкольного возраста (ГАПОУ Свердловской области «Ирбитский гуманитарный колледж г. Ирбит»).

2.6. Информационное обеспечение: *Сайт* *http://cdo-konda.ru/*

2.7. Методическое обеспечение программы

Данная программа может быть эффективно реализована во взаимосвязи методического обеспечения программы и материально-технических условий.

Методическое обеспечение:

- специальная литература по хореографии;
- фонотека;
- видеотека;
- картотека игр;
-тематические папки «История хореографии», «Классический танец», «Хореографические профессиональные коллективы».
- сценарные разработки праздников, игровых программ и т.д.;
-дидактический материал (таблицы, рисунки, памятки, инструкции и др.).

Фонотека:

-Сборник «Джаз танец»;

-Сборник «Джаз-ремикс»;

-Сборник классической музыки «RondoVeniciano»;

-Сборник «Классическая музыка» №1;

-Сборник «Классическая музыка» №2;

-Сборник детских песен «Союз 76»;

-Сборник детских песен «Разноцветная семья»;

-Сборник Safri Duo;

-Сборник «Классика для малышей»;

-Сборник «Детская дискотека»;

-Сборник музыки народов мира;

-Сборник «Ритмика для малышей»;

-Сборник «Детские песенки».

Видеотека:

-Мастер-класс «Street-джаз»,«Slowly-джаз» А.Назаретян, Екатеринбург

-Мастер-класс«Экспрессивная пластика», Т.Брызгалова. Екатеринбург 2005;

-Мастер-класс «Детский танец» Н.Слободчикова г.Красноярск;

-Мастер-класс «Джаз-Модерн» Н.Каспарова. Санкт-Петербург.2003 г.

-Видео областного конкурса на приз газеты «Труд»-2010 г;

-Видео-урок «Историко-бытовой танец» в хореографическом училище Г.Новосибирск;

-Мастер-класс А.Уфимцева «Танец Новосибирск- 2009 г;

-Мастер-класс А. Мишукова«Детский танец» Новосибирск-2008г;

-Мастер-класс Е. Шевцов «Джаз-модерн». Москва -2009 г;

-Курс растяжек от Тарабановой;

-Курс растяжек от Озерской;

-Курс растяжек от Масаевой;

2.8. Программное обеспечение

Онлайн пакет офисных продуктов	https://docs.google.com	Требуется регистрация
Онлайн сервис для	https://meet.google.com/	Требуется регистрация

проведения видеоконференций		
Электронно-образовательные ресурсы		
Видеохостинг	https://www.youtube.com/	Не требуется регистрация, доступ по ссылке

2.9. Информационные источники

Список литературы, используемой при составлении программы

1.«Примерные требования к программам дополнительного образования детей» [Текст] / приложение к письму Министерства образования РФ.- Дополнительное образование.- №3/07 С. 5-7.

2.«Содержание, структура и оформление программ дополнительного образования детей» [Текст] / Приложение к письму Министерства образования РФ от 11.12.06 №06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»/Нормативные документы образовательного учреждения.- №3.- 2008.- С.39-42.

3.Энциклопедия психологических тестов [Текст] / под ред. В. Хохликова. – М.: ТЕРРА – Книжный клуб, 2014 – 360 с.

4.Овчинникова Е.Г. Разработка учебных программ в учреждениях дополнительного образования [Текст]: методическое пособие Овчинникова.- Кемерово: типография Кемеровского облИУ, 2015-63с,21 см.- 300 экз.

5.Пуртова, Т.В., Учите обучающихся танцевать [Текст]: учеб.- метод. пособие / Т.В. Пуртова; - М.: ВЛАДОС, 2013 – 234 с. 24 см. – 3000 экз.

6.Барышникова, Т.А, Азбука хореографии [Текст]: учеб.- метод. пособие / Т.А. Барышникова.– Санкт-Петербург: ВЛАДОС, 2013 – 128с., 21 см. – 2000

7.Смирнова, М.В. Классический танец [Текст]: книга для учителей /М.В. Смирнова. – М., 2014;. – 230с. ; 21 см. – 1000 экз.

8.Бурмистрова, И., Силаева К. Школа танца для юных. [Текст]: учеб.- метод. пособие / И. Бурмистрова , К.Силаева.– Москва: Искусство, 2016г.- 210с.; 21 см. – 1000 экз.

9.Козлов, В.В. Физическое воспитание обучающихся в учреждениях дополнительного образования: Акробатика. [Текст]: учеб.- метод. пособие /

Козлов В.В. – М.: ВЛАДОС 2013.- 64 с.; 21 см. – 10 000 экз. ISBN 5-691-00798-X

10.Коренева, Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли для детей дошкольного и младшего школьного возраста. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Т. Ф Корнеева .- М: ВЛАДОС 2015.– 136с,149 с. ; 28см. – 10 000 экз. 1,2 часть.

11.Миллер, Э., Блэкмэн, К. Упражнения на растяжку. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Э. Миллер , К. Блэкмэн - М: Москва, 2016.– 100 ; 21 см. – 2 000

12.Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого

движения. [Текст]: учеб.- метод. пособие / М.А. Михайлова, Н. В. Воронина

- М: Ярославль, 2017.– 340с. ; 21 см. – 2000 экз.

Материалы для обучающихся:

1.Барышникова, Т.А, Азбука хореографии [Текст]: учеб.- метод. пособие /Т.А. Барышникова.– Санкт-Петербург: ВЛАДОС, 2020 – 128с., 21 см. – 2000 экз.

2.Васильева, Т.К. Секрет танца. [Текст]: учеб.- метод. пособие

/Т.К.Васильева. – Санкт-Петербург: Диамант, 2019– 180с. ; 21 см. – 1000 экз.

3.Бурмистрова, И., Силаева К. Школа танца для юных. [Текст]: учеб.- метод. пособие / И. Бурмистрова, К.Силаева.– Москва: Искусство, 2020г.- 210с.; 21 см. – 1000 экз.

4.Козлов, В.В. Физическое воспитание обучающихся в учреждениях дополнительного образования: Акробатика. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Козлов В.В. – М.: ВЛАДОС 2018.- 64 с.; 21 см. – 10 000 экз. ISBN 5-691- 00798-X

5.Коренева, Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли для детей дошкольного и младшего школьного возраста. [Текст]: учеб.- метод. пособие

/ Т. Ф Корнеева.- М: ВЛАДОС 2018.– 136с,149 с. ; 28см. – 10 000 экз. 1,2 часть.

6.Миллер, Э., Блэкмэн, К. Упражнения на растяжку. [Текст]: учеб.-метод.пособие / Э. Миллер , К. Блэкмэн - М: Москва, 2020.– 100 ; 21 см. – 2 000 экз.

7.Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. [Текст]: учеб.- метод. пособие / М.А. Михайлова, Н. В. Воронина - М: Ярославль, 2019.– 340с. ; 21 см. – 2000 экз.

8.Попова Е. Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. [Текст]: книга для учителей / Е. Г. Попова - М:

Материалы для педагогов

1.1.Пуртова, Т.В., Учите обучающихся танцевать [Текст]: учеб.- метод. пособие / Т.В. Пуртова; - М.: ВЛАДОС, 2020 – 234 с. 24 см. – 3000 экз.2.Барышникова, Т.А, Азбука хореографии [Текст]: учеб.- метод. пособие / Т.А. Барышникова.– Санкт-Петербург: ВЛАДОС, 2013 – 128с., 21 см. – 2000 экз.

3.Васильева, Т.К. Секрет танца. [Текст]: учеб.- метод. пособие / . Т.К.Васильева. – Санкт-Петербург: Диамант, 2019– 180с. ; 21 см. – 1000 экз.

4.Смирнова, М.В. Классический танец [Текст]: книга для учителей / М.В. Смирнова. – - М., 2019;. – 230с. ; 21 см. – 1000 экз.

5.Васильева, Е. Танец [Текст]: книга для учителей / Е. Васильева – М.: Искусство, 2019 – 210с.; 21 см. – 1000 экз.

6.Козлов, В.В. Физическое воспитание обучающихся

дополнительного образования: Акробатика. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Козлов В.В. – М.: ВЛАДОС 2014.- 64 с.; 21 см. – 10 000 экз. ISBN 5-691- 00798-X

7.Коренева, Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли для детей дошкольного и младшего школьного возраста. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Т. Ф Корнеева .- М: ВЛАДОС 2019.– 136с,149 с. ; 28см. – 10 000 экз. 1,2 часть.

8.Левин, М.В. Гимнастика в хореографической школе. [Текст]: учеб.-метод. пособие / М.В. Левин – М: Терра. Спорт., 2019г.– 96 см. – 3000 экз. ISBN 5- 93127-065-5

9.Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. [Текст]: учеб.- метод. пособие / М.А. Михайлова, Н. В. Воронина - М: Ярославль, 2019.– 340с. ; 21 см. – 2000 экз.

10.Смирнова М.В. Классический танец [Текст]: книга для учителей / М.В. Смирнова. – - М.: Просвещение, 2020;. – 230с. ; 21 см. -10000 экз.