

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА КОРОЛЕВ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
"Центр Орбита"

Рекомендовано на заседании
Педагогическим советом
Протокол № 44
от «04» апреля 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО «Центр Орбита»
Приказ № 44
от «04» апреля 2023 г.
Т.П. Задружная



**Дополнительная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Танцуйте на здоровье»
(базовый уровень)**

Возраст учащихся: 6 - 11 лет
Срок реализации: 3 года
Автор - составитель: Кошелева Наталья Юрьевна
Педагог дополнительного образования

г.о. Королев
2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа **художественной направленности «Танцуйте на здоровье» базового уровня** составлена с учетом методических рекомендаций по разработке дополнительных общеразвивающих программ (Министерство образования Московской области, отдел воспитания и дополнительного образования и сопровождения детства ГБОУ ВО МО «Академия социального управления») и предназначена для обучения детей младшего школьного возраста.

Программа предполагает реализацию материала, обеспечивающего освоение специализированных знаний, создающего общую и целостную картину изучаемого предмета в рамках содержательно - тематического направления программы.

Танец, как одна из древнейших форм общения, выполняет много функций: образовательную, воспитательную, способствует выражению чувств человека. Передавая из поколения в поколение традиции танцев, народ закрепил в них нормы поведения людей. В тоже время в танце можно увидеть отражение изменений, которые происходят в окружающем мире. Посещая занятия по хореографии, дети много узнают о танце, учатся слушать музыку передавать её содержание и образы через движение, также у детей развиваются такие качества как сила и гибкость, быстрота и ловкость, вестибулярная устойчивость, прыгучесть, общая выносливость, занимаясь танцами, дети реже болеют.

Программа «Танцуйте на здоровье» создана для учреждения дополнительного образования детей, культивирующих танец не только как средство развития эстетических, хореографических, танцевальных, двигательных качеств учащихся, но и как способ оздоровления, коррекции физических недостатков.

Обучение детей по программе «Танцуйте на здоровье», включает в себя изучение основ танцевальной культуры, усвоение учащимися полученных знаний, развитие у учащихся способность отличать характер музыки, освоение программы способствует физическому развитию и повышению уровня общего образования и культуры детей.

Актуальность

Данная программа направлена на решение одной из самых важных проблем на сегодняшний день - физическое развитие и оздоровление детей. Анализируя многолетний опыт работы, следует отметить, что в любительский хореографический коллектив чаще всего приходят дети, у которых наблюдаются незначительные физические недостатки (сколиоз, плоскостопие, косолапость). Танец позволяет справиться не только с физическими проблемами, но и психологическими (выброс негативных эмоций, проблемы общения, творческой самореализации). Формировать у детей грамотный подход к решения тех или иных трудностей лучше всего в младшем школьном возрасте. Ведь прежде, чем научить ребёнка танцевать, нужно укрепить и

подготовить его организм физически, чтобы ребёнок непросто мог выполнить эти движения, но и выполнял их легко и непринужденно. Тогда и результат работы порадует и педагога, и родителей, и самого ребёнка.

Опираясь на исторический опыт учёных и многочисленные исследования можно сказать, что под влиянием мышечной работы, совершаемой при выполнении физических упражнений, в организме происходят стойкие изменения, ведущие к его укреплению. Академик И. П. Павлов сказал, что физической деятельностью можно «заряжать и подкреплять» кору головного мозга, повышать активность нервных процессов. Ощущение свежести, бодрости и удовлетворённости, испытываемое человеком при мышечной работе, И. П. Павлов назвал «мышечной радостью».

Изучение основ народно-сценического танца необходимо по многим причинам: во-первых, развиваются и вводятся в работу мышцы, которые не принимают участие во время исполнения движений классического танца; во-вторых, дети, родившиеся и живущие в России должны знать свою культуру и самобытность страны, в которой живут; в-третьих, движения народно-сценического танца способствуют развитию виртуозности и выразительно тип движений.

Программа способствует вовлечению детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, в том числе детей с ОВЗ, детей-инвалидов, детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в занятия дополнительным образованием, в творческие конкурсы и социально-значимые мероприятия. В настоящее время возникает необходимость в новых подходах в образовании и воспитании детей с ОВЗ для дальнейшей социализации их в общество. Обеспечение реализации прав детей с ОВЗ на участие в программах дополнительного образования является одной из важнейших задач государственной образовательной политики.

Социальная адаптация – приспособление человека к условиям новой социальной среды, один из социально-психологических механизмов социализации личности. В педагогической практике важное значение имеет учёт особенностей процесса адаптации при вхождении ребёнка в новые социальные отношения. Дополнительное образование расширяет мир связей и отношений, и задача педагогов обогатить нравственно, интеллектуально опыт социального взаимодействия детей.

Цель программы – развитие мотивации личности к здоровому образу жизни и творчеству средствами танца, создание условий для самореализации и развития талантов детей, формирование у детей и молодежи общероссийской гражданской идентичности, патриотизма и гражданской ответственности.

Задачи программы

Личностные:

- формировать общественно активную личность, гражданскую позицию;
- формировать устойчивый интерес к искусству танца;

- оказать влияния на развитие коммуникативных сфер;
- воспитать чувство заботы о своём здоровье;
- сформировать навыки ЗОЖ;
- воспитать бережно отношение к культурном наследию Родины средствами танца.

Метапредметные:

- воспитать волевые и эмоциональные качества (трудолюбие, аккуратность, внимательность, воображение, фантазию)
- развивать мотивацию к танцевальному виду деятельности, потребность в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности.

Предметные:

- развить исполнительской навык;
- развить художественной – творческие способности;
- развить такие физические данные как сила, ловкость, гибкость;
- выносливость, координация движений, ориентирован в пространстве;
- развить музыкальные способности, чувство ритма и темпа;
- сформировать красивую походку, осанку, выразительно телодвижений.

Отличительные особенности программы

Программа содействует эстетическому, нравственному, патриотическому, этнокультурному воспитанию детей путем приобщения к искусству, народному творчеству, сохранению культурного наследия народов Российской Федерации. Данная программа содержат большой материал по ритмике, основам классического танцу и народного танца. В программе также достаточно уделяется внимание на укрепление и сохранение здоровья детей: есть система упражнений на дыхание, упражнения на растягивание, упражнения по специальной физической подготовке, которые необходимы для укрепления мышц и всего организма в целом.

Данная программа предусматривает построение процесса обучения по спирали, с усовершенствованием на каждом этапе до качественно нового уровня знаний. Один и тот же учебный материал для различного возраста обучаемых и на разных годах обучения может использоваться в различных пропорциях.

Принципиальным отличием программы является ее мобильность, что позволяет при необходимости вести ее как в очном режиме, так и с применением дистанционных технологий.

Дети с ОВЗ также могут успешно освоить программу обучения. Учебный процесс строится по принципу наглядности обучения, когда педагог параллельно с учащимися выполняет каждое задание, на основах системности и преемственности, то есть каждый этап обучения является базовым для следующего, а для предыдущего – расширенным и усложнённым смысловым продолжением. Учитывая физиологические и физические особенности детей с ОВЗ обязательной составляющей программы, является участие детей на праздничных выступлениях и социально-значимых мероприятий, дающих понимание значимости своего участия для других людей.

Адресат программы

Рассчитана на детей в возрасте от 6 до 11 лет. Принцип набора в группы - свободный, однако, необходимо, предоставить медицинскую справку о состоянии здоровья.

Младший школьный возраст — это возраст, когда приобретение знаний опирается на систему не полностью осознаваемых ощущений. Мировоззрение носит не столько рациональный, сколько чувственный характер. Становится значимой внешность ребёнка, так как она может определять его взаимоотношения с окружающими.

Это игровой возраст. Игра всегда вызывает у детей весёлое настроение (игровой метод). В этом возрасте доминирует игровой рефлекс, они лучше воспринимают через игру, поэтому игровой метод в обучении очень близок к ведущей деятельности детей младшего школьного возраста. Для него характерны: жизнерадостность, подвижность, доверчивость. Возбуждение сильнее, чем торможение. Внимание детей не устойчиво: они легко отвлекаются, им трудно сосредотачиваться продолжительное время на одном задании. Преобладает конкретно- образное мышление. Конкретный, живой образ им ближе, чем отвлечённое понятие. Очень важно пробудить и развить у детей творческое, двигательно-образное представление, давая им возможность самим придумать движения для того или иного образа. Поэтому необходимо применять импровизационный метод, для этого детям предлагают игры или упражнения с элементами импровизации, например игры: «В мире животных», «Магазин игрушек», где они сами придумывают, как будет двигаться то или иное животное, та или иная игрушка, а задача педагога правильно подобрать музыкальный материал, характерный для этого образа. Но рассчитывать на то, что дети сами научатся чувствовать музыку, нельзя. Педагог своими пояснениями должен помочь им приобрести умение согласовывать свои движения с музыкой и применять музыкальное сопровождение, как методический приём. Ибо правильно подобранная музыка несёт в себе все те эмоции, которые затем дети проявляют в танце.

Двигательный аппарат находится в периоде развития, чем отражается в слаборазвитой выносливости к длительной, динамичной работе. Дети быстро утомляются от однообразия. Но, с другой стороны, необходимо удовлетворить их потребность в движении. Поэтому следует чаще менять темпо-ритм урока, избегать однообразия и следить за нормальным дыханием.

В этом возрасте закладываются понимание танца, происходит понимание коллективного исполнения, музыкальной культуры и культуры поведения. На этом этапе детей необходимо научить двигаться только под музыку, если музыка звучит, то мы двигаемся, без музыки не двигаемся.

Занятие длится 45 минут и строится на ритмических, игровых, элементах и танцевальных движениях. В тренаж постепенно вводятся движения классического, народно-сценического и эстрадного танца. На этом возрастном этапе должен превалировать метод показа. Он предполагает, что прежде, чем приступить к проучиванию нового движения, педагог предваряет его своим

точным показом. Он необходим, для того чтобы показать детям движение в законченном виде и возбудить их воображение. При первом показе педагога движение должно быть законченным, а при проучивании оно разбивается на составляющие детали. В основе репертуара – жизнерадостность. Если ставятся сюжетные танцы, то они должны быть событийными, но доступными для восприятия и понимания детей. Событийность помогает неустойчивому вниманию, постоянно находить предмет переключения, и дети на сцене и в зале не утомляются.

Для детей с ОВЗ младшего школьного возраста характерны низкий уровень свойств внимания (устойчивость, концентрация, переключение), развития речи, мышления, трудности в понимании инструкций, большое количество страхов и стрессов, чувство одиночества. Им присущи ограниченные представления об окружающем мире. Темп выполнения заданий низкий, дети нуждаются в помощи взрослого. С целью закрепления у детей желания посещать занятия, необходимо соблюдать общие психолого-педагогические рекомендации в работе с такими детьми (*Приложение 1*).

Объём и срок освоения программы – срок реализации программы 3 года обучения, всего 432 часа

Режим занятий

Общее количество часов в год 144; занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, с перерывом 10 минут. Длительность одного академического часа 45 минут. Количественный состав группы до 15 человек.

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса – группы учащихся одного возраста, состав группы постоянный.

Планируемые результаты

Личностные:

- будет сформирован устойчивый интерес к искусству танца;
- будут развиты коммуникативные связи;
- будет воспитано чувство заботы о своём здоровье, навыки здорового образа жизни;
- будет воспитано бережное отношение к культурному наследию Родины средствами танца;
- будет сформирована активная личность.

Метапредметные:

- будут воспитаны волевые и эмоциональные качества (трудолюбие, аккуратность, внимательности, воображения, фантазии);
- будут развиты мотивации к определенному виду деятельности, потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности.

Предметные:

- будет развит исполнительский навык;
- будут развиты художественно- творческие способности;
- будут развиты такие физические данные как сила, ловкость, гибкость;
- будут развиты выносливость, координация движений, ориентирован е в пространстве;
- будут сформированы красивая походка, осанка, выразительность в телодвижениях.

К концу первого года обучения

ребёнок должен знать:

1. правила выполнения упражнений развивающих силу ног, рук, туловища;
2. правила растяжки шеи, плеча, рук;
3. как правильно дышать;
4. позиции и положения рук в классическом танце 1, 2, 3, подготовительная;
5. позиции ног в классическом танце, 1, 2, 3, 6;
6. постановку корпуса;
7. музыкальные темпы.

ребёнок должен уметь:

1. выполнять упражнения, развивающие силу рук, ног, туловища;
2. уметь выполнять растяжки шеи, плеча, рук, уметь выполнять упражнения на дыхание, восстанавливать дыхание после активных движений;
3. уметь ориентироваться в пространстве, двигаться в заданном темпе, переключаться из одного темпа в другой, ритмично хлопать в ладоши;
4. уметь чётко выполнять подскоки, галопы, тянуть носки во время танцевальных движений, легко двигаться под музыку

у ребёнка будет сформировано и воспитано:

1. умение работать в группе;
2. знание норм и правил, которым необходимо следовать при общении с детьми и взрослыми;
3. желание выступить на праздниках.

К концу второго года обучения

ребёнок должен знать:

1. терминологию классической хореографии;
2. танцевальные элементы и связки народно-сценического танца;
3. план класса, предложенный А. Я. Вагановой;
4. понятия анфас и ераulement;
5. правила и технику вращения

ребёнок должен уметь:

1. создавать музыкально-двигательных образ;
2. формировать мышечную выразительность тела через накапливание выразительных средств танца;
3. выполнять движения в соответствии с их названием;
4. слушать и воспринимать музыку;
5. выполнять: port de bras, demi plie, releve на п/пальцах, battement tenbdu из 1й позиции по всем направлениям, battement jetes из 1й позиции по всем

направлениям, battement releve lent на 90°, temps releve par terre en dehors, en dedans, temps leve saute, pas echappe;

6. выполнять: «гармошечку», «ковырялочку», «моталочку», «молоточки», «1й ключ», «дробь»

у ребёнка будет сформировано и воспитано:

1. умение организовать общение, эмоционально сопереживать;
2. знание норм и правил, которым необходимо следовать при общении с детьми;
3. желание выступать на концертах, принимать участие в социально-значимых мероприятиях.

К концу третьего года обучения

ребёнок должен знать:

1. терминологию классической хореографии;
2. манеру исполнения народных танцев, технику, стиль;
3. пилотные хореографические коллективы и выдающихся исполнителей прошлого и современности.

ребёнок должен уметь:

1. совершенствовать теоретические знания в области хореографического искусства;
2. совершенствовать практические знания в области хореографического искусства;
3. создавать образы в соответствии с характером музыки;
4. исполнять учебные хореографических постановки;
5. уметь импровизировать.

у ребёнка будет сформировано и воспитано:

1. умение решать конфликтные ситуации, оказывать помощь другу;
2. знание норм и правил, которым необходимо следовать при общении со взрослыми;
3. желание принимать участие в социально-значимых мероприятиях;
4. чувство сценической культуры;
5. чувство ансамбля;
6. сознание социальной значимости народного танца.

Формы аттестации

Текущие формы контроля проводятся на каждом занятии: устный опрос, беседа, наблюдение, обсуждение.

Тематические формы контроля проводятся после прохождения темы или раздела: зачёт, концерт.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов

Фотографии учебного процесса и социально-значимых мероприятий, журнал посещаемости, электронный журнал, грамота, диплом, свидетельство (сертификат), видеозаписи.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов

Промежуточная аттестация проводится в декабре и мае – диагностическая карта на каждого ребёнка.

Итоговая аттестация проводится в мае при окончании освоения программы – диагностическая карта на каждого ребёнка.

Для диагностической карты промежуточной и итоговой аттестаций разработаны критерии оценивания (*Приложение 2*).

Демонстрация образовательных результатов осуществляется также в ходе открытого занятия, участия учащихся в различных конкурсах, праздничных концертах, отчетном концерте учреждения.

Материально-технические условия для реализации программы

- площадь помещения для занятий, системы водоснабжения и отопления, воздухообмен, качество питьевой воды, уровень естественного и искусственного освещения, состояние источников искусственного освещения, температура воздуха в помещении соответствуют санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам;
- актовый зал, оборудованный станками и зеркалами;
- видео- и аудиоаппаратур, компакт-диски, флешка.

Информационное обеспечение

– Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования Московской области «Академия социального управления»

<https://asou-mo.ru/>

– Социальная сеть работников образования «Наша сеть»

<https://nsportal.ru/>

– Творческая студия World choreography video

<https://www.youtube.com/channel/UCrADzx3aQ8TzyTJB5ipmctw>

– ЦЕНТР ХОРЕОГРАФИИ СЧАСТЬЕ – ТВ

<https://www.youtube.com/channel/UCSuLJ2Fm5p5hkaE3nAmDaRA>

– horeograf.com

<https://www.youtube.com/channel/UCfC198Y71xIRIDNd8OlhZgg>

– Сайт «Музыка для хореографов»

<http://www.horeograf.com/ekzsis>

– Азбука безопасности на дороге. Уроки Тётушки Совы

<https://www.youtube.com/channel/UCCdRHbJEGEppCJ-pL7qM11g>

– Riki STUDY Смешарики. Азбука безопасности.

https://www.youtube.com/channel/UCHI9xvLM-UJjj_bbtHhHmBA

– skazatoto Безопасность на дороге

<https://www.youtube.com/user/skazatoto>

– Малыш и дорога ТВ

https://www.youtube.com/channel/UCm9nacneS-4qwtUdOQ_gnYw

– ПДД детям

<https://www.youtube.com/channel/UCd7nfSI020QwLZYt9b0uQSg>

Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования Кошелева Наталья Юрьевна, высшее образование – ВИФК.

Для работы по данной программе педагог должен осуществлять свою деятельность на высоком профессиональном уровне:

- знать законодательства РФ;
- соблюдать устав образовательной организации;
- создавать условия для реализации программы;
- применять педагогически обоснованные и обеспечивающие высокое качество образования формы, методы обучения и воспитания;
- уметь работать с информацией при использовании различных средств, правильно передавать информацию учащимся;
- учитывать особенности психофизического развития учащихся и состояние их здоровья;
- использовать различные средства педагогической поддержки учащихся и изменять стратегию педагогического воздействия при изменении ситуации;
- устанавливать дружеские отношения в группе, формировать благоприятный психологический климат;
- предоставлять каждому ребёнку возможность продемонстрировать свои умения, знания;
- вовлекать ребят в процесс обучения, развивать в них активность, самостоятельность, творческое мышление;
- готовить детей к участию в конкурсах разного уровня, социально-значимых мероприятиях и акциях;
- формировать у детей гражданскую позицию.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 год обучения

Цель: развитие интереса к танцевальной деятельности, элементарных творческих способностей, создание фундамента для последующего обучения.

Задачи:

1. развить коммуникативные связи;
2. воспитать бережно отношение к своему здоровью;
3. развить исполнительской навыки, физические данные;
4. воспитать волевые и эмоциональные качества;
5. дать элементарные знания по партерной гимнастике;
6. научить выполнять упражнения на растягивание;
7. научить выполнять упражнения на полу;
8. научить правильно дышать во время физических нагрузок и восстанавливать дыхание после них;
9. научить чувствовать ритм, темп, характер и эмоциональную окраску музыки.

№ п/п	Наименования раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие Правила по охране труда	1	0,5	0,5	беседа устный опрос
2	Безопасность дорожного движения	7	3,5	3,5	
2.1.	<i>Дорога на занятия История правил дорожного движения. Виды транспорта</i>	1	0,5	0,5	беседа устный опрос
2.2.	<i>Во дворе и в подъезде Дорога и дорожные знаки</i>	1	0,5	0,5	беседа устный опрос
2.3.	<i>Пешеходный переход Светофоры и перекрестки</i>	1	0,5	0,5	беседа устный опрос
2.4.	<i>Разные дороги. В плохую погоду</i>	1	0,5	0,5	беседа устный опрос
2.5.	<i>Безопасность на транспорте Метро и железная дорога</i>	1	0,5	0,5	беседа устный опрос
2.6.	<i>Дети в автомобиле Велосипед</i>	1	0,5	0,5	беседа устный опрос
2.7.	<i>Повторение пройденного материала</i>	1	0,5	0,5	устный опрос
3	Специальная физическая подготовка	40	10	30	
3.1	<i>Система специальных упражнений на растягивание</i>	20	5	15	наблюдение обсуждение зачёт
3.2	<i>Партнерная гимнастика (упражнения на полу)</i>	20	5	15	обсуждение наблюдение зачёт
4	Система упражнений на дыхание	18	6	12	
4.1	<i>Техника дыхания</i>	9	3	6	наблюдение беседа зачёт
4.2	<i>Восстановление дыхания после физических нагрузок</i>	9	3	6	обсуждение наблюдение зачёт
5	Ритмика	50	14	36	
5.1	<i>Музыка, ритм счет</i>	15	4	11	наблюдение обсуждение зачёт
5.2	<i>Построение и перестроение</i>	15	4	11	наблюдение обсуждение устный опрос

5.3	<i>Танцевальные этюды и игры</i>	20	6	14	наблюдение обсуждение зачёт
6	Репетиционно-концертная деятельность	28	7	21	
6.1	<i>Постановочная и репетиционная работа</i>	22	6	16	наблюдение устный опрос зачёт
6.2	<i>Выступления и конкурсы</i>	6	1	5	наблюдение концерт конкурс
	Итого:	144	40	104	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА 1 год обучения

1. Вводное занятие. Правила по охране труда Теория – 0,5 ч. Практика – 0,5 ч.

Теория:

Знакомство с группой детей. Введение в курс обучения. Правила по охране труда. Правила поведения на занятиях. Гигиенические знания и навыки: личная гигиена, режим дня, вред вредных привычек. Форма одежды, причёска, правила поведения. Правила техники безопасности.

Практика:

Игра на знакомство «Воробей». Обсуждение правил поведения на занятиях, технику безопасности

Формы контроля:

Устный опрос, беседа.

2. Безопасность дорожного движения Теория – 3,5 ч. Практика – 3,5 ч.

2.1. Дорога на занятия. История правил дорожного движения. Виды транспорта

Теория:

Дорога на занятия и домой. История правил дорожного движения

https://www.youtube.com/watch?v=pXo0-_DAcA

Виды транспорта

<https://www.youtube.com/watch?v=FJLQiWRSNG0>

Практика:

Обсуждение просмотренного видеоматериала.

Форма контроля:

Беседа, устный опрос

2.2. Во дворе и в подъезде. Дорога и дорожные знаки

Теория:

Во дворе и в подъезде

<https://www.youtube.com/watch?v=LJsNkpM4RAI>

Дорога и дорожные знаки

<https://www.youtube.com/watch?v=LzXwIxmHEcE>

Практика:

Обсуждение просмотренного видеоматериала.

Форма контроля:

Беседа, устный опрос

2.3. Пешеходный переход. Светофоры и перекрестки

Теория:

пешеходный переход

<https://www.youtube.com/watch?v=5WLPjW0uFa0>

Светофоры и перекрестки

<https://www.youtube.com/watch?v=4pvxTv7hnhI>

Практика:

Обсуждение просмотренного видеоматериала.

Игра «Красный, желтый, зелёный»

Формы контроля:

Беседа, устный опрос

2.4. Разные дороги. В плохую погоду

Теория:

Разные дороги

<https://www.youtube.com/watch?v=A6cAorZRLgw>

В плохую погоду

<https://www.youtube.com/watch?v=gh97fyISZh8>

Практика:

Обсуждение просмотренного видеоматериала.

Форма контроля:

Беседа, устный опрос

2.5. Безопасность на транспорте. Метро и железная дорога

Теория:

Безопасность на транспорте

<https://www.youtube.com/watch?v=fJA3dV42MUM>

Метро и железная дорога

<https://www.youtube.com/watch?v=oBaGlkzTI7I>

Практика:

Обсуждение просмотренного видеоматериала.

Круглый стол «Правила поведения в метро».

Форма контроля:

Беседа, устный опрос

2.6. Дети в автомобиле. Велосипед

Теория:

Дети в автомобиле

<https://www.youtube.com/watch?v=tm4mPyODbNE>

Велосипед

<https://www.youtube.com/watch?v=t38csnDmeR8>

Практика:

Обсуждение просмотренного видеоматериала.

Форма контроля:

Беседа, устный опрос

2.7. Повторение пройденного материала

Теория:

Повторение пройденного материала (правила поведения в общественном транспорте, дорожные знаки и т.д.)

Практика:

Викторина «Знатоки ПДД» (Приложение 3).

Форма контроля:

Устный опрос

3. Специальная физическая подготовка

Теория - 10 ч. Практика - 30 ч.

3.1. Система специальных упражнений на растягивание

Теория:

Обучение технике исполнения упражнений, правилам растяжки, техника безопасности.

Практика:

Практическая работа:

- сгибание и разгибания шеи
- повороты шеи
- растяжения шеи
- подъёмы и опускания плеча поочередно
- круговые движения плечевого пояса
- подъёмы и вращения рук, «волны», «птицы»
- подъёмы на п/пальцы(releve)
- п/приседания(plie)
- наклон и перегибы корпуса (por de bras)
- разные виды прыжков (подскоки, галапы, с захлестыванием голени, с вращением вокруг своей оси, мячики, temps leve saute)

Форма контроля:

Наблюдение, обсуждение, зачёт

3.2 Партерная гимнастика (упражнения на полу)

Теория:

Понятие «партер» и значение. Партерная гимнастика. Знакомство с элементами партерной гимнастики. Правила выполнения движений. Ознакомление с элементами партерной гимнастики: упражнения для развития гибкости; упражнения для стоп; упражнения для развития растяжки; 10 упражнения для позвоночника. Выполнение тренировочных упражнений на полу. Комплекс упражнений, направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.

Практика:

Практическая работа:

- «мороженное» упражнения на сокращение и расслабление мышц ног
- упражнения на работу стопы, пальцев
- «складочки» растягиваем подколенные мышцы и мышцы ног
- «бабочки», «лягушки» - выворотность
- наклоны к правой, левой ноге, вперёд
- «разножка» сила внутренних мышц бедра
- «батман», «кораблик» - растяжка и укрепление мышц спины
- «кошечка», «коробочка» - растяжка мышц спины
- «ножницы», «велосипед», «складочки» укрепляет мышцы брюшного пресса.

Форма контроля:

Наблюдение, обсуждение, зачёт

4. Система упражнений на дыхание

Теория - 6 ч. Практика – 12 ч.

4.1 Техника дыхания

Теория:

Первичная диагностика, беседа о значении для всего организма правильной техники дыхания при физических нагрузках, растяжках и в период восстановления после нагрузки.

Практика:

Практическая работа:

трехфазное дыхание в положении стоя и сидя:

- упражнения на технику дыхания (вдох - вытягиваемся вверх, выдох - сгибаемся и садимся)
- «надуваем жевательную резинку» (при вдохе надуваем живот и грудной отдел, при выдохе сдуваем)
- «надуй шарик» - тренирует силу вдоха и выдоха
- «подуй на одуванчик» - тренирует силу вдоха и выдоха

Форма контроля:

Наблюдение, беседа, зачёт

4.2. Восстановление дыхания после физических нагрузок

Теория:

Восстановление дыхания после физических упражнений.

Практика:

Практическая работа:

- восстановление дыхания при ходьбе
- в положении стоя с руками на поясе
- в положении сидя по-турецки (назад)
- в положении сидя по-турецки (в сторону)

Форма контроля:

Наблюдение, обсуждение, зачёт

5. Ритмика

Теория – 14 ч. Практика – 36 ч.

5.1 Музыка, ритм, счет

Теория:

Развитие музыкальных способностей детей, научить слышать и читать музыку, попадать в ритм. Рассказ об основных музыкальных понятиях -ритм, темп, такт, счёт, размер, сильная и слабая доля, целая нота, половинка, четвёртая, восьмая. Развитие воображения, мышечной, зрительно и эмоциональной памяти.

Практика:

Практическая работа:

- движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную и слабую долю и с различным ритмическим рисунком
- муз игры «громко-тихо», «остро-плавно», «бабочки»
- связать движения с динамическими оттенками музыки (Форте-шаги, бег, подскоки, прыжки. Пиано-шаги на п/пальцах, мягкий шаг с носка, на *demi plie*)

Форма контроля:

Наблюдение, обсуждение, зачёт

5.2 Построение и перестроение

Теория:

Знакомство детей:

- с танцевальной азбукой;
- элементами танцевальных движений;
- правилами исполнения танцевальных движений;
- ориентироваться в пространстве.

Практика:

Практическая работа:

- выполнение упражнений танцевальной азбуки;
- ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве (упражнения и игры по ориентации в пространстве, построение в круг, построение в линию, построение в две линии, диагонали, колонны, квадрат, треугольник).

Форма контроля:

Наблюдение, обсуждение, устный опрос

5.3 Танцевальные этюды и игры

Теория:

Основные понятия:

- позиции ног;
- понятия: работающая нога, опорная нога;
- постановка корпуса;
- если звучит музыка, двигаемся, без музыки не двигаемся.

Пластическая выразительность рук (подвижность всей руки, кисти, пальцев, локтя, плеча, сила размаха руки, движение рук в соответствующем темпе).

Практика:

Практическая работа:

- составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов;
- сочинение с детьми танцевальных этюдов(импровизация)
- ознакомление детей с играми, применение игр на занятиях («клумба», «море волнуется раз», «великаны-лилипуты», «фруктовый сад»)

Форма контроля:

Обсуждение, наблюдение, зачет

6. Репетиционно-концертная деятельность

Теория – 7 ч. Практика – 21 ч.

6.1 Постановочные и репетиционная работа

Теория:

Работа над музыкальным материалом танцевальной композиции. Отработка рисунков танца «Вальс-шутка» Прокофьева. Изучение техники исполнения танцевальных движений. Постановка хореографических номеров для выступлений. Подготовка эскизов сценических костюмов.

Практика:

Практическая работа:

- составление танцевальных композиций;
- отработка отдельных движений и связок;
- работа над техникой исполнения;
- работа над характером исполнения;
- отработка танца в концертных костюмах;
- подготовка к выступлению, проведение генеральной репетиции на концертной площадке в костюмах, прогон под музыку.

Форма контроля:

Наблюдение, зачёт

6.2 Выступления и конкурсы

Теория:

Правила публичных выступлений.

Практика:

- концертная деятельность на мероприятиях и концертах;
- выступление на конкурсах разного уровня.

Форма контроля:

Наблюдение, концерт, конкурс

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

2 год обучения

Цель: формирование системы качественного получения отдельных знаний, умений и навыков в хореографии.

Задачи:

1. развить умение слушать и воспринимать музыку;
2. развить умение создавать музыкально-двигательный образ;
3. развить природные задачки и склонности;

4. формировать мышечную выразительность тела через накопление выразительно средств хореографии;
5. научить выполнять движения в соответствии с их названием (терминология классической танца и народной хореографии);
6. сформировать сценическую культуру;
7. сформировать навык ансамбле воле исполнения и публичного выступления;
8. воспитать способность проявлять творческую активность в социум и понимание значимости концертных выступлений.

№ п/п	Наименования раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие Правила по охране труда	1	0,5	0,5	беседа устный опрос
2	Безопасность дорожного движения	7	3,5	3,5	
2.1.	<i>Дорога на занятия Светофоры</i>	1	0,5	0,5	обсуждение устный опрос
2.2.	<i>Правила для пассажиров Метро</i>	1	0,5	0,5	обсуждение устный опрос
2.3.	<i>Пешеходные правила</i>	1	0,5	0,5	обсуждение устный опрос
2.4.	<i>Пешеходная «зебра»</i>	1	0,5	0,5	обсуждение устный опрос
2.5.	<i>Пешеходный переход. Обочина. Знаки для перехода</i>	1	0,5	0,5	обсуждение устный опрос
2.6.	<i>Разметка. Светофор. Трамвай</i>	1	0,5	0,5	обсуждение устный опрос
2.7.	<i>Дорожные знаки. Повтор пройденного материала</i>	1	0,5	0,5	обсуждение устный опрос
3	Азбука музыкального движения	34	10	24	
3.1	<i>Развитие музыкальности, умение координировать движение с музыкой</i>	11	3	9	наблюдение обсуждение зачёт
3.2	<i>Музыкально-пространственные упражнения и игры</i>	11	3	9	обсуждение наблюдение зачёт
3.3	<i>Танцевальные импровизации и игры</i>	12	4	8	обсуждение наблюдение
4	Народно-сценический танец	28	8	20	
4.1	<i>Народные костюмы, музыка, движения, традиции народов России</i>	8	2	6	наблюдение беседа

4.2	<i>Особенности движений народно – сценического танца</i>	20	6	14	обсуждение наблюдение зачёт
5	Классический танец	34	10	24	
5.1	<i>Экзерсис на середине зала Работа над условиями классического танца</i>	17	5	12	наблюдение обсуждение зачёт
5.2	<i>Экзерсис у станка</i>	17	5	12	наблюдение обсуждение зачёт
6	Репетиционно-концертная деятельность	40	10	30	
6.1	<i>Постановочная и репетиционная работа</i>	30	8	22	наблюдение зачёт
6.2	<i>Выступления и конкурсы</i>	10	2	8	наблюдение концерт конкурс
	Итого:	144	42	102	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА 2 год обучения

1. Вводное занятие. Правила по охране труда

Теория- 0,5 ч. Практика – 0,5 ч.

Теория:

Знакомство с группой детей. Правила по охране труда. Правила техники безопасности. Введение в курс обучения.

Практика:

Игра на знакомство «Телефончик знакомства».

Круглый стол «Правила поведения на занятиях»

Формы контроля:

Беседа, устный опрос.

2. Безопасность дорожного движения

Теория- 3,5 ч. Практика – 3,5 ч.

2.1 Дорога на занятия. Светофор

Теория:

Безопасная дорога на занятия.

Светофор. Гармония света. Пляшущие человечки. Мигающие человечки. Некультурные автомобили.

<https://www.youtube.com/watch?v=FJ3HoeZCZIk&list=PLHGLJ5AWvKgJgKRSwioXHY3NSwN04978w&index=1>

Практика:

Обсуждение просмотренного видеоматериала.

Игра «Мой друг светофор»

Форма контроля:

Обсуждение, устный опрос.

2.2 Правила для пассажиров. Метро

Теория:

На остановке. В автобусе. Пристегните ремни. Мотоциклетные правила.

<https://www.youtube.com/watch?v=RGnLxCEwIGc&list=PLHGLJ5AWvKgJgKRSwioXHY3NSwN04978w&index=2>

Метро

https://www.youtube.com/watch?v=DDWbJq6_IM

Практика:

Обсуждение просмотренного видеоматериала.

Круглый стол «Правила поведения в метро».

Форма контроля:

Обсуждение, устный опрос.

2.3 Пешеходные правила

Теория:

Недетский знак. Пограничная территория (*бордюр дороги*). Безопасное место (*тротуар*). Самая страшная машина (*нельзя обходить спереди стоящую машину*). Кто быстрее? (*ролики и скейт*). Нетерпеливые водители. Гонки с препятствиями (*велосипед*). Где кататься? (*велосипед*).

<https://www.youtube.com/watch?v=Как-XRnT5GI&list=PLHGLJ5AWvKgJgKRSwioXHY3NSwN04978w&index=3>

Практика:

Обсуждение просмотренного видеоматериала.

Форма контроля:

Обсуждение, устный опрос.

2.4 Пешеходная «зебра»

Теория:

Пешеходная "зебра". Зебры в городе. Нетерпеливые водители. Некультурные автомобили. Это сладкое слово «мёд» (автомобили специального назначения).

https://www.youtube.com/watch?v=8GB_dfRcemghttps://www.youtube.com/watch?v=8GB_dfRcemg&list=PLHGLJ5AWvKgJgKRSwioXHY3NSwN04978w&index=4

Практика:

Обсуждение просмотренного видеоматериала.

Форма контроля:

Обсуждение, устный опрос.

2.5 Пешеходный переход. Обочина. Знаки для перехода

Теория:

Кто главнее?

<https://www.youtube.com/watch?v=2HaLDPOs0iU>

Обочина

https://www.youtube.com/watch?v=HO_Eyupb2n4

Переход (знаки)

<https://www.youtube.com/watch?v=WiBsxTfseuE>

Практика:

Обсуждение пройденного видеоматериала.

Форма контроля:

Обсуждение, устный опрос.

2.6 Разметка. Светофор. Трамвай

Теория:

Разметка

<https://www.youtube.com/watch?v=F3tkZNXM7Sw&feature=youtu.be>

Светофор

<https://www.youtube.com/watch?v=PNPeAibY1yA>

Трамвай

<https://www.youtube.com/watch?v=7sbRPZfcJ14>

Практика:

Обсуждение просмотренного видеоматериала.

Форма контроля:

Обсуждение, устный опрос.

2.7 Дорожные знаки. Повтор пройденного материала

Теория:

Как выучить дорожные знаки

<https://www.youtube.com/watch?v=BSSwqVpfNXw&t=12s>

Как выучить категории дорожных знаков

<https://www.youtube.com/watch?v=ISXaZE2NTZY&t=8s>

Повторение пройденного материала

(правила поведения в общественном транспорте, на пешеходном переходе, дорожные знаки и т.д.)

Практика:

Обсуждение просмотренного видеоматериала.

Викторина «Дорожные знаки» (*Приложение 4*).

Форма контроля:

Обсуждение, устный опрос.

3. Алфавит музыкального движения

Теория – 10 ч. Практика – 24 ч.

3.1. Развитие музыкальности, умения координировать движение с музыкой

Теория:

Развитие танцевальных и музыкальных способностей, умения слушать музыкальные фразы, чувствовать структуру музыки.

Практика:

- музыкальные игры, построенные на изменении характера, темпа, ритма, динамики звучания;
- музыкально-пространственные управления: движения по периметру в темпе, ритме, характере музыки. Движения в темпе марша, полька;

- создание образов в соответствии с характером музыки.

Формы контроля:

Наблюдение, обсуждение, зачёт

3.2 Музыкально-пространственные упражнения и игры

Теория:

Правила и логика перестроения из одних рисунков в другие.

Практика:

- музыкально-пространственные упражнения;
- музыкальные игры на перестроение;
- перестроения из одних рисунков в другие (из колонны в шеренгу, из одного круга в два и так далее);
- основы передвижения по сцене;
- понятия «рисунок танца», «согласованность движений».

Форма контроля:

Наблюдение, обсуждение, зачёт.

3.3 Танцевальные импровизации и игры

Теория:

развитие танцевальных и музыкальных способностей детей, развитие творческой деятельности, умения сочинять. Развитие интеллекта.

Практика:

- задания на импровизацию;
- игры на импровизацию «море волнуется», «камень, ножницы, бумага», «времена года» и так далее.

Форма контроля:

Наблюдение.

4. Народно-сценический танец

Теория – 8 ч. Практика – 20 ч.

4.1 Народные костюмы, музыка, движения, традиции народов России

Теория:

Происхождения народного танца, движений, музыки, костюмов различных народов

Практика:

- беседа о происхождении, характере, специфики, особенностях костюмов, традициях танцев различных народов;
- слушаем музыку, смотрим исполнение народного танца Государственным академическим хореографическим ансамблем Берёзка имени Н. Надеждиной и академическим ансамблем народного танца имени Игоря Моисеева;
- проведение урока на тему - «у всех народов танцы есть- названий их не перечесать».

Форма контроля:

Наблюдение, беседа

4.2. Особенности движений народно – сценического танца

Теория:

Характер, особенности исполнения движений танцев различных

народов(русский)

Практика:

Танцевальные элементы и связки народно – сценического танца:

- положение рук, ног, танцевальные шаги (хороводный, дробный, приставной, притопы);
- дробный движения русского танца;
- «гармошечка», «ковырялочка», «моталочка», «молоточки», «веревочка», «припадания»;
- правила и техника вращения, крутки, прыжки.

Форма контроля:

Наблюдение, обсуждение, зачёт

5. Классический танец

Теория – 10 ч. Практика – 24 ч.

5.1 Экзерсис на середине зала. Работа над условиями классического танца

Теория:

Изучение теоретических знаний и получение практических навыков в области классического танца. Основная задача - постановка корпуса, ног, рук и головы на простейших упражнениях классического тренажа.

Практика:

Тренировка суставно-мышечного аппарата: осанка, опора, выворотность, эластичность и крепость голеностопного и тазобедренного суставов.

Практическая работа:

- позиции ног (1,2,3,5), позиции рук (подготовительная, 1,2,3);
- план класса по Вагановой;
- положение корпуса en face, epaulement (cruise и efface)
- port de bras подготовительные, 1,3.
- поворот в 5 позиции на середине зала
- allegro (temple leve saute, echange)
- правила техники вращения (шене, тур - пике)

Форма контроля:

Наблюдение, обсуждение, зачёт

5.2 Экзерсис у станка

Теория:

Изучение теоретических знаний и практических навыков в области классического танца, развитие навыков координации движений.

Практика:

Стоя лицом к палке, постановка корпуса, понятия опорной и рабочей ноги.

Практическая работа:

- demi plie, releve на п/п, battement tendu из 1 позиции по всем направлениям, battement tendu qetes из 1 позиции по всем направлениям, temps releve par terre- en dehors и en dedans, battment releve lent на 90градусов, положение ноги на sou- de-pied.
- allegro (Temple leve Southwest, echange)

Форма контроля:

Наблюдение, обсуждение, зачет

6. Репетиционно-концертная деятельность

Теория – 10 ч. Практика – 30 ч.

6.1 Постановочные и репетиционная работа

Теория:

Формирование навыков ансамблевого и публичного выступления. Работа над музыкальным материалом танцевальной композиции. Отработка рисунков танца «Точка-запятая», «У моей России длинные косички». Изучение техники исполнения танцевальных движений. Постановка хореографических номеров для выступлений. Подготовка эскизов сценических костюмов.

Практика:

Практическая работа:

- составление танцевальных композиций;
- отработка отдельных движений и связок;
- работа над техникой исполнения;
- работа над характером исполнения;
- отработка танца в концертных костюмах;
- подготовка к выступлению, проведение генеральной репетиции на концертной площадке в костюмах, прогон под музыку.
- упражнения из курса «актёрское мастерство», обучающие правильно держаться на сцене, ориентироваться в её пространстве, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца.

Форма контроля:

Наблюдение, зачёт

6.2 Выступления и конкурсы

Теория:

Формирование навыков публичного выступления, социальной значимости концертной деятельности.

Практика:

- концертная деятельность на мероприятиях и концертах;
- выступление на конкурсах разного уровня.

Форма контроля:

Наблюдение, концерт, конкурс

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Методы обучения

- Словесные: рассказ, объяснение, беседа (вводная, вступительная, фронтальная, индивидуальная), инструктаж.
- Практические: упражнения, практическая работа.
- Наглядные: видеофильмы.

Методы воспитания

Убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация.

Форма организации образовательного процесса – групповая, в зависимости от заболевания посещать занятия могут и дети с ОВЗ.

Формы организации учебного занятия

Практическое занятие, беседа, круглый стол, открытое занятие, концерт, конкурс, викторина, игра.

Педагогические технологии

№ п/п	Название образовательной технологии (с указанием автора) Цель использования образовательной технологии	Описание порядка использования (алгоритм применения) технологии в практической профессиональной деятельности	Планируемый результат использования образовательной технологии
1.	Игровые технологии <i>Д.Б. Эльконин</i> <i>П.И. Пидкасистый</i> <i>Ж.С. Хайдаров</i> <i>Цель технологии</i> – повысить уровень и качество образовательного процесса при помощи игровых приемов и ситуаций, которые должны выступать как средство побуждения. 1. Развитие интереса учащихся к процессу обучения. 2. Включение детей в активную работу. Развитие внимания, быстроты реакции, памяти, мышления, творческих способностей.	Учитывая психологию детей младшего школьного возраста и беря во внимание то, что ведущей деятельностью в этот период является игра, многие занятия проходят с использованием игровой ситуации. Речь не только об использовании игры для отдыха, а о том, чтобы сделать её органичным компонентом занятия, средством намеченной цели. Отбираются игры в соответствии с содержанием изучаемой темы, с целями и задачами занятия; используются в сочетании с другими формами, методами и приемами, эффективными при изучении нового материала. Алгоритм применения технологии: 1. Постановка задачи в форме игровой деятельности. 2. Подчинение правилам игры - учебной деятельности. 3. Использование учебного материала в качестве средства. 4. Успешное выполнение задания связывается с игровым результатом.	В результате использования технологии занятия будут проходить динамично, ярко, увлеченно. Игровая форма организации занятий значительно повысит творческую активность ребенка. Обучение в игре и через игру позволит каждому ребенку поверить в свои силы: - будет стимулировать умственную активность и волевую деятельность детей; - способствовать обеспечению осознанного воспитания учебно-познавательного материала; - приучит к усиленному напряжению мысли и постоянству действий в одном направлении.

2.	<p>Личностно-ориентированное обучение <i>И.С.Якиманская</i></p> <p><i>Цель технологии–</i> 1.Максимально выявить, использовать, «окультурить» индивидуальный (субъектный опыт ребёнка) 2. Помочь личности познать себя, самоопределиться и самореализоваться. 3. Развивать индивидуальные познавательные способности каждого ребёнка.</p>	<p>Алгоритм применения технологии: - разная степень усвоения учащимися предшествующего материала – необходимо выяснить степень усвоения предшествующего материала; - индивидуальный темп, скорость продвижения учащихся в учении – основным диагностическим способом является наблюдение педагога; - различная степень сформированности социальных и познавательных мотивов и, как следствие, различная степень заинтересованности учащихся в изучении конкретных тем - важно определить индивидуальные средства развития познавательного интереса учащихся к учебному материалу; - индивидуально-типологические особенности учащихся (темперамент, характер, особенности эмоционально-волевой сферы) - построить образовательный процесс с учетом знания реальных особенностей детей и «пристроиться» к ним.</p>	<p>У педагога появляется возможность помочь слабому, уделить внимание сильному. Основным результатом обучения становится формирование познавательных способностей на основе овладения соответствующими знаниями и умениями.</p>
3.	<p>Технология развивающего обучения <i>Киселева Л. А.</i></p> <p><i>Цель технологии -</i> формировать теоретическое сознание и мышление.</p>	<p>Общее развитие всех учащихся; изучение материала быстрым темпом; осознание детьми смысла процесса обучения; включение в процесс обучения не столько рациональной, но и эмоциональной сферы; вариативность процесса обучения, индивидуальный подход.</p>	<p>Сформирует познавательный интерес, активность, продвижение быстрыми темпами.</p>
4.	<p>Здоровьесберегающие технологии</p> <p><i>Цель технологии -</i> обеспечить учащемуся возможности сохранения здоровья за период обучения в объединении,</p>	<p>Создаются условия для здорового развития учащихся: - соблюдаются организационно-педагогические условия проведения занятия (плотность, чередование видов учебной деятельности); - создается благоприятный психологический климат в</p>	<p>Будут сформированы аспекты здорового образа жизни, снижена утомляемость детей на занятиях, повысится уровень концентрации внимания, желание</p>

	<p>формировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни и научить применять полученные знания в повседневной жизни.</p>	<p>объединении; - соблюдаются правила техники безопасности и санитарно - гигиенических требований, которые направлены на предупреждение травматизма и сохранение здоровья детей.</p>	<p>заниматься творчеством.</p>
--	---	--	--------------------------------

Алгоритм учебного занятия

Занятие делится на три части: вводную, основную и заключительную. Каждая часть решает свои задачи.

Вводная часть:

Выполняет задачу организации внимания детей, подготовки мышц, суставов, связок к интенсивной физической нагрузке. Включает разминку, подготовительные упражнения, способствует разогреву опорно – двигательного аппарата, подготовке дыхательной и сердечно – сосудистой систем организма.

Основная часть:

Изучение основ музыкальной грамотности, азбуки классического и народного танца, танцевальных движений и связок, работа по развитию физических данных, работа над танцевальных и композиция и.

Задачами основной части занятия являются: формирование осанки (постановка корпуса, рук, ног, головы), развитие силы, выносливости, элементов координации посредством освоения тренировочных и танцевальных движений, музыкального и выразительного их исполнения.

Заключительная часть:

Включает закрепление полученного материала в игровой и соревновательной форме. Задача этой части урока-снять физическое и нервное напряжение, поднять эмоциональный тонус с помощью игры.

При проведении занятия необходимо руководствоваться основными педагогическими принципами: системностью, постепенностью и от простого к сложному.

Нагрузки увеличиваем постепенно, расчленяя каждое упражнение на элементы. При этом следим за свободным, правильным дыханием и общим самочувствие учащихся.

Дидактический материал

1. Методическое оснащение:

- методика преподавания классического, народного танца
- методика преподавания ритмики;
- набор методических пособий и рекомендаций по СФП, растяжкам и упражнениям по дыханию;
- словари: по классическому танцу; по народно – сценическому танцу.

2. Дидактическое оснащение:

- настенные плакаты:

- позиции рук,
- позиции ног,
- положение рук в народно-
- сценическом танце,
- позы классического танца,
- положение спины спереди и с боку.
- видеокассеты с лучшими хореографическими коллективами.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Литература для педагога

Нормативно-правовые документы:

1. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ. – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/902389617>
2. Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся". – Режим доступа: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202007310075?index=1&rangeSize=1>
<https://docs.cntd.ru/document/565416465>
3. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года». – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/420277810>
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030. Утверждена Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р. – Режим доступа: <http://government.ru/docs/all/140314/>
5. Распоряжение Правительства Московской области от 28.07.2022 г. № 707-РП «Об организации работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Московской области». – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/351374926>
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 N 61573). – Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74993644/>
7. Порядок осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утверждённых приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам". – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/351746582>

8. Целевая модель развития региональной системы дополнительного образования детей (приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467). – Режим доступа:

<https://docs.cntd.ru/document/573956695>

9. Общие требования к определению нормативных затрат на оказание государственных (муниципальных) услуг в сфере образования, науки и молодёжной политики, применяемых при расчёте объёма субсидии на финансовое обеспечение выполнения государственного (муниципального) задания на оказание государственных (муниципальных) услуг (выполнения работ) государственным (муниципальным) учреждением (Приказ Министерства образования и науки РФ от 22.09.2015 № 1040).

– Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/420306789>

10. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242). – Режим доступа:

<https://minobr.donland.ru/documents/active/34027/>

11. Методические рекомендации по разработке дополнительных общеразвивающих программ в Московской области. (Инструктивное письмо Министерства образования Московской области от 24.03.2016 № Исх-3597/21в) за подписью заместителя министра Ю.В. Картушина.

12. Примерные требования к программам дополнительного образования детей (Приложение к письму Департамента молодёжной политики, воспитания и социальной поддержки детей Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006 № 06-1844). – Режим доступа:

<https://docs.cntd.ru/document/902030755>

13. Об учёте результатов внеучебных достижений обучающихся (Приказ Министерства образования Московской области от 27.11.2009 № 2499).

14. Об изучении правил дорожного движения в образовательных учреждениях Московской области (Инструктивное письмо Министерства образования Московской области от 26.08.2013 г. № 10825-13в/07).

15. Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 19.03.2020 № ГД – 39/04 «О направлении методических рекомендаций»). – Режим доступа:

<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/73674537/>

16. Устав МБУ ДО «Центр Орбита»

<https://centrorbita.ru/локальные-акты/>

17. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 N ВК-641/09 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с "Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных

программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей").– Режим доступа:

<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71284932/>

Основная литература:

1. Базарова, Н. П. Классический танец/Н. П. Базарова-СПб: Планета музыки, 2020-192с.
2. Ваганова, А.Я.Основы классического танца/А. Я. Ваганова-СПб: Лань 2000-192с.
3. Богданов, Г. Ф., Баско, С. Стретчинг для всех/ Г. Ф. Богданов, С. Баско-М.ЭКСМО – Пресс 2002. – 192с.
4. Перепёлкин, И. А. Специальная физическая подготовка /И. А. Перепелкин-Программа. 2004. – 16с
5. Сапин, М. Р., Никитюк, Д. Б. Анатомия человека. 1-ый том. /М. П. Сапин, Д.Б.Никитюк -М., -АПП Джагар 2003. –399
6. Слуцкая, С.Л. Теория и методика преподавания основ хореографического искусства в детском саду/ С.Л. Слуцкая- Тольятти. Из – во Фонда Развитие через образование 2001. – 97с.
7. Освальд, К., Баско, С. Стретчинг для всех/К.Освальд, С.Баско- М., ЭКСМО – Пресс 2002. – 192с.
8. Есаулов, И.Г., Есаулова, К.А. Народно-сценический танец/ И.Г.Есаулов, К.А.Есаулова -Изд, стерб,2020,-208 с.
9. Есаулов, И. Г. Педагогика и репетиторство в классической хореографии/ И. Г. Есаулов -Изд, мтер 2020_208 с.
10. Лукьянов, Е. А. Дыхание в хореографии/ Е. А. Лукьянова-Учебное пособие. Изд 6, стер2020-184 с.
11. Сапогов, А.А. Школа музыкально-хореографического искусства/А. А. Сапогов- Интеллектуальная собственность: учебное пособие. ИздЛань, М, 2020-263 с.

Интернет – источники:

1. Видеоуроки

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLHe8Cb1FygsRbcOCuGb-wsuoWufm6nIE2016-120c>

2. Гимнастика. Choreography tutorial. Dance.

https://www.youtube.com/watch?v=lBudGke7O_U&list=PLy33JETWkYrHOIzD3zvHTu6Y0C_cSGk8O

Литература для родителей

1. Комаровский Е.О. Здоровье ребёнка и здравый смысл его родственников/Е. О. Комаровский – М: Экспо2012 – 592
2. Маховская, О. 100 ошибок воспитания, которых легко избежать/О.

Маховская-Москва: Издательство «Э», 2015-288с: ил.

3.Фабер, А. Как говорить с детьми, чтобы они учились/А. Фабер - Москва: Экспо, 2014-288

4.Шереметева, Г. Качая колыбель, или Профессия «родитель». Любовь, воспитание, этапы развития /Г. Шереметева. – М: ЗАО Издательство Центр полиграф, 2012-255 с.

Литература для детей

1.Конорова, Е. Ритмика Методическое пособие/Е. Конорова - М: Музыка, 2020-266с.

2.Пустовойтова, М. Б. Ритмика для детей /Учебно – методическое пособие/М. Б. Пустовойтова- Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2018-180с

3.Волконская, С. М. Художественные отклики: статьи о театре, музыке, пантомиме/ С. М. Волконская -Изд. Стереотип 2020-224 с.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности «Танцуйте на здоровье» (базовый уровень)

год обучения:1

группа: 1

№ п/п	Число	Месяц	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	1	09	по расписанию	беседа игра	2	Знакомство с группой детей. Правила по охране труда. БДД-1 Дорога на занятия История правил дорожного движения. Виды транспорта	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	беседа устный опрос
2	2	09	по расписанию	беседа практическое занятие	2	Упражнения на растягивание Правила растяжки Партерная гимнастика Понятие партер и значение упражнений в партере	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
3	3	09	по расписанию	практическое занятие	2	Упражнения на растягивание Техника	МАОУ Гимназия «Российская	наблюдение обсуждение беседа

						безопасности. Обучение технике исполнения упражнений. Техника дыхания Значение правильного дыхания при физических нагрузках.	школа» малый зал	
4	4	09	по расписанию	практичес кое занятие игра	2	Музыка, ритм счет Музыкальная игра «громко-тихо», «остро-плавно» Партерная гимнастика Знакомство с элементами партерной гимнастики	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
5	5	09	по расписанию	беседа практичес кое занятие игра	2	Танцевальные этюды и игры Позиции ног 1, 2,3,6 Восстановление дыхания после физических нагрузок	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	обсуждение наблюдение
6	6	09	по расписанию	практичес кое занятие	2	Упражнения на растягивание Сгибания и разгибания, повороты шеи. Партерная гимнастика Упражнения для стоп	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
7	7	09	по расписанию	практичес кое занятие	2	Упражнения на растягивание Построение и перестроение Знакомство с танцевальной азбукой	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
8	8	09	по расписанию	беседа практичес кое занятие	2	Музыка, ритм счет Движение под музыку, выполнение ритмических упражнений	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
9	1	10	по расписанию	практичес кое занятие	2	Постановочная и репетиционная работа Партерная гимнастика. Правила	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение

						выполнения движений		
10	2	10	по расписанию	практическое занятие	2	Построение и перестроение Упражнения и игры по ориентации в пространстве. Постановочная и репетиционная работа Изучение основного шага к танцу «Вальс-шутка»	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение устный опрос
11	3	10	по расписанию	практическое занятие	2	Упражнения на растягивание Обучение технике подъёма и опускания плеча вместе, поочередно, круговые движения плечевого пояса. Техника дыхания Упражнение на технику дыхания «надуй шарик», «подуй на одуванчик»	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение беседа
12	4	10	по расписанию	практическое занятие игра	2	Партерная гимнастика Упражнения для развития гибкости Танцевальные этюды и игры Понятия работающая и опорная нога	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
13	5	10	по расписанию	практическое занятие	2	Упражнения на растягивание Постановочная и репетиционная работа Изучение рисунков к танцу «Вальс-шутка»	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
14	6	10	по расписанию	практическое занятие	2	Музыка, ритм счет Хлопки и притопы на сильную и слабую долю	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
15	7	10	по расписанию	беседа практическое	2	Упражнения на растягивание Партерная	МАОУ Гимназия «Российская	наблюдение обсуждение

				занятие		гимнастика Упражнения для развития гибкости	школа» малый зал	
16	8	10	по расписанию	практичес кое занятие	2	Постановочная и репетиционная работа Восстановление дыхания после физических нагрузок Восстановление дыхания при ходьбе	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
17	9	10	по расписанию	практичес кое занятие	2	Упражнения на растягивание Обучение технике подъёма и вращения рук, «волна», «птицы». Построение и перестроение Правила перестроения	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
18	1	11	по расписанию	практичес кое занятие	2	Партерная гимнастика Упражнения для развития растяжки Постановочная и репетиционная работа Изучение связок на основе выученных движений	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение устный опрос
19	2	11	по расписанию	практичес кое занятие	2	Партерная гимнастика Упражнения для позвоночника Техника дыхания Трёхфазное дыхание в положении стоя	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение беседа
20	3	11	по расписанию	практичес кое занятие игра	2	Упражнения на растягивание Танцевальные этюды и игры Постановка корпуса	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
21	4	11	по расписанию	практичес кое занятие	2	Партерная гимнастика Упражнения на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок Построение и	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение

						перестроение Выполнение упражнений танцевальной азбуки		
22	5	11	по расписанию	практичес кое занятие игра	2	Упражнения на растягивание Подъёмы на п/пальцы (releve), п/приседания(plie) Танцевальные этюды и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
23	6	11	по расписанию	практичес кое занятие	2	Постановочная и репетиционная работа Составление танцевальных композиций Восстановление дыхания после физических нагрузок В положении стоя с руками на поясе.	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение устный опрос обсуждение
24	7	11	по расписанию	практичес кое занятие игра	2	Танцевальные этюды и игры Позиции рук в классическом танце Постановочная и репетиционная работа Отработка отдельных движений и связок	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение устный опрос зачёт
25	8	11	по расписанию	практичес кое занятие игра	2	Построение и перестроение Танцевальные этюды и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение устный опрос
26	1	12	по расписанию	практичес кое занятие игра	2	Упражнения на растягивание Танцевальные этюды и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
27	2	12	по расписанию	практичес кое занятие	2	Партерная гимнастика Упражнения на укрепление брюшного пресса Постановочная и репетиционная работа	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение устный опрос
28	3	12	по расписанию	практичес кое	2	Танцевальные этюды и игры	МАОУ Гимназия	наблюдение

				занятие игра		Ознакомление с играми («клумба», «фруктовый сад») Постановочная и репетиционная работа	«Российская школа» малый зал	
29	4	12	по расписанию	практичес кое занятие	2	Партерная гимнастика Упражнения для эластичности мышц и связок ног и стоп. Построение и перестроение	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
30	5	12	по расписанию	практичес кое занятие	2	Постановочная и репетиционная работа Работа над характером исполнения	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение устный опрос зачёт
31	6	12	по расписанию	практичес кое занятие	2	Построение и перестроение Правила перестроение. Постановочная и репетиционная работа Работа над техникой исполнения	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение устный опрос
32	7	12	по расписанию	концерт	2	Новогодний праздник	МАОУ Гимназия «Российская школа» большой зал	наблюдение концерт
33	8	12	по расписанию	беседа практичес кое занятие	2	БДД 2 Во дворе и в подъезде Дорога и дорожные знаки Упражнения на растягивание	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	беседа устный опрос наблюдение обсуждение
34	9	12	по расписанию	беседа игра практичес кое занятие	2	БДД 3 Пешеходный переход Светофоры и перекрестки Упражнения на растягивание	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	беседа устный опрос наблюдение обсуждение
35	1	01	по расписанию	практичес кое занятие	2	Музыка, ритм счет Связать движения с динамическим оттенками музыки (Форте-бег, подскоки, прыжки. Пиано-шаг на	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение зачёт

						п/пальцах, шаг с носка		
36	2	01	по расписанию	практическое занятие игра	2	Восстановление дыхания после физических нагрузок Танцевальные этюды и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	обсуждение наблюдение зачёт
37	3	01	по расписанию	практическое занятие	2	Партерная гимнастика 10 упражнений для позвоночника Техника дыхания	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение беседа
38	4	01	по расписанию	практическое занятие игра	2	Танцевальные этюды и игры Постановочная и репетиционная работа Отработка отдельных движений и связок	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение устный опрос зачёт
39	5	01	по расписанию	практическое занятие	2	Упражнения на растягивание Наклоны и перегибы корпуса (por de bras). Партерная гимнастика Комплекс упражнений для развития гибкости	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
40	6	01	по расписанию	практическое занятие игра	2	Танцевальные этюды и игры Постановочная и репетиционная работа	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
41	1	02	по расписанию	практическое занятие игра	2	Построение и перестроение Танцевальные этюды и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение устный опрос
42	2	02	по расписанию	практическое занятие	2	Постановочная и репетиционная работа Работа над характером исполнения	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение зачёт
43	3	02	по расписанию	практическое занятие	2	Упражнения на растягивание Техника дыхания Трёхфазное дыхание сидя	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение беседа
44	4	02	по расписанию	практическое	2	Партерная гимнастика	МАОУ Гимназия	наблюдение обсуждение

				занятие		Упражнения для развития растяжки Восстановление дыхания после физических нагрузок В положении сидя по-турецки(назад)	«Российская школа» малый зал	
45	5	02	по расписанию	практическое занятие	2	Музыка, ритм счет Счет, целая нота, половинка, четвертая, восьмая.	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
46	6	02	по расписанию	практическое занятие	2	Упражнения на растягивание Построение и перестроение	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
47	7	02	по расписанию	беседа практическое занятие	2	Постановочная и репетиционная работа Отработка танца в концертных костюмах	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение зачёт
48	8	02	по расписанию	практическое занятие	2	Музыка, ритм счет Движение под музыку, выполнение хлопков и притопов на сильные и слабые доли	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
49	1	03	по расписанию	беседа практическое занятие	2	БДД 4 Разные дороги. В плохую погоду Партерная гимнастика «складочка», «бабочка», «паучок», упражнения для растягивание подколенных мышц и мышц ног	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	беседа устный опрос наблюдение обсуждение
50	2	03	по расписанию	беседа круглый стол практическое занятие	2	БДД 5 Безопасность на транспорте Метро и железная дорога Партерная гимнастика «кошечка», «коробочка»- растяжка мышц спины	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	беседа устный опрос наблюдение обсуждение
51	3	03	по расписанию	практическое	2	Танцевальные этюды и игры	МАОУ Гимназия	наблюдение зачёт

				занятие игра			«Российская школа» малый зал	
52	4	03	по расписанию	конкурс	2	Конкурс «Весенняя радуга»	площадка «Орбита» большой зал	наблюдение конкурс
53	5	03	по расписанию	практичес кое занятие	2	Упражнения на растягивание Наклоны и перегибы корпуса (por de bras) Техника дыхания	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение беседа
54	6	03	по расписанию	практичес кое занятие	2	Партерная гимнастика «бабочки», «лягушки», упражнения на выворотность. Построение и перестроение Сочинение с детьми танцевальных этюдов (импровизация)	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
55	7	03	по расписанию	практичес кое занятие игра	2	Музыка, ритм счет Музыкальная игра «Три орешка для Золушки»,	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
56	8	03	по расписанию	практичес кое занятие	2	Упражнения на растягивание Восстановление дыхания после физических нагрузок	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение зачёт
57	1	04	по расписанию	практичес кое занятие игра	2	Постановочная и репетиционная работа Танцевальные этюды и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
58	2	04	по расписанию	практичес кое занятие	2	Техника дыхания Построение и перестроение	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение устный опрос
59	3	04	по расписанию	открытое занятие	2	Упражнения на растягивание Разные виды прыжков (подскоки, галопы, с захлестыванием голени temps leve saute) Партерная	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение

						гимнастика Упражнения на укрепление мышц спины		
60	4	04	по расписанию	практичес кое занятие	2	Музыка, ритм счет Метр: отметить движение начало такта 2/4, 3/4, 4/4. касаемся руками пола.	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
61	5	04	по расписанию	практичес кое занятие	2	Итоговое занятие СФП	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение зачёт
62	6	04	по расписанию	практичес кое занятие	2	Партерная гимнастика Укрепление мышц брюшного пресса «ножницы», «велосипед», «складочки», «группировки» Восстановление дыхания после физических нагрузок В положении сидя по – турецкие в сторону	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
63	7	04	по расписанию	практичес кое занятие игра	2	Построение и перестроение Танцевальные этюды и игры Пластическая выразительность рук.	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение устный опрос
64	8	04	по расписанию	практичес кое занятие	2	Постановочная и репетиционная работа Работа над техникой и манерой исполнения Восстановление дыхания после физических нагрузок	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение устный опрос
65	1	05	по расписанию	практичес кое занятие	2	Итоговое занятие - упражнения на дыхание	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение зачёт
66	2	05	по расписанию	практичес кое	2	Танцевальные этюды и игры	МАОУ Гимназия	наблюдение устный опрос

				занятие игра		Постановочная и репетиционная работа	«Российская школа» малый зал	
67	3	05	по расписанию	практичес кое занятие	2	Построение и перестроение Постановочная и репетиционная работа Отработка танца в концертных костюмах.	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение устный опрос
68	4	05	по расписанию	беседа практичес кое занятие	2	Техника дыхания Вдох-вытягиваемся вверх, выдох- сгибаемся и садимся. Постановочная и репетиционная работа Подготовка к выступлению, проведение генеральной репетиции.	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	беседа наблюдение устный опрос
69	5	05	по расписанию	концерт	2	Отчётный концерт	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал или ДК им. Калинина	наблюдение концерт
70	6	05	по расписанию	практичес кое занятие игра	2	Итоговое занятие танцевальные этюды и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение зачёт
71	7	05	по расписанию	практичес кое занятие	2	БДД 6 Дети в автомобиле Велосипед Построение и перестроение	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	беседа устный опрос наблюдение обсуждение
72	8	05	по расписанию	беседа викторина практичес кое занятие	2	БДД 7 Повторение пройденного материала Построение и перестроение	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	устный опрос наблюдение обсуждение

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
Дополнительная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Танцуйте на здоровье»
(базовый уровень)

год обучения: 2

группа: 2

№ п/п	Число	Месяц	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	1	09	по расписанию	беседа игра круглый стол	2	Правила по охране труда БДД 1 Дорога на занятия Светофоры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	беседа обсуждение устный опрос
2	2	09	по расписанию	беседа практическое занятие игра	2	Развитие музыкальности, умение координировать движение с музыкой Танцевальные импровизации и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
3	3	09	по расписанию	практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала Работа над условиями классического танца Экзерсис у станка	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
4	4	09	по расписанию	беседа практическое занятие игра	2	Народные костюмы, музыка, движения, традиции народов России Музыкально-пространственные упражнения и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	беседа наблюдение
5	5	09	по расписанию	беседа практическое занятие игра	2	Развитие музыкальности, умение координировать движение с музыкой Музыкально-пространственные упражнения и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
6	6	09	по расписанию	практическое занятие игра	2	Танцевальные импровизации и игры Особенности движений народно – сценического танца	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
7	7	09	по	практическое	2	Народные костюмы,	МАОУ	беседа

			расписанию	кое занятие игра		музыка, движения, традиции народов России Танцевальные импровизации и игры	Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
8	8	09	по расписанию	беседа практичес кое занятие	2	Экзерсис на середине зала Работа над условиями классического танца Экзерсис у станка	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
9	1	10	по расписанию	практичес кое занятие игра	2	Музыкально- пространственные упражнения и игры Особенности движений народно – сценического танца	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
10	2	10	по расписанию	практичес кое занятие	2	Экзерсис на середине зала Работа над условиями классического танца Экзерсис у станка	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
11	3	10	по расписанию	беседа практичес кое занятие	2	Народные костюмы, музыка, движения, традиции народов России Особенности движений народно – сценического танца	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	беседа наблюдение обсуждение
12	4	10	по расписанию	практичес кое занятие	2	Развитие музыкальности, умение координировать движение с музыкой Постановочная работа	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
13	5	10	по расписанию	практичес кое занятие	2	Экзерсис на середине зала Работа над условиями классического танца Экзерсис у станка	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
14	6	10	по расписанию	практичес кое занятие игра	2	Постановочная работа Музыкально- пространственные упражнения и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
15	7	10	по расписанию	практичес кое занятие	2	Особенности движений народно – сценического танца	МАОУ Гимназия «Российская	наблюдение

				игра		Танцевальные импровизации и игры	школа» малый зал	
16	8	10	по расписанию	практическое занятие	2	Особенности движений народно – сценического танца Постановочная работа	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
17	9	10	по расписанию	практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала Работа над условиями классического танца Экзерсис у станка	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
18	1	11	по расписанию	практическое занятие	2	Постановочная и репетиционная работа Развитие музыкальности, умение координировать движение с музыкой	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
19	2	11	по расписанию	беседа практическое занятие	2	Народные костюмы, музыка, движения, традиции народов России Репетиционная работа	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	беседа наблюдение
20	3	11	по расписанию	практическое занятие	2	Развитие музыкальности, умение координировать движение с музыкой Репетиционная работа	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
21	4	11	по расписанию	практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала Работа над условиями классического танца Экзерсис у станка	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
22	5	11	по расписанию	практическое занятие	2	Особенности движений народно – сценического танца Репетиционная работа	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
23	6	11	по расписанию	практическое занятие		Репетиционная работа Развитие музыкальности, умение координировать	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение

						движение с музыкой		
24	7	11	по расписанию	практическое занятие игра	2	Репетиционная работа Танцевальные импровизации и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
25	8	11	по расписанию	практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала Работа над условиями классического танца Экзерсис у станка	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
26	1	12	по расписанию	практическое занятие игра	2	Репетиционная работа Танцевальные импровизации и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
27	2	12	по расписанию	практическое занятие игра	2	Особенности движений народно – сценического танца Музыкально-пространственные упражнения и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение зачёт
28	3	12	по расписанию	практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала Работа над условиями классического танца Экзерсис у станка	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение зачёт
29	4	12	по расписанию	практическое занятие	2	Особенности движений народно – сценического танца Репетиционная работа	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
30	5	12	по расписанию	практическое занятие	2	Репетиционная работа Развитие музыкальности, умение координировать движение с музыкой	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение зачёт
31	6	12	по расписанию	практическое занятие	2	Особенности движений народно – сценического танца Репетиционная работа	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
32	7	12	по расписанию	концерт	2	Новогодний праздник	МАОУ Гимназия «Российская школа» большой зал	наблюдение концерт
33	8	12	по	беседа	2	БДД 2	МАОУ	обсуждение

			расписанию	круглый стол практическое занятие		Дорога на занятия Светофор Особенности движений народно – сценического танца	Гимназия «Российская школа» малый зал	устный опрос наблюдение
34	9	12	по расписанию	беседа практическое занятие игра	2	БДД 3 Пешеходные правила Танцевальные импровизации и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	обсуждение устный опрос наблюдение
35	1	01	по расписанию	практическое занятие игра	2	Особенности движений народно – сценического танца Музыкально-пространственные упражнения и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
36	2	01	по расписанию	практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала Работа над условиями классического танца Экзерсис у станка	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	обсуждение наблюдение
37	3	01	по расписанию	беседа практическое занятие	2	Народные костюмы, музыка, движения, традиции народов России Постановочная работа	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	беседа наблюдение обсуждение
38	4	01	по расписанию	практическое занятие	2	Музыкально-пространственные упражнения и игры Постановочная работа	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
39	5	01	по расписанию	практическое занятие	2	Особенности движений народно – сценического танца Музыкально-пространственные упражнения и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
40	6	01	по расписанию	беседа практическое занятие	2	БДД 4 Пешеходная «зебра» Развитие музыкальности, умение координировать движение с музыкой	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	обсуждение устный опрос наблюдение
41	1	02	по расписанию	открытое занятие	2	Экзерсис на середине зала Экзерсис у станка Работа над условиями	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	обсуждение устный опрос наблюдение

						классического танца		
42	2	02	по расписанию	практическое занятие игра		Постановочная работа Музыкально-пространственные упражнения и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
43	3	02	по расписанию	практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала Работа над условиями классического танца Экзерсис у станка	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
44	4	02	по расписанию	практическое занятие		Особенности движений народно – сценического танца Постановочная работа	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
45	5	02	по расписанию	практическое занятие		Экзерсис на середине зала Работа над условиями классического танца. Экзерсис у станка	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
46	6	02	по расписанию	практическое занятие	2	Репетиционная работа Развитие музыкальности, умение координировать движение с музыкой	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
47	7	02	по расписанию	практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала Работа над условиями классического танца Экзерсис у станка	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
48	8	02	по расписанию	практическое занятие	2	Особенности движений народно – сценического танца Репетиционная работа	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
49	1	03	по расписанию	практическое занятие	2	Репетиционная работа Развитие музыкальности, умение координировать движение с музыкой	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
50	2	03	по расписанию	концерт		Праздник 8 Марта	МАОУ Гимназия «Российская школа»	наблюдение концерт

							малый зал	
51	3	03	по расписанию	практическое занятие	2	Репетиционная работа Особенности движений народно – сценического танца	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
52	4	03	по расписанию	практическое занятие игра	2	Репетиционная работа Танцевальные импровизации и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
53	5	03	по расписанию	конкурс	2	Конкурс «Весенняя радуга»	площадка «Орбита» большой зал	наблюдение конкурс
54	6	03	по расписанию	беседа практическое занятие	2	Народные костюмы, музыка, движения, традиции народов России Особенности движений народно – сценического танца	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	беседа наблюдение обсуждение
55	7	03	по расписанию	беседа практическое занятие	2	БДД 5 Пешеходный переход. Обочина. Знаки для перехода Постановочная работа	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	обсуждение устный опрос наблюдение
56	8	03	по расписанию	практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала Работа над условиями классического танца Экзерсис у станка	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
57	1	04	по расписанию	практическое занятие	2	Постановочная работа Развитие музыкальности, умение координировать движение с музыкой	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение зачёт
58	2	04	по расписанию	практическое занятие игра	2	Постановочная и репетиционная работа Танцевальные импровизации и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
59	3	04	по расписанию	практическое занятие игра	2	Особенности движений народно – сценического танца Танцевальные импровизации и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение

60	4	04	по расписанию	открытое занятие	2	Экзерсис на середине зала Работа над условиями классического танца Экзерсис у станка	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
61	5	04	по расписанию	беседа практическое занятие	2	Народные костюмы, музыка, движения, традиции народов России Репетиционная работа	Гимназия «Российская школа» малый зал	беседа наблюдение обсуждение
62	6	04	по расписанию	практическое занятие игра	2	Особенности движений народно – сценического танца Музыкально-пространственные упражнения и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение зачёт
63	7	04	по расписанию	практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала Работа над условиями классического танца Экзерсис у станка	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
64	8	04	по расписанию	практическое занятие	2	Особенности движений народно – сценического танца Репетиционная работа	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
65	1	05	по расписанию	практическое занятие	2	Особенности движений народно – сценического танца Репетиционная работа	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение
66	2	05	по расписанию	концерт		День Победы	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение концерт
67	3	05	по расписанию	беседа практическое занятие	2	Репетиционная работа Народные костюмы, музыка, движения, традиции народов России	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	беседа наблюдение
68	4	05	по расписанию	практическое занятие игра	2	Репетиционная работа Танцевальные импровизации и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение
69	5	05	по расписанию	концерт	2	Отчётный концерт	МАОУ Гимназия	наблюдение концерт

							«Российская школа» малый зал или ДК им. Калинина	
70	6	05	по расписанию	практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала Работа над условиями классического танца Экзерсис у станка	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	наблюдение обсуждение зачёт
71	7	05	по расписанию	беседа практическое занятие игра	2	БДД 6 Разметка Светофор Трамвай Музыкально-пространственные упражнения и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	устный опрос наблюдение обсуждение
72	8	05	по расписанию	беседа викторина практическое занятие игра	2	БДД 7 Дорожные знаки Повтор пройденного материала Танцевальные импровизации и игры	МАОУ Гимназия «Российская школа» малый зал	устный опрос обсуждение наблюдение

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

ОБЩИЕ ПСИХОЛОГО - ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С ОВЗ

- Принять ребенка таким, каков он есть, во всем его своеобразии и индивидуальности.
- Уважать личность ребенка, его позицию.
- Проявлять искренний интерес к словам ребенка, его переживаниям, слушать и понимать его.
- Не сравнивать ребенка с окружающими.
- Не навязывать свои мысли ребенку, а высказывать суждение, не приказывать, а советовать.
- Не предъявлять ребенку повышенных требований.
- Стараться делать замечания как можно реже.
- Избегать переутомления, использовать упражнения на релаксацию.
- Отмечать достоинства каждого ребенка, поощрять ребенка сразу же, не откладывая на будущее.
- Способствовать повышению его самооценки, но ребенок должен знать, за что его хвалят.
- Вести ребенка к самоанализу.
- Оставаться спокойным в любой ситуации.

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ДЛЯ ДИАГНОСТИЧЕСКОЙ КАРТЫ

теоретические знания

В <i>высокий</i>	свободно владеет терминологией, уровень теоретических знаний полностью соответствует программным требованиям
В/с <i>выше среднего</i>	владеет терминологией, уровень теоретических знаний практически соответствует программным требованиям
С <i>средний</i>	терминологию знает, но иногда забывает, уровень теоретических знаний не полностью соответствует программным требованиям
Н/с <i>ниже среднего</i>	терминологией владеет слабо, уровень теоретических знаний слабо соответствуют программным требованиям
Н <i>низкий</i>	терминологию не знает, теоретическими знаниями не владеет

практические умения и навыки

В <i>высокий</i>	работает уверенно, не боится ошибок, обнаруживает и исправляет их самостоятельно, быстро овладевает навыками и умениями, устойчивы внимание и познавательный интерес, склонен к логическому переносу
В/с <i>выше среднего</i>	работает самостоятельно, но ошибки исправляет после замечаний педагога, внимателен, интересуется процессом работы
С <i>средний</i>	выполняет задания, периодически допуская ошибки, исправляет их при помощи педагога, внимание рассеяно, познавательный интерес неустойчив, требуется большое количество упражнения для усвоения умений и навыков
Н/с <i>ниже среднего</i>	есть желание выполнять задания, но допускает много ошибок, которые исправить самостоятельно не может, не внимателен, познавательный интерес отсутствует, трудности в освоении умений и навыков
Н <i>низкий</i>	нет интереса к занятиям, делать ничего не желает, фактически не овладевает умениями и знаниями, не восприимчив к помощи

коммуникативно-социальные навыки

В <i>высокий</i>	умеет работать в группе, устанавливает дружеские отношения с детьми, правильно выстраивает отношения со взрослыми, проявляет большое желание выступать на концертах, участвовать в конкурсах, социально-значимых мероприятиях
В/с <i>выше среднего</i>	умеет работать в группе, устанавливает дружеские отношения с большинством детей, отношения со взрослыми почти всегда разумно выстроены, выступает на концертах, участвует в концертах, конкурсах, социально-значимых мероприятиях
С <i>средний</i>	мало общается с детьми; не всегда адекватно общается со взрослыми, желание выступать на концертах, участвовать в конкурсах, социально-значимых мероприятиях зависит от настроения
Н/с <i>ниже среднего</i>	контакт в группе с детьми зависит от настроения, с детьми хочет общаться, но не получается; со взрослыми общается с трудом, безразличен к выступлениям на концертах, участию в конкурсах, социально-значимых мероприятиях
Н <i>низкий</i>	не общителен в группе; нет представления как надо себя вести со взрослыми, отказывается выступать на концертах, принимать участие в конкурсах, социально-значимых мероприятиях

Приложение 3

ВИКТОРИНА «ЗНАТОКИ ПДД»

Голые факты, цифры сухие.
Где-то кого-то не стало – погиб.
Что ж, так бывает, но мы-то живые!
А почему? Да ловчее мы их!

- Мы увернемся! Мы рассчитаем!
Мимо проедет большой грузовик.
Трудно! Опасно! Да мы это знаем!
Я к такой жизни давно уж привык!

Нет! Не получится вам увернуться!
Рано иль поздно, но будешь в беде!
Можешь запнуться! Можешь споткнуться!
Остановись! Изучи ПДД!

1. Из каких элементов состоит улица?
2. Что такое тормозной путь машины?
3. Когда у машины тормозной путь длиннее – в сухую или дождливую погоду?
4. Как надо вести пешеходу на островке безопасности?
5. Какие бывают пешеходные переходы?
6. Как обозначаются нерегулируемые пешеходные переходы?
7. Как водитель информирует всех о повороте?
8. Как надо переходить нерегулируемый перекрёсток?
9. Как надо переходить регулируемый перекрёсток?
10. Можно ли смотря телефон переходить проезжую часть? Почему?
11. Из каких элементов состоит загородная дорога?
12. Для кого предназначена обочина?
13. Как должен двигаться пешеход по загородной дороге?
14. Какие типы железнодорожных переездов бывают?
15. Если горит зелёный свет светофора для пешехода, как безопасно перейти дорогу?
16. Как идти по дороге без тротуара?
17. Можно ли в наушниках переходить проезжую часть?

Приложение 4

ВИКТОРИНА «ДОРОЖНЫЕ ЗНАКИ»

Расскажите, какой знак что обозначает?
Предупреждающие знаки - форма треугольника, поле белое с красной каймой – предупреждают водителей и пешеходов о возможной опасности и др.



Запрещающие знаки - форма круга, цвет поля белый с красной каймой по окружности - запрещают водителям некоторые маневры: превышения скорости, остановки, стоянки и др.



Информационно-указательные и знаки сервиса - форма четырехугольника, поле синее - оповещают водителей, пассажиров о местах расположения стоянок, пунктов питания, больниц и др.

