

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ –  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 208  
С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ

Программа рассмотрена и  
рекомендована к утверждению на  
заседании Методического совета  
МАОУ СОШ № 208  
Протокол от 28.08.2022 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ  
/Т.С. Чуб  
Директор МАОУ СОШ № 208  
Приказ от 31.08.2022 г. № 77/1



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа художественной направленности  
Студия «ЭКЛИПС» при МАОУ СОШ №208

Возраст обучающихся  
7-10 лет  
Срок реализации – 1 год

Автор-разработчик:  
Кокшарова Ирина Викторовна  
педагог дополнительного образования,  
высшая квалификационная категория

Екатеринбург, 2023

## Содержание

I.	Комплекс основных характеристик	3
1.	Пояснительная записка	3
2.	Цель и задачи программы	6
3.	Содержание программы	8
	3.1. Первый год обучения	8
II.	Комплекс организационно-педагогических условий	12
	Список литературы	17
	Приложения	18

# РАЗДЕЛ I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК

## 1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Направленность программы:** художественная.

Детский танцевальный коллектив – это особая среда, самое широчайшее поле для реализации возможностей от изначального интереса к искусству танца до овладения основами профессионального мастерства.

**Актуальность** программы заключается в том, что танцевальное искусство как средство развития и воспитания личности, обладает огромной силой.

Танцевальные занятия развивают детей физически, укрепляют их здоровье: правильно развивают костно-мышечный аппарат, помогают избавиться от физических недостатков, максимально исправляют нарушение осанки, формируют красивую фигуру.

В танце находят выражение жизнерадостность и активность ребёнка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: ребёнок учится сам создавать пластический образ.

Занятия по хореографии направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

**Отличительные особенности** программы в том, на первом году обучения введены игровые технологии, детские образно-сюжетные танцы, тематические этюды для творческого развития детей. Со второго года обучения, обучающиеся знакомятся с азами классического и народно-сценического танцев.

Программа разработана на основе нормативно-правовой документации:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» в действующей редакции.
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 24-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации (в редакции 2013 г.).
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р).
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 № 816 «Об Утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации 09.11.2018 г. № 196.
- Постановление Правительства Свердловской области от 01.08.2019 г. № 461 ПП «О региональном модельном центре дополнительного образования детей Свердловской области».
- Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. № 09-3242. «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
- Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации



образовательных программ).

- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 г. № 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»).
- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162 Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».
- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 26.06.2019 г. № 70-Д «Об утверждении методических рекомендаций «Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Свердловской области».

#### **Адресат**

Программа ориентирована на детей 7-10 лет, группы формируются по возрасту: 7-8, 8-9, 9-10 лет. Наполняемость групп 10 человек. Специальных требований к начальному уровню подготовки обучающихся при приеме в творческое объединение нет.

#### **Психологические особенности возрастной группы 7-10 лет:**

Младшим школьникам характерна особая доверчивость и для них много значит авторитет преподавателя. Поэтому дети требуют от преподавателя особой доброжелательности и терпеливого, заботливого отношения.

В младшем школьном возрасте недостаточно развиты мышление, распределение и переключение внимания, что затрудняет обучение и усвоение двигательных навыков. Без учёта особенностей данного возраста трудно избежать отрицательных результатов. Если в этот период не работать над точностью, ловкостью и координацией движений, то в процессе интенсивного роста ребёнка возникает диспропорция в управлении двигательным аппаратом.

Опора преподавателя на наглядно-образную память позволяет учащимся легко запоминать новые произведения. При выборе репертуара для младших школьников подбираются произведения, названия которых заставляли бы детей представить себе некий образ. Например, «Куклы», «Поможем маме», «Лето», «Скоморохи», «Робот».

В младшем школьном возрасте важна профилактика нарушения осанки, так как этот возраст наиболее подвержен отрицательному влиянию средовых факторов в силу незавершённости окостенения позвоночника, недостаточной сформированности мышечного корсета и адаптации к длительному сидению за партой. Формирование правильной осанки весьма важно для укрепления общего здоровья детей, так как заболевания сердечно – сосудистой и дыхательной систем среди школьников взаимосвязаны с нарушением их осанки.

В этом возрасте закладываются основы управления движениями, формируются умения и навыки, отсутствие которых невозможно сформировать в старшем возрасте. Младший школьный возраст является наиболее благоприятным для развития большинства двигательных способностей.

#### **Режим занятий**

##### **1 год обучения**

Длительность одного занятия: 1 час.

Периодичность занятий в неделю: 3 раза.

##### **Объем программы:**

**Общий объем программы:** 306 часов,



**1 год обучения:** 102 часа,

**1 год обучения** – Стартовый уровень. Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

Год обучения	Реализация ДООП	Комплектование групп	Новогодние каникулы	Промежуточная аттестация	Итоговая аттестация	Летние каникулы
1	с 15.09. по 31.05.	с 01.09. по 14. 09.	с 01.01. по 08.01.	с 20.05. по 31.05.		с 01.06. по 31.08.

### Формы, методы обучения и виды занятий

#### Формы обучения:

- очная, возможно дистанционная
- групповые (отдельное обучение мальчиков и девочек);
- коллективные репетиции двух или трёх групп;
- концертная деятельность танцевального коллектива.

**Виды занятий:** комбинированное занятие, беседа, концерт, презентация.

#### Методы обучения:

- наглядный показ формируемых навыков;
- объяснение методики исполнения движения;
- тренировочные, танцевальные упражнения;
- танцевальная игра;
- развивающие этюды;
- танцевальные композиции.

**Теоретический материал** включает рассказы, беседы о мировых достижениях в области хореографии с использованием практического показа, посещения концертов, просмотры теле- и видеоматериалов с последующим обсуждением.

На **практических** занятиях объяснение методики исполнения танцевальных упражнений сопровождается показом.

**Форма контроля** над уровнем подготовки – открытые занятия, отчётные выступления, концертная деятельность коллектива, его участие в смотрах, конкурсах, праздниках танца. Концертная деятельность – это показатель стабильности коллектива, общей культуры его исполнителей, грамотности и профессионализма руководителя.

Воспитательная работа с обучающимися проводится в соответствии с рабочей программой воспитания МБУ ДО-ЦДТ, ее ежегодного плана. На основе общего плана педагог разрабатывает план воспитательной работы объединения по возрастным группам. План размещается в рабочей программе.

## 1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

**Цель программы:** развитие творческой личности ребенка средствами хореографии.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- формирование необходимых двигательных навыков, знаний и умений в области хореографии;
- развитие музыкального слуха и чувство ритма;
- ознакомление с хореографическими терминами;
- приобщать обучающихся к истории искусства танца, его традициям, пониманию значимости танца в жизни народа.

**Воспитательные:**

- развитие интереса к искусству и занятиям хореографией;
- воспитание воли, терпения, трудолюбия, потребности к физическим нагрузкам и здоровому образу жизни;
- воспитание эстетического и нравственного отношения к окружающему миру;
- адаптировать детей к новым условиям и сформировать навыки общения и сотрудничества друг с другом.

**Развивающие:**

- развитие творческой активности детей;
- развитие координации движения и двигательных качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, выразительности пластики движений;
- развитие хореографической памяти, внимания, воображения и фантазии;
- сохранение и укрепление физического здоровья детей.

### Предполагаемые результаты реализации программы

**Личностные результаты** отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые они приобретают в процессе освоения данного курса, а именно:

- сформированы установки на здоровый образ жизни;
- сформированы потребности в систематических занятиях;
- развито внимание, внутренняя собранность обучающихся, сформированы способности к волевым действиям;
- сформирована мотивация к творческому труду, работе на результат;
- развито чувство ответственности и коллективизма;
- сформированы умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуации неуспеха.

**Предметные результаты:**

- развиты общие хореографические способности;
- владеют с терминологией и классификацией хореографического искусства;
- развита наблюдательность, памяти и творческого мышления;
- владеют основами музыкальной и хореографической грамотности;
- понимают роль и значения ритмики и детского танца в формировании личностных качеств.

**Метапредметные результаты** освоения курса обеспечиваются познавательными и коммуникативными учебными действиями, а также межпредметными связями с музыкой, литературой, историей.

Кроме этого, метапредметными результатами изучения курса является формирование перечисленных ниже универсальных учебных действий (УУД).



### **Регулятивные УУД**

#### **умеют:**

- проговаривать последовательность действий на занятии при выполнении творческих работ;
- работать по предложенному педагогом плану;
- совместно с наставником и другими обучающимися давать эмоциональную оценку деятельности товарищей.

### **Познавательные УУД**

#### **умеют:**

- ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью наставника;
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя ИКТ, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятиях;
- самостоятельно выполнять творческие задания.

### **Коммуникативные УУД**

#### **умеют:**

- пользоваться языком танца.

### 1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

№	Наименование раздела, темы	1 год обучения
1	Введение в программу	1
2	Упражнения для развития музыкально-ритмического слуха	16
3	Постановка корпуса, головы.	11
4	Изучение позиций рук, ног	13
5	Партерная гимнастика	15
6	Построения и перестроения	8
7	Танцевальные комбинации	17
8	Этюды, танцевальные игры, массовые танцы	14
9	Беседы об искусстве танца.	3
10	Открытые занятия	4
	Итого:	102 ч

#### 1.3.1. 1 ГОД ОБУЧЕНИЯ – СТАРТОВЫЙ УРОВЕНЬ.

**Цель:** физическое и музыкально-ритмическое развитие обучающихся средствами танцевального искусства.

**Задачи:**

- получение первичных знаний о практике и теории в области танцевального искусства;
- адаптация детей к новым условиям и формирование навыков общения и сотрудничества друг с другом;
- развитие музыкального слуха и чувство ритма;
- развитие хореографических данных;
- сохранение и укрепление физического здоровья детей.

#### УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№№ п/п	Наименование темы	Общее количество часов	В том числе		Формы аттестации/контроля
			Теория	Практика	
1	Введение в программу	1	1	-	Беседа. Инструктаж по ТБ
2	Упражнения для развития музыкально-ритмического слуха	16	5	11	Тесты на определение профессионально-физических данных учащихся. (приложение 1)
3	Постановка корпуса, головы.	11	2	9	Просмотр и контроль



3.1.	Постановка корпуса	8	2	6	
3.2.	Постановка головы	4	1	3	
4	Изучение позиций рук, ног	<b>13</b>	4	9	Просмотр и контроль
4.1	Изучение позиций рук	8	2	5	
4.2	Изучение позиций ног	5	2	3	
5	Партерная гимнастика	<b>15</b>	4	11	Тесты на определение профессионально-физических данных учащихся. (приложение 1)
5.1	Упражнения на гибкость	5	2	3	
5.2.	Упражнения на выворотность	5	2	3	
5.3	Растяжка	5	2	3	
6	Построения, перестроения	<b>8</b>	3	5	Просмотр и контроль
7	Танцевальные комбинации.	<b>17</b>	5	11	Тесты на определение профессионально-физических данных учащихся. (приложение 1)
7.1	Изучение видов шагов	4	2	2	
7.2	Изучение видов бега	4	1	3	
7.3	Изучение видов прыжков	4	1	3	
7.4	Танцевальные движения	5	2	3	
8	Этюды, танцевальные игры, массовые танцы.	<b>14</b>	4	10	Тесты на определение профессионально-физических данных учащихся. (приложение 1) Просмотр и зачет.
8.1.	Этюды	5	2	3	
8.2	Танцевальные игры	3	1	2	
8.3.	Массовые танцы	7	1	6	
9	Беседы об искусстве танца.	<b>3</b>	3	-	Викторина «В мире хореографии»
10	Открытые занятия	<b>4</b>	-	4	(приложение 2)
	Итого:	<b>102</b>	32	70	

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ ПЛАНА

### 1. Введение в программу.

Знакомство с обучающимися. Правила поведения на занятии. Режим работы. Одежда для занятий. Безопасность труда. Входная диагностика.

### 2. Упражнения для развития музыкально-ритмического слуха.

Теория: мелодия и движение, темп музыки, музыкальные размеры, контрастная музыка (быстрая - медленная, веселая – грустная).

Практические занятия: движения в различных темпах; определение характера музыки словами; передача изменения характера музыки в движениях.

### 3. Постановка корпуса, головы.

#### 1.4. Постановка корпуса

Теория: ознакомление с методикой исполнения.

Практические занятия: подтяжка всех групп мышц. Подтягивание корпуса в положении стоя, упражнение на укрепление мышц спины.

#### 3.2 Постановка головы

Теория: ознакомление с методикой исполнения.

Практические занятия: повороты, наклоны головы.

### 2. Изучение позиций рук, ног.

#### 2.3. Изучение позиций рук

Теория: ознакомление с методикой исполнения.

Практические занятия: подготовительное положение, I, II, III позиция рук.

#### 4.2 Изучение позиций ног

Теория: ознакомление с методикой исполнения.

Практические занятия: позиции ног I, II, VI.

### 5. Партерная гимнастика.

#### 5.1 Упражнения на гибкость.

Теория: основные части тела и их роль в жизнедеятельности и в танце.

Практические занятия: специальная тренировка опорно-двигательного аппарата, развитие физической силы, мостик из положения лежа, корзиночка, лягушка.

#### 5.2 упражнения на выворотность:

Теория: ознакомление с методикой выполнения.

Практические занятия: вытягивание стоп, подтягивание мышц корпуса, растяжка паховой выворотности, бабочка, звездочка.

#### 5.3 Растяжка

Теория: ознакомление с методикой выполнения.

Практические занятия: упражнения на укрепление мышц пресса, упражнения на развитие гибкости, книжечка, закладка, поперечный и продольный шпагат.

### 6. Построения, перестроения.

Теория: ознакомление с видами танцевального рисунка.

Практические занятия: Упражнения на перестроения. Исполнение танцевальных комбинаций в различных рисунках.

### 7. Танцевальные комбинации.

#### 7.1 Изучение видов шагов.

Теория: ознакомление с техникой исполнения.

Практические занятия: шаг с носка, приставной шаг, галоп, подскоки, шаг польки, переменный шаг.

#### 7.2 Изучение видов бега.

Теория: ознакомление с техникой исполнения.

Практические занятия: Танцевальный бег, бег с высокими коленками.

#### 7.3 Изучение видов прыжков.

Теория: ознакомление с техникой исполнения.

Практические занятия: Прыжки по VI, II п.; маленькие и высокие прыжки.



7.4 Танцевальные движения.

Теория: ознакомление с техникой исполнения.

Практические занятия: Изучение поклона. Основные движения русских народных танцев: «пружинки», «хлопушки», «ковырялочка».

## **8. Этюды, танцевальные игры, массовые танцы.**

### **8.1 Этюды**

Теория: история рождения танца и музыки.

Практические занятия: этюды (на основе изученных движений): «Тучка», «СМС для мамы», «Елочка», «Летим в космос».

### **8.2 Танцевальные игры.**

Теория: беседа, история танцевальных игр.

Практические занятия: «Птицы и звери», «У медведя во бору», «Кот и мыши», «Самый быстрый и ловкий»

### **8.3 Массовые танцы.**

Теория: беседа, история происхождения массовых танцев.

Практические занятия: «Вместе весело шагать», «Танец Красной шапочки», «Мухоморы», «Зверобика», «Летка-Енька», «Робот Бронислав».

## **9. Беседы об искусстве танца.**

Теория: Подготовка и проведение познавательных бесед, лекций, презентаций.

Практические занятия: Проведение викторин, опросов, тестов; посещение конкурсов и концертов. Просмотр записей фрагментов из балетов, творческих концертов и электронных презентаций.

## **10. Открытые занятия.**

Подготовка и проведение открытых занятий. Участие в отчетном концерте.

## **РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО КУРСА 1 ГОД ОБУЧЕНИЯ – СТАРТОВЫЙ УРОВЕНЬ**

### **Обучающиеся могут:**

1. Исполнять упражнения в соответствии с контрастным характером музыки.
2. Координировать движения.
3. Ориентироваться в пространстве.
4. Выполнять комплекс упражнений на полу (гибкость, выворотность, растяжка).
5. Знают позиции рук, ног, постановку корпуса.
6. Знают танцевальные шаги.
7. Исполняют развивающие этюды.
8. Исполняют массовые танц

## РАЗДЕЛ II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. Календарный учебный график на 1 год обучения

№ п/п	Учебные недели	Наименование темы	Форма занятия	Количество часов	Форма контроля
1	1 неделя	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	Беседа	1	Опрос
2		Упражнения для развития музыкально-ритмического слуха.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
3	2 неделя	Постановка корпуса, головы.	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
4		Изучение позиций рук, ног.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
5	3 неделя	Танцевальные комбинации.	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
6		Партерная гимнастика.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
7	4 неделя	Танцевальные комбинации.	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
8		Построения, перестроения.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
9	5 неделя	Упражнения для развития музыкально-ритмического слуха.	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
10		Постановка корпуса, головы.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
11	6 неделя	Изучение позиций рук, ног	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
12		Партерная гимнастика	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
13	7 неделя	Танцевальные комбинации.	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
14		Этюды, танцевальные игры, массовые танцы.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
15	8 неделя	Упражнения для развития музыкально-ритмического слуха	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
16		Этюды, танцевальные игры, массовые танцы.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
17	9 неделя	Изучение позиций рук, ног.	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
18		Партерная гимнастика.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
19	10 неделя	Танцевальные комбинации	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль



20		Этюды, танцевальные игры, массовые танцы.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
21	11 неделя	Беседы об искусстве танца	Презентация	1	Опрос
22		Упражнения для развития музыкально-ритмического слуха.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
23	12 неделя	Постановка корпуса, головы.	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
24		Изучение позиций рук, ног.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
25	13 неделя	Партерная гимнастика.	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
26		Танцевальные комбинации.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
27	14 неделя	Построения, перестроения.	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
28		Упражнения для развития музыкально-ритмического слуха.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
29	15 неделя	Постановка корпуса, головы.	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
30		Танцевальные комбинации.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
31	16 неделя	Этюды, танцевальные игры, массовые танцы.	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
32		Открытое занятие.	Комбинированное занятие	2	Зачет
33	17 неделя	Изучение позиций рук, ног	Презентация	1	Просмотр и контроль
34		Партерная гимнастика	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
35	18 неделя	Танцевальные комбинации	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
36		Построения, перестроения	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
37	19 неделя	Партерная гимнастика	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
38		Упражнения для развития музыкально-ритмического слуха.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
39	20 неделя	Этюды, танцевальные игры, массовые танцы	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
40		Танцевальные комбинации.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
41	21 неделя	Партерная гимнастика.	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
42		Изучение позиций рук, ног	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
43	22 неделя	Постановка корпуса, головы	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль



44		Упражнения для развития музыкально-ритмического слуха.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
45	23 неделя	Построения, перестроения	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
46		Танцевальные комбинации.	Концерт	2	Просмотр и контроль
47	24 неделя	Этюды, танцевальные игры, массовые танцы	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
48		Танцевальные комбинации.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
49	25 неделя	Партерная гимнастика	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
50		Изучение позиций рук, ног	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
51	26 неделя	Постановка корпуса, головы	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
52		Упражнения для развития музыкально-ритмического слуха.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
53	27 неделя	Партерная гимнастика	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
54		Построения, перестроения.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
55	28 неделя	Этюды, танцевальные игры, массовые танцы.	Презентация	1	Просмотр и контроль
56		Беседы об искусстве танца	Презентация	2	Опрос
57	29 неделя	Этюды, танцевальные игры, массовые танцы.	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
58		Танцевальные комбинации.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
59	30 неделя	Построения, перестроения.	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
60		Партерная гимнастика.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
61	31 неделя	Изучение позиций рук, ног.	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
62		Постановка корпуса, головы.	Концерт	2	Просмотр и контроль
63	32 неделя	Упражнения для развития музыкально-ритмического слуха.	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
64		Этюды, танцевальные игры, массовые танцы.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль
65	33 неделя	Изучение позиций рук, ног.	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
66		Постановка корпуса, головы.	Комбинированное занятие	2	Просмотр и контроль



67	34 неделя	Этюды, танцевальные игры, массовые танцы.	Комбинированное занятие	1	Просмотр и контроль
68		Открытое занятие.	Концерт	2	Зачет

## 2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### Материально-техническое обеспечение

№/№	Оборудование	Единица измерения	Количество на группу	% использования в ходе реализации программы
1	Зал для занятий хореографией		1	100%
2	Музыкальный центр	шт	1	60%
3	Кубики	шт	15	40%
4	Гимнастические коврики	шт	15	80%

### Информационное обеспечение

- <https://www.youtube.com/watch?v=fhcPw2dY74g>
- <https://www.youtube.com/watch?v=HGWBDoPi-Wg>
- <https://sportschools.ru/gorod-Moscow/sport-Russian-folk-dance/Deti-9-10>
- <https://yandex.ru/video/search?text=народный%20танец>
- [https://yandex.ru/video/search?text=народный%20танец%20для%20детей%](https://yandex.ru/video/search?text=народный%20танец%20для%20детей%20)
- <https://ok.ru/video/2382104002>
- [https://vk.com/topic-37891310\\_32657296](https://vk.com/topic-37891310_32657296)
- <https://vk.com/club185188305> - семинары

### **Кадровое обеспечение.**

Требования к квалификации: Высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю объединения без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению "Образование и педагогика" без предъявления требований к стажу работы и курсы повышения квалификации по направлению деятельности.

### **Методические материалы**

1. Сценарии отчётных концертов.
2. Глоссарий понятий (терминология проученных движений)
3. Фонотека.
4. Видеотека: база клипов и танцевальных практик групп.
5. Видеозаписи выступления групп.
6. Электронная база презентаций: «Танцы народов мира», «Русский народный танец», «Классический танец», «Современный танец». «Знаменитые хореографы и постановщики». «Лучшие профессиональные и самодеятельные хореографические коллективы». «Великие исполнители и танцовщики».
7. Подборка литературы по разделам программы.

## **2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

Сформированность универсальных учебных действий в процессе освоения данной программы может быть оценена через **различные формы контроля**.

**Педагогический контроль предполагает** такие виды как: систематический, периодический, промежуточный, итоговый годовой.

**Систематический контроль** (по итогам занятия) осуществляется для выявления уровня освоения материала, при этом объектом контроля являются: правильность исполнения, техничность, активность, уровень физической нагрузки, формами контроля являются: просмотр, анализ выполнения задания.

**Периодический контроль проводится** по окончании темы, здесь решается такая же задача - проверить, как освоена тема, внимание обращается кроме правильности исполнения, техничности, активности, уровня физической нагрузки еще и на усвоение теоретического и практического материала.

**Промежуточный контроль** – осуществляется по итогам четверти. Задача педагога выявить уровень освоения обучающимися программы, определить изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения. Оценивается правильность исполнения; техничность; активность; уровень физической нагрузки; знание теоретической и практической части. Форма контроля - дифференцированный зачет, анализ, самоанализ.

**Итоговый годовой контроль** проходит в конце учебного года (апрель- май) служит для выявления уровня освоения обучающимися программы за год, изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения. В ходе итогового годового контроля оценивается: правильность исполнения; техничность; активность; уровень физической нагрузки; знание теоретической и практической части; творческий подход, артистичность.

**Оценочные материалы** к программе:

- Оценочные материалы для проведения мониторинга – результатов обучения ребенка в процессе реализации образовательной программы (Приложение № 1);

- Индивидуальная карточка учета результатов обучения ребенка по дополнительной образовательной программе (Приложение № 2).



## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### для педагогов

1. Авилова С.А., Т.В. Калинина – «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Волгоград, 2008 г.
2. Бриске И.Э. – «Хореография», Челябинск, 1995г.
3. Ваганова А.Я. – «Основы классического танца». «Искусство», 1980 г.
4. Захаров Р. – «Сочинение танца» М. «Искусство», 1989г.
5. Зацепина К. – «Народно-сценический танец», М. Искусство, 1975г.
6. Ивлева Л.Д. – «Руководство Воспитательным процессом в самостоятельном хореографическом коллективе», Челябинск, 1989г.
7. Классический танец. Методическая разработка для преподавателей хореографических школ. М., 1988г.
8. Климов А. – «Основы русского народного танца». Искусство, 1981г.
9. Князева О.Н. – «Танцы Урала», Свердловск, 1962 г.
10. Коваль М.Б. – «Внешкольные учреждения. Проблемы, перспективы». Институт развития личности. М., 1994г.
11. Мудрин А.В. «Введение в социальную педагогику», Пенза, 1984г.
12. Овчарова Р.В. «Практическая психология в начальной школе», Москва.
13. Подласный «Педагогика». Москва, 1986 г.
14. Поляков С.Д. «Психопедагогика воспитания», Москва, Новая школа, 1996 г.

### для детей и родителей

1. Богуславская З.М., Смирнова Е.О. – «Развивающие игры для детей младшего дошкольного возраста». Просвещение, 1991г.
2. Жильбер Делазй, Марсель Марлье – «Мартин «Балетная мышка». ТОО «Внешсигма», 1994г.
3. Ротерс Т.Т. – «Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика». Просвещение, 1989 г.
4. Шелби Б. – «Открой своего ребенка с помощью тестов». Тюмень, 2000г.

Оценочные материалы для проведения мониторинга – результатов обучения ребёнка в процессе реализации образовательной программы:

Тестовое задание на определение танцевальных способностей, учащихся по 4-м показателям.

**Таблица характеристик уровней развития танцевальных способностей.**

Показатель	Высокий (4-5)	Средний (3)	Низкий (2)
<b>1. Профессионально-физические данные.</b>	Ребёнок физически хорошо развит, вынослив. С правильными пропорциями тела и осанки. Хорошая выворотность; нога легко поднимается на 90 градусов и выше; стопа эластичная и гибкая; отличная пластика и устойчивость тела; а также отлично развиты отдельные группы мышц и подвижность суставов.	Ребёнок физически развит средне. У него могут быть правильные пропорции тела, но есть небольшие дефекты в осанке (лордоз, кифоз); наличие хореографической выворотности, но недостаточный подъем ноги и натянутости стоп. Отдельные группы мышц и подвижность суставов развита средне.	Ребёнок физически развит слабо, не вынослив, быстро устаёт, не внимателен; профессиональные данные на низком уровне.
<b>2. Координация движений.</b>	Ребёнок хорошо запоминает движения, отлично развита координация, зрительная память и вестибулярный аппарат, а также чувство ритма и мышечная память.	Координация движений не плохая, но слабо развита зрительная память, отсюда запоминание движений происходит на среднем уровне, хотя ребёнок может обладать достаточным чувством ритма и мышечной памятью.	Слабо развита координация движений, отсюда большие трудности в запоминании и воспроизведении. Отсутствует чувство ритма и музыкальности.
<b>3. Двигательные навыки.</b>	Ребёнок знает правила исполнения каждого изученного танцевального движения; умеет соединять танцевальные движения в танцевальные предложения и согласовать их в	Ребёнок знает правила исполнения танцевальных движений, но при этом испытывает трудности в чётком повторении движений, отсюда он может допускать неточности в соединении	Ребёнок не знает основных правил исполнения танцевальных движений, не умеет соединять движения между собой.



	пространстве под музыку.	танцевальных движений в предложения.	
<b>4.Исполнитель-ская выразительность</b>	Ребёнок должен ориентироваться в композиционном пространстве, владеть навыками исполнения парного и массового танца, обладать актерской выразительностью.	Ребёнок неплохо ориентируется в пространстве, но испытывает небольшие затруднения в исполнении парного танца, отсюда он чувствует себя скованно, это может сказаться на его эмоциональности.	Плохо ориентируется в рисунках танца, отсутствуют навыки ансамблевого исполнения и эмоциональной выразительности.

### **Тестовое задание на определение танцевальных способностей, учащихся по 4-м показателям.**

#### **1. Профессионально-физические данные.**

Тесты на определение профессиональных данных учащихся.

а) Выворотность ног - это способность развернуть ноги (бедра, голени и стопы) в положении endehor (наружу).

Ребенка подводят к станку и устанавливают его в 1-ю позицию, затем, просят глубоко присесть, отрывая постепенно пятки так, чтобы бёдра как можно больше раскрылись в стороны (супенировались), т.е. предлагают исполнить grandplie. Взяв руками за бёдра чуть выше колен и помогая ребёнку раскрыться, можно видеть, легко или с трудом он это делает.

б) Стопа - является опорой тела человека и выполняет рессорные функции и функции регулятора равновесия.

Из первой позиции нога выдвигается в сторону, колено выпрямляется. Осторожными усилиями рук педагог проверяет эластичность и гибкость стопы. При наличии подъема стопа податливо изгибается, образуя в профиль месяцеобразную форму.

в) Балетный шаг - его высота определяется при выворотном положении ног в трёх направлениях: в сторону, вперёд и назад. Сначала проверяется одна нога, затем другая. Ребёнок ставится боком к станку, держась за него одной рукой. Из 1-ой позиции ног, работающую ногу в выворотном положении, выпрямленную в коленном суставе и с вытянутым подъёмом поднимают в стороны до той высоты, до какой позволяет это делать бедро. После проверки величины пассивного (производимого с посторонней помощью) шага проверяется активный шаг (способность поднять ногу самому). Критерием в данном случае служит высота: для мальчиков норма не ниже 90 градусов, для девочек - выше 90 градусов. Необходимо обратить внимание на то, насколько легко поднимается нога.

г) Гибкость тела - показатель пластичности и определяется величиной прогиба испытуемого назад и вперед.

Ребёнка ставят так, чтобы ноги были вытянуты, стопы сомкнуты, руки разведены в стороны. Затем ребёнок перегибается назад до возможного предела. Проверка гибкости вперед производится также наклоном корпуса вниз при вытянутых ногах как стоя, так и в положении сидя на полу.

Тесты, позволяющие определить развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов:

а) Подвижность шейного отдела позвоночника:

- наклонить голову вперед. Подбородок должен коснуться груди;
- наклонить голову назад. Взгляд должен быть направлен точно вверх или немного назад;



- наклонить голову в сторону. Верхний край одного уха должен находиться на одной вертикальной прямой с нижним краем другого;
  - повернуть голову в сторону. Ваш взгляд должен быть обращен точно в сторону.
- б) Эластичность мышц плечевого пояса и подвижность плечевых суставов:
- поднять согнутые в локтях руки и скрестить предплечья за головой так, чтобы пальцы были направлены к лопаткам. Кончики пальцев должны касаться лопаток;
  - встать спиной к стене на расстояние длины стопы, руки в стороны ладонями вперед. Коснитесь пальцами стены, не отклоняя туловища от вертикали;
  - согните одну руку локтем вверх, а другую - локтем вниз, предплечье за головой и за спиной. Коснитесь пальцами одной руки пальцев другой. То же сделать, поменяв положение рук.
- в) Подвижность лучезапястного сустава, эластичность мышц кисти и предплечья:
- вытянуть руки вперед и опустить кисти вниз - ладони прямые. Тыльная поверхность ладони должна быть перпендикулярна предплечью.
- г) Подвижность голеностопного сустава, эластичность мышц голени и стопы:
- присядьте, не отрывая носки и пятки от пола, руки вдоль тела. При нормальной подвижности голеностопного сустава угол между поверхностью опоры и голенью составляет 45-55 градусов;
  - встаньте лицом к станку и обопритесь об него руками. Отставьте выпрямленную ногу как можно дальше назад, не отрывая пятку от пола. Носки и колени направлены строго вперед. Угол между поверхностью пола и прямой ногой должен составлять 50-60 градусов.
  - из положения стоя на коленях, сядьте на пятки. В норме, тыльная поверхность стопы и голеностопного сустава касаются пола. Носки не должны быть обращены внутрь.
- д) Гибкость позвоночника:
- встаньте прямо, ноги вместе. Наклонитесь как можно ниже вперед, опустив руки вниз. Кончики пальцев должны коснуться пола;
  - встать спиной к стене, ноги на расстоянии 30 см друг от друга. Наклонитесь как можно ниже в сторону, касаясь спиной стены. То же в другую сторону. Кончики пальцев должны опуститься чуть ниже коленной чашечки.
- е) Подвижность тазобедренных суставов, эластичность мышц бедра:
- лежа на спине, согните одну ногу, возьмите её обеими руками за колено и притяните как можно ближе к груди. Другая нога при этом остаётся выпрямленной. Бедро должно соприкасаться с передней поверхностью туловища;
  - лёжа на животе (подбородок касается пола), согните одну ногу и с помощью рук постарайтесь коснуться её пяткой ягодиц. Бедро согнутой ноги не должно отрываться от поверхности пола;
  - сидя на жёсткой поверхности, туловище вертикально, разведите выпрямленные ноги как можно шире. Угол между ногами должен составлять не менее 90 градусов.
- ж) Подвижность коленных суставов:
- сидя на полу, максимально согните ноги коленями вверх. В норме икроножная мышца должна соприкасаться с задней поверхностью бедра;
  - сидя на жёсткой поверхности, максимально выпрямите ноги, прижимая их к полу под коленями. Если при этом пятки значительно отрываются от пола, это свидетельствует о переизгибе в коленном суставе. Если не удалось до конца выпрямить ноги и между коленями и полом имеется свободное пространство, то у вас недостаточная подвижность коленного сустава.

## 2. Координация движений:



Задание № 1. Выполнить подготовительно-развивающие движения:

- шаг с носка, шаг на полупальцах, маршировка с высоким подниманием колена;
- приставной шаг по 6 п.;
- бег, ноги сгибаются назад;
- подскоки в продвижении;
- шаг польки;
- поклон- простейший вариант;

Задание № 2. Прохлопать, протопать:

- хлопки с акцентом на 1-ую долю и равномерно;
- притопы с акцентом на 1-ую долю и равномерно;

### **3. Двигательные навыки:**

Задание. Рассказать правила исполнения движений и показать их:

**Задание:** исполнить танцевальную комбинацию.

- простой танцевальный шаг с носка с работой рук (используя различные позиции рук);
- «ковырялочка» с 3-м притопом и работой рук из 1п на 2п.;
- прыжки с хлопками в повороте.

### **4. Исполнительская выразительность:**

Задание: исполнить танец или этюд.

- «Рыжий кот»;
- «Почемучки»;
- «Робот Бронислав».

**Индивидуальная карточка учета результатов обучения ребенка по дополнительной образовательной программе.**

*(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества)*

Фамилия, имя ребенка: Возраст:

Название объединения:

Программа:

Ф.И.О. педагога:

Дата начала наблюдения

Показатели	Год обучения		
	Входная	Промежуточная	Итоговая
1. Теоретическая подготовка ребенка 1.1. Теоретические знания: а) упражнения на середине зала. в) партерная гимнастика 1.2. Владение специальной терминологией			
2. Практическая подготовка ребенка 2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой: а) выворотность в) гибкость с) чувство ритма 2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением			
3. Обще-учебные умения и навыки ребенка 3.1. Учебно-интеллектуальные умения: а) подбирать и анализировать специальную литературу; в) пользоваться компьютерными источниками информации; с) осуществлять проектно-исследовательскую работу			
3.2. Учебно-коммуникативные умения: а) слушать и слышать педагога; в) выступать перед аудиторией; с) вести полемику, участвовать в дискуссии.			
3.3. Учебно-организационные умения и навыки: а) умение организовать свое рабочее место; в) навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности; с) умение аккуратно выполнять работу.			
4. Предметные достижения обучающегося: 4.1. На уровне детского объединения; 4.2. На уровне центра; 4.3. На уровне района, города; 4.4. На уровне города; 4.5. На уровне области, 4.6. На региональном уровне. 4.7 На международном уровне.			



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 359040073915316482112313993369613528402878580802

Владелец Чуб Татьяна Сергеевна

Действителен с 22.02.2024 по 21.02.2025