

Комитет по образованию
администрации Ханты – Мансийского района
муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования Ханты-Мансийского района
«Центр дополнительного образования»

Принята на заседании
педагогического совета
протокол № 1 от 31.08.2023 года

Утверждаю:
Директор МАУ ДО ХМР «Центр
дополнительного образования»
Н.И. Фуртунэ
приказ № 257-О от 31.08.2023 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Танцевальный кружок «Восторг»
возраст обучающихся: 6 - 14 лет
срок реализации: 8 месяцев**

Автор - составитель:
Абдрахманова Алия Азаматовна,
педагог дополнительного образования

п.Сибирский, 2023 год

Раздел I. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальный кружок «Восторг» разработана с учетом современных требований и основных законодательных и нормативных актов Российской Федерации:

Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы);

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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»;

Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 19.03.2020 № ГД-39/40 «О направлении методических рекомендаций (вместе с «Методическими рекомендациями 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 31.01.2022 № ДГ-245/046 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);

Приказ Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа–Югры от 04.08.2016 № 1224 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре»;

Приказ Департамента образования и науки Ханты-Мансийского автономного округа - Югры от 31.03.2023 №10-П-775 «О внесении изменений в приказ Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 04.08.2016 № 1224 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в

Ханты-Мансийском автономном округе – Югре»;

Приказ Департамента образования и науки Ханты-Мансийского автономного округа - Югры от 04.07.2023 №10-П-1649 «О внесении изменений в приказ Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 4 августа 2016 года № 1224 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре»;

Региональный проект «Успех каждого ребенка» (Шифр проекта 045-П00 от 13 ноября 2018 г.);

Распоряжение администрации Ханты-Мансийского района от 01.08.2023 № 604-р «Об организации оказания муниципальных услуг в социальной сфере в Ханты-Мансийском районе»;

Постановление администрации Ханты-Мансийского района от 16.08.2023 № 411 «Об утверждении Положения о персонифицированном образовании в Ханты-Мансийском районе»;

Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования Ханты-Мансийского района «Центр дополнительного образования»;

Иные локальные нормативные акты муниципального автономного учреждения дополнительного образования Ханты-Мансийского района «Центр дополнительного образования».

Актуальность программы

На сегодняшний день всестороннее развитие детей набирает всё большую популярность в нашей стране, поэтому родители стремятся всесторонне развивать своего ребёнка прямо с самого рождения, и в этом есть рациональное зерно, ведь успешное будущее закладывается в первые шесть лет жизни. Хореография (танцы) - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях танцами дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Обучающий познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Танцы воспитывают коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, это развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Направленность программы: художественная.

Программа - модифицированная.

Адресат программы

1 группа - обучающиеся 6 – 10 лет;

2 группа – обучающиеся 11 – 14 лет.

На обучение по данной программе принимаются дети без предъявления особых требований по заявлению родителя (законного представителя) обучающегося.

Срок реализации программы – 8 месяцев.

Режим занятий:

1 группа (6 – 10 лет) - 2 раза в неделю по 2,5 и 2 часа, общей продолжительностью 4,5 часа. Объем реализации программы: 144 часа в год.

2 группа (11 – 14 лет) - 2 раза в неделю по 2,5 и 2 часа, общей продолжительностью 4,5 часа. Объем реализации программы: 144 часа в год.

Наполняемость группы: минимальная – 10 человек, максимальная – 15 человек.

Уровень программы – базовый.

Формы обучения: очная, а также допускается очно-заочная форма обучения в период карантина либо в период активированных дней, когда дети по уважительной причине (неблагоприятная эпидемиологическая обстановка, низкая температура воздуха) не могут посещать занятия в образовательном учреждении. Очно-заочное обучение предполагает следующие основные виды учебных занятий: индивидуальные и групповые консультации обучающихся (по телефону, др.); обучающиеся самостоятельно выполняют задания с целью прохождения материала, в том числе с применением дистанционных технологий (Интернет-сайт учреждения, электронные ресурсы и др.).

Форма организации учебно-воспитательного процесса: групповая.

2. Цель и задачи программы

Цель программы: развить творческие способности подростков через включение их в танцевальную деятельность, а также формирование творческой личности посредством обучения детей языку танца, приобщение воспитанников к миру танцевального искусства, являющегося достоянием общечеловеческой и национальной культуры.

Задачи программы:

1. Определить стартовые способности каждого ребенка: чувство ритма, музыкальная и двигательная память.

2. Развивать творческие способности детей на основе личностно-ориентированного подхода.

3. Раскрыть способности у подростков и сформировать в них умение воспринимать и понимать прекрасное.

4. Привить любовь к танцевальному искусству.

5. Развивать воображение и фантазию в танце.

6. Познакомить подростков с различными музыкально-ритмическими движениями в соответствии с характером музыки.

7. Познакомить подростков с простейшими правилами поведения на сцене.

8. Способствовать повышению самооценки у неуверенных в себе подростках (ключевая роль в танце, вербальное поощрение и т. д.).

9. Закрепить приобретенные умения посредством выступления на

мероприятиях образовательного учреждения. Развивать коммуникативные способности подростков через танцевальные игры.

3.Содержание программы

Учебный план

1 группа (6-10 лет): 2 раза в неделю по 2,5 и 2 часа, общей продолжительностью 4,5 часа. Объем реализации программы: 144 часа в год.

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Ритмика	15	7	8	Опрос
2.	Элементы классического танца	20	5	15	Наблюдение, выступление
3.	Элементы русского народного танца	20	5	15	Наблюдение, выступление
4.	Элементы бального танца	15	5	10	Наблюдение, выступление
5.	Элементы национального танца	24	5	19	Наблюдение, выступление
6.	Постановочно – репетиционная работа	50	10	40	Наблюдение, выступление
	Всего	144	37	107	

Содержание программы

Раздел 1. Ритмика (всего – 15 ч., теория – 7 ч., практика – 8 ч.)

Упражнения на дыхание. Физиологическая разминка по принципу сверху вниз. Поднимание рук и ног одновременно и поочередно. Поднимание ног, махи ногами. Движения в образах. Пантомима. Пластичные упражнения. Поочередное расслабление всех мышц тела. Продвижения с прыжками, бег, поскоки. Перестроение из одной фигуры в другую. Ритмические движения. Импровизация. Ритмические комбинации: этюды. Связка танцевальных движений.

Раздел 2. Элементы классического танца (всего – 20 ч., теория – 5 ч., практика – 15 ч.)

Постановка корпуса, поклон. Позиции рук, ног. Приседания. Полуприседания. Поднимание стопы на полупальцы. Движение в координации рук и ног по позициям, повороты. Прыжки на месте по I, II, III позициям ног. Понятие «Точка». Верчения на середине зала, в диагонали. Прыжки на месте в координации с движениями рук. Гимнастика на полу (растяжка, пресс, спина). Движения классического танца. Этюд. Координация движений рук в исполнении прыжков. Координация движений ног в исполнении прыжков. Координация

движений рук в исполнении верчений. Координация движений ног в исполнении верчений. Координация рук и ног в исполнении движений на середине.

Раздел 3. Элементы русского народного танца (всего – 20 ч., теория – 5 ч., практика – 15 ч.)

Постановка корпуса, поклон. Танцевальные шаги – с каблука, боковые. Шаг с притопом, бег. Притопы- одинарный, двойной, тройной. Построение в круг. Движения по кругу. «Ковырялочка». «Моталочка». «Гармошка». Повороты. Прыжки. Комбинации. Построение в фигуры (рисунок). Отработка движений танца «Роза». Соединение движений танца в комбинации. Постановка танца «Роза».

Раздел 4. Элементы бального танца (всего – 15 ч., теория – 5 ч., практика – 10 ч.)

Основные позиции рук. Основные позиции ног. Поклон. Прямой вальсовый шаг. Прямой вальсовый шаг с поворотом. Вальсовое движение «Лодочка». Свободная композиция (работа в паре). Изучение движений танца «Силуэт». Отработка движений танца «Силуэт». Соединение движений танца «Силуэт» в комбинации. Разводка комбинаций танца «Силуэт» в сценический рисунок. Постановка танца «Силуэт». Элементы танца «Движ»-основной ход. Приставные шаги. Прыжки. Повороты. Элементы танца «Движ»-основной ход. Приставные шаги. Прыжки. Повороты. Изучение движений танца «Движ». Отработка движений танца «Движ». Соединение движений танца «Движ» в комбинации. Постановка танца «Движ».

Раздел 5. Элементы национального танца (всего – 24 ч., теория – 5 ч., практика – 19 ч.)

Основные положения ног в ирландском танце. Постановка корпуса. Движения ногами. Шаг. Шаг с выносом ноги на каблук. Повороты. Движения ногами в такт музыки. Движения по рисунку танца. Отработка простых элементов танца. Отработка сложных элементов танца. Соединение простых движений в сценический рисунок. Соединение сложных движений в сценический рисунок. Разводка комбинаций. Постановка танца «Ветер».

Раздел 6. Постановочно-репетиционная работа (всего – 50 ч., теория – 10 ч., практика – 40 ч.)

Танцевальный номер «Роза». Танцевальный номер «Силуэт». Танцевальный номер «Движ». Танцевальный номер «Ветер». Простые движения танцевального номера. Отработка простых движений. Сложные движения танцевального номера. Отработка сложных движений. Соединение простых движений в комбинации. Соединение сложных движений в комбинации. Соединение движений в комбинации. Разводка простых комбинаций в сценический рисунок. Разводка сложных комбинаций в сценический рисунок. Повторение элементов изученных танцев. Работа над простыми элементами танцев. Работа над сложными элементами танцев. Работа под счет. Работа с музыкальным сопровождением. Рисунок танцев. Движения по рисунку танцев. Отработка движений. Постановка танцев.

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- ответственное отношение к учению, готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие двигательной активности;
- формирование способности к эмоциональному восприятию материала;
- осознавать роль танца в жизни;
- развитие танцевальных навыков.

метапредметные результаты:

регулятивные:

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить.

познавательные:

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя
- навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
 - навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.

коммуникативные:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

предметные результаты:

Учащиеся должны уметь:

- правильно держать осанку;
- правильно выполнять позиции рук и ног;
- правильно держать положения корпуса и головы при выполнении танцевальных движений;
- исполнять упражнения, танцевальные движения, хореографические композиции, этюды;
- выполнять передвижения в пространстве зала;
- выразительно исполнять танцевальные движения.

Обучающиеся по окончании реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцевальный кружок «Восторг» получают **сертификат о прохождении программы.**

Учебный план

1 группа (11-14 лет): 2 раза в неделю по 2,5 и 2 часа, общей продолжительностью 4,5 часа. Объем реализации программы: 144 часа в год.

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Ритмика	15	7	8	Опрос
2.	Элементы классического танца	20	5	15	Наблюдение, выступление
3.	Элементы русского народного танца	20	5	15	Наблюдение, выступление
4.	Элементы бального танца	15	5	10	Наблюдение, выступление
5.	Элементы национального танца	24	5	19	Наблюдение, выступление
6.	Постановочно – репетиционная работа	50	10	40	Наблюдение, выступление
	Всего	144	37	107	

Содержание программы

Раздел 1. Ритмика (всего – 15 ч., теория – 7 ч., практика – 8 ч.)

Упражнения на дыхание. Физиологическая разминка по принципу сверху вниз. Поднимание рук и ног одновременно и поочередно. Поднимание ног, махи ногами. Движения в образах. Пантомима. Пластичные упражнения. Поочередное расслабление всех мышц тела. Продвижения с прыжками, бег, поскоки. Перестроение из одной фигуры в другую. Ритмические движения. Импровизация. Ритмические комбинации: этюды. Связка танцевальных движений.

Раздел 2. Элементы классического танца (всего – 20 ч., теория – 5 ч., практика – 15 ч.)

Постановка корпуса, поклон. Позиции рук, ног. Приседания. Полуприседания. Поднимание стопы на полупальцы. Движение в координации рук и ног по позициям, повороты. Прыжки на месте по I, II, III позициям ног. Понятие «Точка». Верчения на середине зала, в диагонали. Прыжки на месте в координации с движениями рук. Гимнастика на полу (растяжка, пресс, спина). Движения классического танца. Этюд. Координация движений рук в исполнении прыжков. Координация движений ног в исполнении прыжков. Координация движений рук в исполнении верчений. Координация движений ног в исполнении верчений. Координация рук и ног в исполнении движений на середине.

Раздел 3. Элементы русского народного танца (всего – 20 ч., теория – 5 ч., практика – 15 ч.)

Постановка корпуса, поклон. Танцевальные шаги – с каблука, боковые. Шаг с притопом, бег. Притопы- одинарный, двойной, тройной. Построение в круг. Движения по кругу. «Ковырялочка». «Моталочка». «Гармошка». Повороты.

Прыжки. Комбинации. Построение в фигуры (рисунок). Отработка движений танца «Плясовая». Соединение движений танца в комбинации. Постановка танца «Плясовая».

Раздел 4. Элементы бального танца (всего – 15 ч., теория – 5 ч., практика – 10 ч.)

Основные позиции рук. Основные позиции ног. Поклон. Прямой вальсовый шаг. Прямой вальсовый шаг с поворотом. Вальсовое движение «Лодочка». Свободная композиция (работа в паре). Изучение движений танца «Вальс». Отработка движений танца «Вальс». Соединение движений танца «Вальс» в комбинации. Разводка комбинаций танца «Вальс» в сценический рисунок. Постановка танца «Вальс». Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход. Приставные шаги. Прыжки. Повороты. Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход. Приставные шаги. Прыжки. Повороты. Изучение движений танца «Рок-н-ролл». Отработка движений танца «Рок-н-ролл». Соединение движений танца «Рок-н-ролл» в комбинации. Постановка танца «Рок-н-ролл».

Раздел 5. Элементы национального танца (всего – 24 ч., теория – 5 ч., практика – 19 ч.)

Основные положения ног в ирландском танце. Постановка корпуса. Движения ногами. Шаг. Шаг с выносом ноги на каблук. Повороты. Движения ногами в такт музыки. Движения по рисунку танца. Отработка простых элементов танца. Отработка сложных элементов танца. Соединение простых движений в сценический рисунок. Соединение сложных движений в сценический рисунок. Разводка комбинаций. Постановка танца «Ирландский танец».

Раздел 6. Постановочно-репетиционная работа (всего – 50 ч., теория – 10 ч., практика – 40 ч.)

Танцевальный номер «Вальс». Танцевальный номер «Плясовая». Танцевальный номер «Рок-н-ролл». Танцевальный номер «Ирландский танец». Простые движения танцевального номера. Отработка простых движений. Сложные движения танцевального номера. Отработка сложных движений. Соединение простых движений в комбинации. Соединение сложных движений в комбинации. Соединение движений в комбинации. Разводка простых комбинаций в сценический рисунок. Разводка сложных комбинаций в сценический рисунок. Повторение элементов изученных танцев. Работа над простыми элементами танцев. Работа над сложными элементами танцев. Работа под счет. Работа с музыкальным сопровождением. Рисунок танцев. Движения по рисунку танцев. Отработка движений. Постановка танцев.

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- ответственное отношение к учению, готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие двигательной активности;
- формирование способности к эмоциональному восприятию материала;
- осознавать роль танца в жизни;

- развитие танцевальных навыков.

метапредметные результаты:

регулятивные:

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить.

познавательные:

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя
- навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
 - навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.

коммуникативные:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

предметные результаты:

Учащиеся должны уметь:

- правильно держать осанку;
- правильно выполнять позиции рук и ног;
- правильно держать положения корпуса и головы при выполнении танцевальных движений;
- исполнять упражнения, танцевальные движения, хореографические композиции, этюды;
- выполнять передвижения в пространстве зала;
- выразительно исполнять танцевальные движения.

Обучающиеся по окончании реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцевальный кружок «Восторг» получают **сертификат о прохождении программы.**

Раздел II. «Комплекс организационно-педагогических условий»

Условия реализации программы

Для успешной реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцевальный кружок «Восторг» имеется следующее **материально-техническое обеспечение:**

светлый и просторный класс;

зеркальная стенка;
гимнастические коврики;
аудио и видеоаппаратура;
специальная тренировочная форма и обувь;
сценические костюмы;
ноутбук;
микшер;
колонки.

Информационное обеспечение:

методическая литература, периодические издания, интернет-ресурсы, аудиозаписи, видеозаписи.

Дидактические средства:

разработки педагога для обеспечения образовательного процесса: планы, конспекты занятий;

проектные и выпускные работы обучающихся;

разработки для организации контроля и определения результативности обучения: тесты, анкеты, вопросники, контрольные работы.

Формы аттестации/контроля

Основные формы проведения занятий: танцевальные репетиции, беседа, праздник.

Основные виды занятий: индивидуальное и групповое творчество, межгрупповой обмен результатами танцевальной деятельности.

Методы: игровой, демонстрационный (метод показа), метод творческого взаимодействия, метод наблюдения и подражания, метод упражнений, метод внутреннего слушания.

Метод показа - разучивание нового движения, позы руководитель предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте.

Метод наглядности - этот метод включает в себя слуховую наглядность (слушание музыки во время исполнения танцев), зрительное и тактильное проявление наглядности, которые сочетаются со слуховыми впечатлениями.

Приоритетные направления работы:

-знакомство с историей танца, музыкальной грамотой;
-изучение элементов акробатики, аэробики, гимнастики, классического и народного танцев;

-знакомство с направлениями современного танца;

-постановка танцевальных номеров и участие в праздничных мероприятиях.

Для реализации данной программы, как показывает практика работы с подростками, необходимо учитывать некоторые **особенности:**

-возрастные особенности воспитанников;

-личные интересы и приоритеты воспитанников;

--потенциал группы в целом и каждого воспитанника отдельно;

-качество подготовки к моменту начала изучения предмета;

-происходящие в мире перемены.

Педагог в своей деятельности использует следующие **технологии**:

-*здоровьесберегающая технология*, помогает воспитать всесторонне развитую личность, бережно относящуюся к своему здоровью, и соблюдающую принципы здорового образа жизни;

-*информационно-коммуникативная технология*, позволяющая получать обучающимся новую информацию и знания через просмотры видео и мультимедиа, сопровождающиеся пояснениями педагога. Так же этот метод полезен при просмотре концертов и выступлений, в которых они сами принимали участие, для осмысления и оценки своего собственного результата;

-*деятельностная технология*, посредством которой воспитанники изучают новый материал через личный показ педагогом и его объяснения с последующим повторением;

-*проектная технология* заключается в организации под руководством педагога творческой лаборатории, где провозглашается тема и ставится задача, а воспитанники создают творческую импровизацию, участвуют в процессе подготовки традиционных мероприятий коллектива;

-*игровая технология*, помогает развитию творческого мышления, развивает воображение и фантазию, улучшает общение и взаимодействие в коллективе;

-*технология дифференцированного обучения*, помогает в обучении каждого на уровне его возможностей и способностей, развитии творческих способностей, созидательных качеств личности, воспитании человека высокой культуры.

Список литературы

- 1 Бочкарева, Н.И. Ритмика и хореография [Текст]/Н.И. Бочкарева– Кемерово, 2000. – 101 с.
2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. С. – Петербург, 2000. – С5.
3. Дереклеева Н. И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1-5 классы– Москва «ВАКО», 2005
4. Зенн Л. В. Всестороннее развитие ребенка, средствами музыки и ритмических движений на уроках ритмики // <http://www.kindergenii.ru>
5. Зимина, А.Н. Основы музыкального воспитания и развития детей младшего возраста / А.Н. Зимина. М.: Владос, 2000.
6. Каплунова И. Пособие для воспитателей и музыкальных руководителей детских дошкольных учреждений. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. /И. Каплунова, И. Новоскольцева. – Санкт-Петербург «Композитор», 2005.
7. Колодницкий, Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей / Г.А. Колодницкий. – М.: Гном-Пресс, 2000. – 61с.
8. Кошмина И.В. Музыкальный букварь– Москва «ОЛИСС, ДЕЛЬТА», 2005.
9. Михайлова М.А. Развитие музыкальных способностей детей. Популярное пособие для родителей и педагогов /М.А.Михайлова. – Ярославль «Академия развития», 2002.

Календарно-учебный график

«Танцевальный кружок «Восторг» 1 группа (6 – 10 лет)

4,5 недельных часа, 144 часа в год

Количество учебных недель: 32 учебные недели

Период обучения: с 01 октября 2023 по 30 мая 2024.

№ п/п	Тема	Кол- во часов	Форма занятия	Форма аттестации/ контроля	Дата по плану	Дата по факту
	Ритмика	15				
1	Упражнения на дыхание	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	03.10	
2	Физиологическая разминка по принципу сверху вниз	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	04.10	
3	Поднимание рук и ног одновременно и поочередно	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	05.10	
4	Поднимание ног, махи ногами	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	10.10	
5	Движения в образах	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	11.10	
6	Пантомима	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	12.10	
7	Пластичные упражнения	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	17.10	
8	Поочередное расслабление всех мышц тела	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	18.10	
9	Продвижения с прыжками, бег, поскоки	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	19.10	
10	Перестроение из одной фигуры в другую	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	24.10	
11	Ритмические движения	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	25.10	
12	Импровизация	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	26.10	
13	Ритмические комбинации: этюды	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	31.11	
14	Связка танцевальных движений	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	02.11	
2	Элементы классического танца	20				
15	Постановка корпуса, поклон	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	07.11	
16	Позиции рук, ног	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	08.11	
17	Приседания	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	09.11	

18	Полуприседания	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	14.11	
19	Поднимание стопы на полупальцы	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	15.11	
20	Движение в координации рук и ног по позициям, повороты	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	16.11	
21	Прыжки на месте по I, II, III позициям ног	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	21.11	
22	Понятие «Точка»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	22.11	
23	Верчения на середине зала, в диагонали	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	23.11	
24	Прыжки на месте в координации с движениями рук	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	28.11	
25	Гимнастика на полу (растяжка, пресс, спина)	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	29.11	
26	Движения классического танца	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	30.11	
27	Этюд	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	05.12	
28	Координация движений рук в исполнении прыжков	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	06.12	
29	Координация движений ног в исполнении прыжков	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	07.12	
30	Координация движений рук в исполнении верчений	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	12.12	
31	Координация движений ног в исполнении верчений	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	13.12	
32	Координация рук и ног в исполнении движений на середине	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	14.12	
3	Элементы русского народного танца	20				
33	Постановка корпуса, поклон	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	19.12	
34	Танцевальные шаги – с каблука, боковые	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	20.12	
35	Шаг с притопом, бег	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	21.12	
36	Притопы- одинарный, двойной, тройной	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	26.12	
37	Построение в круг.	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	27.12	
38	Движения по кругу	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	28.12	
39	«Ковырялочка»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	02.01	
40	«Моталочка»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	03.01	

41	«Гармошка»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	04.01	
42	Повороты	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	09.01	
43	Прыжки	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	10.01	
44	Комбинации	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	11.01	
45	Построение в фигуры (рисунок)	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	16.01	
46	Отработка движений танца «Роза»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	17.01	
47	Соединение движений танца в комбинации	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	18.01	
48	Постановка танца «Роза»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	23.01	
4	Элементы бального танца	15				
49	Основные позиции рук. Основные позиции ног. Поклон	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	24.01	
50	Прямой вальсовый шаг. Прямой вальсовый шаг с поворотом. Вальсовое движение «Лодочка»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	25.01	
51	Свободная композиция (работа в паре)	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	06.02	
52	Изучение движений танца «Силуэт»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	07.02	
53	Отработка движений танца «Силуэт»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	08.02	
54	Соединение движений танца «Силуэт» в комбинации	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	13.02	
55	Разводка комбинаций танца «Силуэт» в сценический рисунок	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	14.02	
56	Постановка танца «Силуэт»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	15.02	
57	Элементы танца «Движ»-основной ход	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	20.02	
58	Приставные шаги. Прыжки	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	21.02	
59	Повороты	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	22.02	
60	Элементы танца «Движ»-основной ход	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	27.02	
61	Приставные шаги. Прыжки	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	28.02	
62	Повороты	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	01.03	
63	Изучение движений танца «Движ»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	06.03	

64	Отработка движений танца «Движ»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	07.03	
65	Соединение движений танца «Движ» в комбинации	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	08.03	
66	Постановка танца «Движ»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	13.03	
5	Элементы национального танца	24				
67	Основные положения ног в ирландском танце	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	14.03	
68	Постановка корпуса	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	15.03	
69	Движения ногами	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	20.03	
70	Шаг	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	21.03	
71	Шаг с выносом ноги на каблук	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	22.03	
72	Повороты	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	27.03	
73	Движения ногами в такт музыки	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	28.03	
74	Движения по рисунку танца	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	29.03	
75	Отработка простых элементов танца	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	03.04	
76	Отработка сложных элементов танца	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	04.04	
77	Соединение простых движений в сценический рисунок	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	05.04	
78	Соединение сложных движений в сценический рисунок	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	10.04	
79	Разводка комбинаций	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	11.04	
80	Постановка танца «Ветер»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	12.04	
6	Постановочно-репетиционная работа	50				
81	Танцевальный номер «Роза»	3	Отработка движений	Танцевальные репетиции	17.04	
82	Танцевальный номер «Силуэт»	3	Отработка движений	Танцевальные репетиции	18.04	
83	Танцевальный номер «Движ»	3	Отработка движений	Танцевальные репетиции	19.04	
84	Танцевальный номер «Ветер»	3	Отработка движений	Танцевальные репетиции	24.04	
85	Простые движения танцевального номера	3	Отработка движений	Танцевальные репетиции	25.04	
86	Отработка простых движений	1,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	26.04	

87	Сложные движения танцевального номера	1,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	01.05	
88	Отработка сложных движений	3	Отработка движений	Танцевальные репетиции	02.05	
89	Соединение простых движений в комбинации	1,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	03.05	
90	Соединений сложных движений в комбинации	3	Отработка движений	Танцевальные репетиции	08.05	
91	Соединение движений в комбинации	3	Отработка движений	Танцевальные репетиции	09.05	
92	Разводка простых комбинаций в сценический рисунок	3	Отработка движений	Танцевальные репетиции	10.05	
93	Разводка сложных комбинаций в сценический рисунок	3	Отработка движений	Танцевальные репетиции	15.05	
94	Повторение элементов изученных танцев	1,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	16.05	
95	Работа над простыми элементами танцев	1,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	17.05	
96	Работа над сложными элементами танцев	1,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	22.05	
97	Работа под счет	2,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	23.05	
98	Работа с музыкальным сопровождением	1,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	24.05	
99	Рисунок танцев	1,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	29.05	
100	Движения по рисунку танцев	1,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	30.05	
101	Отработка движений	1,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	31.05	
102	Постановка танцев	2,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	31.05	

Календарно-учебный график

«Танцевальный кружок «Восторг» 2 группа (11 – 14 лет)

4,5 недельных часа, 144 часа в год

Количество учебных недель: 32 учебные недели

Период обучения: с 01 октября 2023 по 30 мая 2024.

№ п/п	Тема	Кол- во часов	Форма занятия	Форма аттестации/ контроля	Дата по плану	Дата по факту
	Ритмика	15				
1	Упражнения на дыхание	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	03.10	
2	Физиологическая разминка по принципу сверху вниз	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	04.10	
3	Поднимание рук и ног одновременно и поочередно	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	05.10	
4	Поднимание ног, махи ногами	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	10.10	
5	Движения в образах	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	11.10	
6	Пантомима	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	12.10	
7	Пластичные упражнения	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	17.10	
8	Поочередное расслабление всех мышц тела	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	18.10	
9	Продвижения с прыжками, бег, поскоки	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	19.10	
10	Перестроение из одной фигуры в другую	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	24.10	
11	Ритмические движения	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	25.10	
12	Импровизация	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	26.10	
13	Ритмические комбинации: этюды	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	31.11	
14	Связка танцевальных движений	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	02.11	
2	Элементы классического танца	20				
15	Постановка корпуса, поклон	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	07.11	

16	Позиции рук, ног	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	08.11	
17	Приседания	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	09.11	
18	Полуприседания	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	14.11	
19	Поднимание стопы на полупальцы	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	15.11	
20	Движение в координации рук и ног по позициям, повороты	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	16.11	
21	Прыжки на месте по I, II, III позициям ног	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	21.11	
22	Понятие «Точка»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	22.11	
23	Верчения на середине зала, в диагонали	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	23.11	
24	Прыжки на месте в координации с движениями рук	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	28.11	
25	Гимнастика на полу (растяжка, пресс, спина)	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	29.11	
26	Движения классического танца	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	30.11	
27	Этюд	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	05.12	
28	Координация движений рук в исполнении прыжков	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	06.12	
29	Координация движений ног в исполнении прыжков	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	07.12	
30	Координация движений рук в исполнении верчений	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	12.12	
31	Координация движений ног в исполнении верчений	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	13.12	
32	Координация рук и ног в исполнении движений на середине	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	14.12	
3	Элементы русского народного танца	20				
33	Постановка корпуса, поклон	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	19.12	
34	Танцевальные шаги – с каблука, боковые	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	20.12	
35	Шаг с притопом, бег	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	21.12	

36	Притопы- одинарный, двойной, тройной	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	26.12	
37	Построение в круг.	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	27.12	
38	Движения по кругу	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	28.12	
39	«Ковырялочка»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	02.01	
40	«Моталочка»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	03.01	
41	«Гармошка»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	04.01	
42	Повороты	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	09.01	
43	Прыжки	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	10.01	
44	Комбинации	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	11.01	
45	Построение в фигуры (рисунок)	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	16.01	
46	Отработка движений танца «Плясовая»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	17.01	
47	Соединение движений танца в комбинации	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	18.01	
48	Постановка танца «Плясовая»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	23.01	
4	Элементы бального танца	15				
49	Основные позиции рук. Основные позиции ног. Поклон	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	24.01	
50	Прямой вальсовый шаг. Прямой вальсовый шаг с поворотом. Вальсовое движение «Лодочка»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	25.01	
51	Свободная композиция (работа в паре)	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	06.02	
52	Изучение движений танца «Вальс»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	07.02	
53	Отработка движений танца «Вальс»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	08.02	
54	Соединение движений танца «Вальс» в комбинации	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	13.02	
55	Разводка комбинаций танца «Вальс» в сценический рисунок	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	14.02	
56	Постановка танца «Вальс»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	15.02	

57	Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	20.02	
58	Приставные шаги. Прыжки	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	21.02	
59	Повороты	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	22.02	
60	Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	27.02	
61	Приставные шаги. Прыжки	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	28.02	
62	Повороты	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	01.03	
63	Изучение движений танца «Рок-н-ролл»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	06.03	
64	Отработка движений танца «Рок-н-ролл»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	07.03	
65	Соединение движений танца «Рок-н-ролл» в комбинации	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	08.03	
66	Постановка танца «Рок-н-ролл»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	13.03	
5	Элементы национального танца	24				
67	Основные положения ног в ирландском танце	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	14.03	
68	Постановка корпуса	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	15.03	
69	Движения ногами	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	20.03	
70	Шаг	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	21.03	
71	Шаг с выносом ноги на каблук	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	22.03	
72	Повороты	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	27.03	
73	Движения ногами в такт музыки	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	28.03	
74	Движения по рисунку танца	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	29.03	
75	Отработка простых элементов танца	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	03.04	
76	Отработка сложных элементов танца	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	04.04	
77	Соединение простых движений в сценический рисунок	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	05.04	

78	Соединение сложных движений в сценический рисунок	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	10.04	
79	Разводка комбинаций	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	11.04	
80	Постановка танца «Ирландский танец»	1	Отработка движений	Танцевальные репетиции	12.04	
6	Постановочно-репетиционная работа	50				
81	Танцевальный номер «Вальс»	3	Отработка движений	Танцевальные репетиции	17.04	
82	Танцевальный номер «Плясовая»	3	Отработка движений	Танцевальные репетиции	18.04	
83	Танцевальный номер «Рок-н-ролл»	3	Отработка движений	Танцевальные репетиции	19.04	
84	Танцевальный номер «Ирландский танец»	3	Отработка движений	Танцевальные репетиции	24.04	
85	Простые движения танцевального номера	3	Отработка движений	Танцевальные репетиции	25.04	
86	Отработка простых движений	1,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	26.04	
87	Сложные движения танцевального номера	1,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	01.05	
88	Отработка сложных движений	3	Отработка движений	Танцевальные репетиции	02.05	
89	Соединение простых движений в комбинации	1,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	03.05	
90	Соединений сложных движений в комбинации	3	Отработка движений	Танцевальные репетиции	08.05	
91	Соединение движений в комбинации	3	Отработка движений	Танцевальные репетиции	09.05	
92	Разводка простых комбинаций в сценический рисунок	3	Отработка движений	Танцевальные репетиции	10.05	
93	Разводка сложных комбинаций в сценический рисунок	3	Отработка движений	Танцевальные репетиции	15.05	
94	Повторение элементов изученных танцев	1,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	16.05	
95	Работа над простыми элементами танцев	1,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	17.05	
96	Работа над сложными элементами танцев	1,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	22.05	
97	Работа под счет	2,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	23.05	
98	Работа с музыкальным сопровождением	1,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	24.05	

99	Рисунок танцев	1,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	29.05	
100	Движения по рисунку танцев	1,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	30.05	
101	Отработка движений	1,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	31.05	
102	Постановка танцев	2,5	Отработка движений	Танцевальные репетиции	31.05	