Управление образования администрации Ачинского района

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеский центр Ачинского района»

Рассмотрено и рекомендовано
методическим советом
МБОУ ДО «ДЮЦ Ачинского района»
Протокол № 1
от «05» мая 2023г.

Утверждаю
директор МБОУ ДО «ДЮЦ Ачинского
района»
_____ Н.Н. Василькова
Приказ № 21
от «10» мая 2023 г.

Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая программа
«Я танцую»

Направленность Художественная
уровень стартовый
Вид программы модифицированная
Возраст обучающихся 7-15 лет
Срок реализации 1 год

Составитель и реализует программу:
Киселева Наталья Николаевна,
Педагог дополнительного образования

Ачинский район,
2023 г.

Содержание программы

Раздел 1. Пояснительная записка……..... 3

Раздел 2. Содержание программы……. 6

Раздел 3. Форма аттестации и оценочные материалы……. 7

Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы…. 8

Список литературы…… 9

Приложение №1 Календарный учебный график……. 10

Раздел 1. Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Радуга ритмов» художественной направленности. Программа *модифицированная*, разработана программа в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта. Программа составлена в соответствии с:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273–ФЗ Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Минобрнауки России №1155 от 17.10.2013 года в редакции, введенной в действие с 25 февраля 2019 года приказом Минпросвещения России от 21 января 2019 года N 31.
- Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р);
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 09.01.2014 г. №2 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- СанПин 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Программа дополнительного образования по хореографии разработана в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей. В основу положена программа «Ритмическая мозаика», разработанная А.И.Бурениной, рекомендованная Министерством образования Российской Федерации в качестве программы воспитания, обучения и развития детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это опора танца.

Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Ребенок познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

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

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества. Поэтому главная задача

педагога – помочь детям проникнуть в мир музыки и танца, а не подготовить их к профессиональной сцене.

Актуальность данной программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей постоянно растет спрос на образовательные услуги в области хореографии. Очень часто дети начинают заниматься хореографией уже в раннем дошкольном возрасте, так как родители справедливо считают, что ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников. В современном обществе всегда высока потребность в услугах танцевально-хореографических коллективов: без хореографических композиций любое культурно-массовое мероприятие, будь то концерт, шоу, конкурс, фестиваль выглядят блекло. Красочные танцевальные композиции уместны всегда и в любом мероприятии любого формата (развлекательном, познавательном, патриотическом и т.п.).

Новизна данной программы внедрение заключается в том, что вся система обучения детей по этой программе строится на стимулировании различными способами интереса к познавательной и оздоровительной деятельности. Много времени уделяется приобретению и усвоению по этой программе разнообразных знаний по хореографическому искусству и в области сохранения и укрепления здоровья.

Особенность данной программы заключается в формировании у обучающегося чувства ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе (общий танец), с одной стороны, и формировании самодостаточного проявления всего творческого потенциала при выполнении индивидуальных партий ребенка в коллективном постановочном процессе формирования танцевального номера, с другой стороны.

Цель программы: создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала каждого ребенка в процессе приобщения его к искусству хореографии.

Задачи программы:

- приобретение навыков первоначальной хореографической подготовки, выявить их склонности и способности;
- знакомить детей с хореографическими терминами и понятиями;
- научить взаимосвязи музыки и движения;
- учить детей мыслить, слушать и слышать учителя, уметь исправлять неточности в исполнении;
- привить детям любовь к танцу, формировать их танцевальные способности (музыкально-двигательные, художественно-творческие);
- развить чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку;
- развить танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве;
- пробуждать фантазию, способность к импровизации;
- развивать артистизм, умение исполнять ролевые танцы;
- воспитывать художественный вкус, интерес к танцевальному искусству;
- сплотить коллектив, строить в нём отношения на основе взаимопомощи и сотворчества.

Адресат программы.

Программа рассчитана на обучающихся 5-7 лет включительно. Рекомендуемый состав групп 8-15 человек.

Форма обучения – групповая.

Формы организации занятия.

Программа предусматривает:

- групповые занятия;
- совместную работу педагога, родителей и детей.

Режим проведения занятий, количество часов:

Срок реализации программы – 1 год. Полный курс по программе составляет 72 часа. Летний модуль к программе составляет 8 часов.

	1 год обучения	Летний модуль
количество часов в неделю	2	2
количество учебных часов по программе	72	8

Форма обучения - очная.

Режим занятий составляется в соответствии с СанПиН и годовым календарным учебным графиком Центра.

Основной формой организации учебного процесса являются групповые занятия, которые проводятся 2 раза в неделю по 1 учебному часу продолжительностью 30 минут. Программа является вариативной: педагог может вносить изменения в содержание тем.

Особенности организации образовательного процесса

	1 год обучения	Летний модуль
Количество часов в неделю по годам обучения	2	2
Количество учебных недель	36	4
Количество учебных часов по программе	72	8
Количество учебных часов согласно расписанию	72	8

Планируемые результаты.

Данная программа ориентирована на формирование гармонически развитой личности средствами программой дополнительного образования «Радуга ритмов».

После окончания обучения дети получают основные знания о хореографическом искусстве, общие знания о народном и классическом танце, изучают позиции рук и ног, осваивают постановку корпуса и головы. Постигают азы искусства танца.

Будут знать:

-азы классического, народного и эстрадного танцев;

-позиции рук и ног;

-постановку корпуса и головы.

Будут уметь:

-выполнять движения без помощи педагога;

-исполнять движения в соответствии с музыкальным сопровождением;

- владеть основами классического танца (позиции ног, рук, постановка корпуса, понятие опорной и рабочей ноги, выворотность, поза croisee, chaine, «portdebras»);

- выполнять различные танцевальные элементы;

- понимать роль хореографии в жизни человека;

- различать лирические, эпические, драматические образы в танце;

- определять по характерным признакам хореографических композиций к соответствующему танцевальному направлению и стилю- танец классический, народный, эстрадный, современный;

- эмоционально воспринимать и оценивать танец;

- понимать специфику хореографического языка;

- получать представление о средствах танцевальной выразительности;

- исполнять народный танец, изученные классические танцевальные комбинации.

Главный ожидаемый результат: овладение детьми навыками искусства танца, способности и желание продолжать занятия хореографией после освоения программы.

Раздел 2. Содержание программы
Учебно-тематический план

п/п	Название разделов и тем программы	Теория	Практика	Всего часов	Форма контроля
1.	1 раздел Вводное занятие.	1	0	1	Опрос.
2.	2 раздел Сценическое движение.	2	2	4	Наблюдение, анализ.
3.	3 раздел Ритмика.	0	4	4	Наблюдение, анализ, промежуточная аттестация.
4.	4 раздел Партерная гимнастика.	0	4	4	Наблюдение, анализ.
5.	5 раздел Сюжетно-ролевые и танцевальные игры	0	2	2	Наблюдение, анализ.
6.	6 раздел Танцевальные импровизации.	5	11	16	Наблюдение, анализ.
7.	7 раздел Танцы народов мира	2	10	12	Наблюдение, анализ.
8.	8 раздел Учебно-тренировочная работа	2	21	23	Наблюдение, анализ.
9	9 раздел Итоговые занятия	0	6	6	Наблюдение, анализ, итоговый контроль.
Итого:		**12**	**60**	**72**	

Летний модуль

1.	Летний модуль	-	8	8	Наблюдение, анализ.
Итого:		**-**	**8**	**8**	

Содержание учебно-тематического плана

Раздел 1. Введение.

Инструкция по технике безопасности. Знакомство с простейшими элементами музыкальной грамоты.

Раздел 2. Сценическое движение.

Сценическое движение – важнейшая составляющая внешней техники актёра, полное понимание которой невозможно без ее рассмотрения в комплексе со сценическим действием. Движения–основа активного и интересного для зрителя существования на сцене. Целью развития этого навыка является выработка реакции, координации движений, способности передать внутренний мир и переживания героя через язык тела.

Движение делают выразительными такие составляющие:

- Развитие движения как единого процесса;
- Отсутствие автоматизма;
- Умение построить колоритную и пластическую, но точную фразу жеста;
- Умение понять и передать своё эмоциональное состояние через язык тела;
- Пластический диалог с партнёрами.

Обучение технике движения строится на выполнении учащимися сначала простейших заданий моторного типа, позже – простых физических упражнений, и полноценных сценических этюдов в конце. Практические навыки сценического движения приобретаются не только в результате выполнения специальных заданий, но и вовремя занятий танцами.

Партерная гимнастика.

Выучить комплекс гимнастических упражнений на ковриках:

1. Упражнения для развития выворотности в тазобедренном суставе.
2. Упражнения для развития исправления асимметрии лопаток.
3. Упражнения для развития выворотности и подвижности в коленных и голеностопных суставах.
4.Упражнения для поясницы.

Упражнения:

• Растяжка ног и туловища. Ноги натянуты в подъемах, развернуты до упора. Наклоны к правой ноге соседа, руками стараемся достать носочек ноги, тянемся всем корпусом тела к носочку ноги. Тоже - к левой ноге и вперед.

• «Лягушка». Растяжка мышц ног. Надавливание на раскрытые колени ног, стараемся постепенно положить ноги на пол.

• Колени подтягиваем к себе и возвращаемся в исходное положение.

• «Березка» - с подъемом тазобедренного сустава вверх, а также при оставлении на полу.

• Дополнение к «березке» - ноги за головой.

• На животе. «Лодочка» - упражнение выполняется с высоко поднятым корпусом, локти лежат на полу.

• На животе «Колесо».

• «Ножницы»-упражнение выполняется при амплитуде ног в 30°.

• Растяжка в прямой и поперечный шпагат.

Ритмика

Дляразвитияудетеймузыкальностииритмичностиназанятияхвводятсяспециальныеритмическиеупражнения иигры.Ритмикаимеетбольшоезначениедляэстетическогоифизическоговоспитаниядетей.Впроцессезанятияпоритмикедетиприобретаютхорошуюосанку,пластичность движений,легкоикрасиводвигаютсяподмузыку.

Ритмические упражнения и игры способствуют активному восприятиюмузыки, развивают координацию движений, внимание, память. Они строятсяна естественных движениях: шагах, беге, прыжках, движениях с предметами(скакалка,мячит.д.).

Упражнениянаориентациювпространстве:

1. Движениявхарактереитемпемузыки (быстроимедленно).
2. Началоиконецдвиженийодновременносначаломиокончаниеммузыкальной фразы.
3. Музыкальные игры организующего характера с элементамисоревнования.

Танцевальные(игровые)импровизации.
Для активизации детей и развития у детей художественного вкуса назанятияхвводятсясоответствующиеупражнениянаразвитиюимпровизации и дальнейшей подготовки к исполнению народных, бальных и эстрадно-сценическихтанцев.
Упражнениенасерединезала:
1. Марш,построениевлинии.
2. Упражнениедляголовы:наклоны,повороты.
3. Элементыдвиженийитанцевальныеэтюды.
4. Движенияитанцевальныекомпозиции,запланированныекпостановке.

Сколькобынеговорилосьонынешнейакселерации,овсеболееранненемразвитиидетей,физическомиумственном,вышеприроды,какговорится, не прыгнешь: ребёнок все равно остаётся ребёнком. Он тянется кчудесам, сказкам, не признаёт скуки. Так что момент игры в любых занятияхсдетьмипростонеобходим.Он,преждевсего,заинтересовываетистимулирует.
И потом, игра ведь развивает фантазию, умение изображать. Нельзя,чтобывовремятанцаглазауребятбылипустые–онидолжныбытьдумающими.Надо,чтобы ребенокпонимал,что он делает.
Детиподрастают,меняютсяигры–становятся,какбы,болееутонченными. Потом игры эти, конечно, останутся в малышовом детстве,умениежевходитьв образсохранитсяидальше.

Сюжетно-ролевыеитанцевальныеигры.
В период от 3 до 7 лет дети интенсивно растут и развиваются. У нихвозрастает потребность в движении. И если эти движения преподносят им винтереснойигровойформе,имитируяживотных,птиц,иковсему этомудобавляется музыкальное сопровождение – то это благоприятно влияет наэмоциональный мирребёнка.
Движение и игра – важнейшие компоненты жизнедеятельности детей,онивсегдаготовыдвигатьсяиграть–этоведущиймотивихсуществования, поэтому свои занятия по хореографии я начинаю со слов:“Мысейчасбудемиграть…”,“Мысейчаспревратимся…”,“Мысейчасотправимсяв путешествие…”ит.п.
Ознакомлениесхореографиейв дошкольномвозрастеначинаетсясэлементарныхдвижений–эторабoтастопами(карандашики–утюжки),корпусом(гордыйносик,пристегиваниеживотиканапуговку),руками(тарелочки,фонарики,пальчиковаягимнастика),ногами(выставлениенапятку,наносочек,вперед,в сторону).
Через подражание – самый доступный детям способ восприятия любойдвигательнойдеятельностиониполучаютпредставлениеотом,кактанцевальноедвижениевыражаетвнутреннийимирчеловека,чтокрасотатанца–этосовершенстводвиженийилинийчеловеческоготела,лёгкость,

сила,грация.Подражательныеилиимитационныесюжетно-образныедвиженияимеютбольшоезначениевразвитииобучениидетейдошкольноговозрастаразнообразнымвидамосновныхтанцевальныхдвижений.Сподражанияобразуначинаетсяпознаниеребёнкомтехникидвиженийитанцевальныхупражнений,игр,театрализованнойдеятельности.

Сценическоедвижение.
Сценическое движение – важнейшая составляющая внешней техникиактёра,полноепониманиекоторойневозможнобезеерассмотрениявкомплексесосценическимдействием.Движения–основаактивногоиинтересногодлязрителясуществованиянасцене.Цельюразвитияэтогонавыка является выработка реакции, координации движений, способностипередатьвнутренний мир ипереживаниягероячерезязыктела.
Движениеделаютвыразительнымитакиесоставляющие:

- Развитиедвиженияякакединогопроцесса;
- Отсутствиеавтоматизма;
- Умениепостроить колоритнуюипластическую,ноточную фразужеста;
- Умениепонятьипередатьсвоёэмоциональноесостояниечерезязык тела;
- Пластическийдиалогспартнёрами.

Обучениетехникедвижениястроитсянавыполнениичащимисясначала простейших заданий моторного типа, позже – простых физическихупражнений,иполноценныхсценическихэтюдоввконце.Практическиенавыкисценическогодвиженияприобретаютсянетольковрезультатевыполнения специальныхзаданий,но ивовремязанятийтанцами.

Раздел 1. Введение.
Инструкция по технике безопасности. Знакомство с простейшими элементами музыкальной грамоты.

Раздел 2.Элементы музыкальной грамоты.
Определение и передача в движении:
- характера музыки (весёлый, грустный);
- темпа (медленный, быстрый);
- динамических оттенков (тихо, громко);
- куплетная форма (вступление, запев, припев);
- жанров музыки (марш, песня, танец);
- метроритма (длительный: четверть-шаг, восьмая-бег)
- пауза (четверной, восьмой).

Раздел 3. Упражнения на развитие ориентации в пространстве.
Построение в колонну по одному, по два, расход парами, четвёрками в движении и на месте. Построение в круг, движение по кругу.

Раздел 4. Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. Напряжение и расслабление мышц рук. Сгибание кистей: вниз, вверх, вперёд, назад. Поднимание рук вверх и опускание вниз. Напряжение и расслабление мышц ног. Вращение стопы: поднимание носком вверх и опускание вниз, отведение вправо, влево. Наклоны, повороты головы, круговые движения плечами.

Раздел 5. Упражнения на развитие художественно-творческих способностей: «упражнение с воображаемыми цветами», «хитрая лиса и волк», «мама спит», «прогулка по лесу».

Раздел6.Русский народный танец.

Знакомство с основным жанром русского народного танца – пляской. Отличительные черты её. Образ русского человека в пляске.Изучение основных фигур групповых плясок:«звёздочка», «карусель», «челнок», «волна».Изучение видов русской народной пляски: Мужская, женская, парная, перепляс.Движения русской пляски: переменный шаг с подскоками и моталочкой; моталочка с поворотом; ковырялочкой;верёвочка с ковырялочкой и выстукиванием;различные дроби и вращения.Разучивание танцевальных этюдов на основе выученных движений:«Светит месяц» или «Выйду на улицу».

Раздел7.Танцы народов мира.

Упражнения на середине: приседание резкие и плавные по 1, 2, и 5 позициям.Скольжение стопой по полу: носком с остановкой в сторону или назад, ребром каблука.Маленькие броски (различные виды).Полуприседание на опорной ноге с постепенным поворотом колена.Подготовка к «верёвочке» с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно. Подготовка к чечётке в открытом положении вперёд, в сторону и назад.Выстукивания поочерёдные каблуками и полупальцами по 1 прямой позиции.Растяжка по 1 позиции с перегибом корпусаБольшие броски.

Раздел8. Современный бальный танец.

Учебно-тренировочная работа.«Медленный вальс»: переменна с правой и левой ноги, правый поворот и левый.«Ритмический фокстрот»: простейшая форма, четвертные повороты.

Раздел 9. Учебно-тренировочная работа.

Элементы классического танца. Основные позиции ног(1и 2), рук (подготовительная, 1).

Музыкально-ритмическая деятельность.

- ориентировка в пространстве;
- построения (круг: широкий, узкий, двойной; колонна: одна, две, четыре; шеренга; линия; шахматный порядок);
- музыкально ритмические игры.

Общая физическая подготовка.

- разминка
- упражнения на середине зала
- укрепление и развитие мышц
- упражнения на растяжку

Танец.

- разминка
- ритмопластика на середине зала;
- партерная гимнастика;
- танцевальные движения и комбинации

Творческая деятельность. Постановкатанцевальных композиций

Раздел 3. Форма аттестации и оценочные материалы.

Формы подведения итогов реализации программы

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

Промежуточная аттестация проводится в виде зачёта (урок-концерт)

Итоговой аттестацией по данной программе является творческий отчет (готовый танцевальный номер).

Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы.

Формы проведения занятий.

Занятия проходят в групповой и индивидуальной формах, а также, для облегчения усвоения материала, занятия могут проводиться по подгруппам.Кроме того, программа предусматривает следующие формы работы с детьми:

Занятие-тренинг (общая физическая и хореографическая подготовка).

Занятие-игра (знакомство с основами актерского мастерства).

Беседа (курсы теоретических дисциплин).

Репетиция.

Концерт.

1.Рекомендации и методические указания по проведению бесед, игр, теоретических и практических занятий, разработанные в соответствии с основными принципами педагогики, с учетом физиологических особенностей, физического развития и состояния здоровья детей 5-7 летнего возраста.

2.Литература и наглядные пособия (плакаты, схемы, карточки с комплексами упражнений, альбомы, фотографии).

Техническое оснащение занятий

Оборудованный спортивный зал, который соответствует нормам и гигиеническим требованиям.
Аудиоматериалы с записями музыки и звуков природы.
Спортивное оборудование: массажные дорожки, ребристые доски.

Степ-платформы- ступенька высотой не более 10см, шириной 25см, длиной 40см, обтянутая мягким дерматином, соответствующей санитарным нормам. Занятия степ - аэробикой обязательно сопровождаются бодрой, ритмичной музыкой. Для соблюдения гигиенических норм дети занимаются в спортивной форме (шорты, футболка). Для достижения положительного эффекта продолжительность выполнения аэробных упражнений должна быть не менее 20—30 мин.

Дидактический материал: наглядный материал (рисунки, таблицы с основными позициями рук и ног, фотографии), различные справочные материалы по искусству, хореографии.

Материально-технические условия реализации программы:
спортивный зал школы;
музыкальный центр - 1 штука;
акустическая колонка - 1 штука.

Кадровое обеспечение: Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим образование – не ниже средне - профессионального, профильное или педагогическое.

Работа с родителями.
1. проведение родительских собраний,
2. индивидуальные консультации родителей.

Список используемой литературы.

1. Балет. Уроки: Иллюстрированное руководство по официальной балетной программе. – М., 2003.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии – М.: Айрис пресс, 2001.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Издательство «Лань», 2003.
4. Доровских Я.А., Шифанова Р.А. Дидактический материал к междисциплинарной программе «Здоровье». – Томск, изд-во: Пеленг, 2003.
5. Джозеф С. Хавилер. Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки. М., Издательство «Новое слово», 2004.
6. Звездочкин В.А. Классический танец. Учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений искусств и культуры. – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2003.
7. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца. – Л.: Искусство, 1972.
8. Костровицкая В.С. Школа классического танца. – Л.: Искусство, 1976
9. Матвеев В.Ф. Русский народный танец. Теория и методика преподавания: Учебное пособие. - СПб.: Издательство «Лань»; «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2010. – 256с.
10. Мориц В.Э., Тарасов Н.И., Чекрыгин А.И. Методика классического тренажа. СПб.: Издательство «Лань»; «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2009. – 384с.: ил.
11. Народно – сценический танец. Ч.1-я. Учеб.-методич. пособие для средних спец. и высших учебных заведений искусств и культуры. – М., «Искусство», 1976.
12. Никитин В. Модерн-джаз танец: методика преподавания – М.,2002 - («Я вхожу в мир искусств»; №12).
13. Никитин В. Модерн-джаз танец: начало обучения – М.,1998 – («Я вхожу в мир искусств»; №4).
14. Никитин В. Модерн-джаз танец: продолжение обучения – М.,2001 - («Я вхожу в мир искусств»; №4).
15. Облап С.М. Методика преподавания народно-сценического танца. Учеб.-методич. пособие для средних спец. и высших учебных заведений искусств и культуры. – Томск, 2012.
16. Образовательные программы по эстетическому воспитанию детей – М.,2000 – («Я вхожу в мир искусств»; № 9).
17. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учебное пособие для учреждений среднего професс. образования. - М.: Гуманит. изд.центр ВЛАДОС, 2003.

Литература для детей и родителей.

1. Барышникова Т. Азбука хореографии – М.: Айрис пресс, 2001.
2. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учебное пособие дляучреждений среднего професс. образования. - М.: Гуманит. изд.центр ВЛАДОС, 2003.
3. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей. – СПб.: «Музыкльная палитра», 2006.

Приложение 1

Календарный учебный график на 2023-2024 учебный год
(приложение к программе «Я танцую»)
Наименование объединения/группы «Я танцую», 1 год обучения, 1 группа

№п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения промежуточной (итоговой) аттестации
1.	1	01.09.2023	21.05.2024	36	72	72	вт., пт. 16:00-16.45 16.55-17.40	15.12.2023 17.05.2024

№ п/п	Дата проведения занятия	Время проведения занятия	Форма организации учебных занятий	Количество часов	Тема занятий	Место проведения	Форма контроля	Примечание
1.	01.09	16:00-16.45 16.55-17.40	Беседа, инструктаж	1	Инструкция по технике безопасности. Знакомство с простейшими элементами музыкальной грамоты.	МКОУ «Причулымская СШ»	Беседа.	
2.	05.09	16:00-16.45 16.55-17.40	Лекция	1	Определение и передача в движении: - характера музыки (весёлый, грустный); - темпа (медленный, быстрый); - динамических оттенков (тихо, 11.09.2023громко);	МКОУ «Причулымская СШ»	Наблюдение, опрос	
3.	08.09	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Определение и передача в движении: - характера музыки (весёлый, грустный);	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	

					- темпа (медленный, быстрый); - динамических оттенков (тихо, громко);			
4.	12.09	16:00-16.45 16.55-17.40	Лекция	1	Определение и передача в движении: - куплетная форма (вступление, запев, припев); - жанров музыки (марш, песня, танец); - метроритма (длительный: четверть-шаг, восьмая-бег) - пауза (четверной, восьмой).	МКОУ «Причулымская СШ»	Наблюдение, опрос	
5.	15.09	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Определение и передача в движении: - куплетная форма (вступление, запев, припев); - жанров музыки (марш, песня, танец); - метроритма (длительный: четверть-шаг, восьмая-бег) - пауза (четверной, восьмой).	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
6.	19.09	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Построение в колонну по одному, по два.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
7.	22.09	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Построение расход парами, четвёрками в движении и на месте.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
8.	26.09	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Построение в круг, движение по кругу.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
9.	29.09	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Отработка упражнений на развитие ориентации в пространстве.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	

10.	03.10	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Напряжение и расслабление мышц рук. Сгибание кистей: вниз, вверх, вперёд, назад.	МКОУ «Причулымская СШ»	Наблюдение, опрос	
11.	06.10	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Поднимание рук вверх и опускание вниз. Напряжение и расслабление мышц ног.	МКОУ «Причулымская СШ»	Наблюдение, опрос	
12.	10.10	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Вращение стопы: поднимание носком вверх и опускание вниз, отведение вправо, влево. Наклоны, повороты головы, круговые движения плечами.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
13.	13.10	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Отработка упражнений на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
14.	17.10	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Упражнения на развитие художественно-творческих способностей: «упражнение с воображаемыми цветами», «хитрая лиса и волк», «мама спит», «прогулка по лесу».	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
15.	20.10	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Упражнения на развитие художественно-творческих способностей: «упражнение с воображаемыми цветами», «хитрая лиса и волк», «мама спит», «прогулка по лесу».	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
16.	24.10	16:00-16.45 16.55-17.40	Лекция	1	Русский народный танец. Пляска – один из основных жанров русского народного танца.	МКОУ «Причулымская СШ»	Наблюдение, опрос	
17.	27.10	16:00-16.45 16.55-17.40	Лекция	1	Характерные черты исполнения русской народной пляски.	МКОУ «Причулымская	Практическая работа	

						СШ»		
18.	31.10	16:00-16.45 16.55-17.40	Лекция	1	История развития пляски.История и развития пляски. Отличительные черты её исполнения от хоровода.	МКОУ «Причулымская СШ»	Наблюдение, опрос	
19.	03.11	16:00-16.45 16.55-17.40	Лекция	1	Основные фигуры. Плясок«Звёздочка», « Шен» («перехватка»).	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
20.	07.11	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	«Карусель», «Челнок», «Ручеёк». Виды русской народной пляски	МКОУ «Причулымская СШ»	Наблюдение, опрос	
21.	10.11	16:00-16.45 16.55-17.40	Лекция	1	Одиночная мужская и женская, парная.Перепляс.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
22.	14.11	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Основные движения русской пляски.Переменный шаг в сочетании с подскоками, моталочкой.	МКОУ «Причулымская СШ»	Наблюдение, опрос	
23.	17.11	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Беговые ходы в сочетании с моталочками, голубцами, подбивкой.Моталочка в сочетании с поворотом, ковырялочкой.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
24.	21.11	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Верёвочка простая и двойная, в сочетании с ковырялочкой, различными выстукиваниями.	МКОУ «Причулымская СШ»	Наблюдение, опрос	
25.	24.11	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Дроби в ритмическом разнообразии.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
26.	28.11	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Вращения: дробный ключ в повороте, моталочка с поворотом, ковырялочка с поворотом, с выниманием ноги	МКОУ «Причулымская СШ»	Наблюдение, опрос	

					вперёд на каблук, хлопушка в повороте.			
27.	01.12	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	«Хлопушечные» танцевальные комбинации.Разучивание пляски на основе выученных движений.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
28.	05.12	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Учебно-тренировочная работа. Отработка выученных движений, комбинации.	МКОУ «Причулымская СШ»	Наблюдение, опрос	
29.	08.12	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Работа в группах. Образ русского человека в пляске.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
30.	12.12	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Работа в парах. Импровизация – характерная черта русской пляски	МКОУ «Причулымская СШ»	Наблюдение, опрос	
31.	15.12	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	**Промежуточная аттестация.** Работа над рисунком танца	МКОУ «Причулымская СШ»	Промежуточная аттестация	
32.	19.12	16:00-16.45 16.55-17.40	Лекция	1	Танцы народов мира. Беседа. Культура разных народов.	МКОУ «Причулымская СШ»	Наблюдение, опрос	
33.	22.12	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Приседание резкие и плавные по 1, 2, 3 открытыми позициями	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
34.	26.12	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Скольжение стопой по полу: носком с остановкой в сторону или назад, ребром каблука	МКОУ «Причулымская СШ»	Наблюдение, опрос	
35.	29.12	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Маленькие броски (различные виды)	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
36.	09.01	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Подготовка к «верёвочке» с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и	МКОУ «Причулымская СШ»	Наблюдение, опрос	

					обратно			
37.	12.01	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Выстукивания поочерёдные каблуками и полупальцами по 1 прямой позиции	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
38.	16.01	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Растяжка по 1 позиции с перегибом корпуса	МКОУ «Причулымская СШ»	Наблюдение, опрос	
39.	19.01	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Большие броски.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
40.	23.01	16:00-16.45 16.55-17.40	Лекция	1	Беседа. Итальянская танцевальная культура.	МКОУ «Причулымская СШ»	Наблюдение, опрос	
41.	26.01	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Скольжение на носок вперёд в открытом положении с одновременным проскальзыванием на другой ноге назад в полуприседании (на месте, с продвижением назад)	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
42.	30.01	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Разучивание этюда на основе выученных движений.	МКОУ «Причулымская СШ»	Наблюдение, опрос	
43.	02.02	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Работа над характером и манерой исполнения.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
44.	06.02	16:00-16.45 16.55-17.40	Лекция	1	Современный бальный танец.	МКОУ «Причулымская СШ»	Наблюдение, опрос	
45.	09.02	16:00-16.45 16.55-17.40	Лекция	1	Элементы историко-бытового танца.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	

46.	13.02	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Музыкальные размеры ритмического фокстрота. Простейшая форма на музыку	МКОУ «Причулымская СШ»	Наблюдение, опрос	
47.	16.02	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Фокс-марша (т. е. шаги выполняются на каждую музыкальную долю).	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
48.	20.02	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Музыкальный размер медленного вальса.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
49.	27.02	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Перемена с правой и левой ноги, правый поворот, левый поворот.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
50.	01.03	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Работа над рисунком этюда	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
51.	05.03	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Работа над чётким исполнением этюда.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
52.	12.03	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Элементы классического танца. Основные позиции ног (1и 2), рук (подготовительная, 1).	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
53.	15.03	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Элементы классического танца. Основные позиции ног (1и 2), рук (подготовительная, 1).	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
54.	19.03	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Элементы классического танца. Основные позиции ног (1и 2), рук (подготовительная, 1).	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
55.	22.03	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Музыкально-ритмическая деятельность. Ориентировка в пространстве.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
56.	26.03	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Музыкально-ритмическая деятельность. Построения (круг: широкий, узкий, двойной;	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	

					колонна: одна, две, четыре; шеренга; линия; шахматный порядок).			
57.	29.03	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Музыкально-ритмические игры.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
58.	02.04.	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Общая физическая подготовка. - разминка - упражнения на середине зала - укрепление и развитие мышц - упражнения на растяжку	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа, наблюдение, анализ, опрос	
59.	05.04	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Общая физическая подготовка. - разминка - упражнения на середине зала - укрепление и развитие мышц - упражнения на растяжку	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
60.	09.04	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Общая физическая подготовка. - разминка - упражнения на середине зала - укрепление и развитие мышц - упражнения на растяжку	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
61.	12.04	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Общая физическая подготовка. - разминка - упражнения на середине зала - укрепление и развитие мышц - упражнения на растяжку	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
62.	16.04	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Знакомство с элементами танца. Разминка.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	

63.	19.04	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Знакомство с элементами танца. Ритмопластика на середине зала.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
64.	23.04	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Знакомство с элементами танца. Партерная гимнастика	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
65.	26.04	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Знакомство с элементами танца. Танцевальные движения и комбинации.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
66.	30.04	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Постановка танцевальных композиций.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
67.	03.05	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Постановкатанцевальных композиций.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
68.	07.05	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Постановка танцевальных композиций.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
69.	10.05	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Постановка танцевальных композиций.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
70.	14.05	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Постановка номера.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
71.	17.05	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	**Итоговая аттестация.** Постановка номера.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
72.	21.05	16:00-16.45 16.55-17.40	Практическое занятие	1	Итоговое занятие.	МКОУ «Причулымская СШ»	Итоговая аттестация	
			Итого часов:	**72**				

Летний модуль к программе дополнительного образования «Я танцую»

1	03.06	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Общая физическая подготовка	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
2	07.06	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Общая физическая подготовка	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
3	10.06	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Общая физическая подготовка	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
4	14.06	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Постановка танцевальных композиций.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
5	17.06	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Постановка танцевальных композиций.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
6	21.06	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Постановка танцевальных композиций.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
7	24.06.	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Оздоровительные мероприятия, направленные на пропаганду здорового образа жизни.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
8	28.06	16.00-17.00	Практическое занятие	1	Оздоровительные мероприятия, направленные на пропаганду здорового образа жизни.	МКОУ «Причулымская СШ»	Практическая работа	
Всего:				8				