

**Пояснительная записка**.

Программа составлена с учетом требований предъявляемых к программам дополнительного образования, на основе последних достижений и исследований музыкального творчества, педагогической практики, с использованием типовой программы М. С Боголюбской «Хореографический кружок» (Для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ). М, «Просвещение» 1987. и авторской программы В.Г. Лебединской «Обучение детей основам модерн-джаз танца» (Сборник «Программы дополнительного образования детей» выпуск 2).

Ритмопластика - это синтез элементов физических упражнений (разнообразных и простых по технике исполнения), танца, музыки. Музыкальное сопровождение упражнений ведет к более эффективному развитию и закреплению полезных качеств и умений, полной согласованности движений по скорости, продолжительности, воспитывает чувство ритма, благоприятствует уравновешиванию нервных процессов, содействует лучшей координации и регуляции мышечных усилий с функциями различных анализаторов организма ребенка. Удовлетворяя естественную потребность в двигательной активности, танцы способствуют гармоническому развитию личности. В изящных или задорных движениях танца каждый имеет возможность выразить себя, раскрыть свою индивидуальность, передать чувства, настроение, мысли, проявить характер.

Систематические занятия ритмикой и танцами очень полезны для физического развития, улучшается осанка, устраняется ряд физических недостатков, укрепляются мышцы и связки, становятся подвижными суставы, совершенствуются движения. Постепенно учащиеся начинают легче и грациознее двигаться, становятся раскованными, приобретают свободу, координированность, выразительность движений. Все это требует известных усилий, но и доставляет большую радость, удовлетворяя потребность в эстетических переживаниях и впечатлениях.

Приобретая знания и навыки в области танца, ученики начинают понимать, что каждый танец имеет свое содержание, характер, образ. Чтобы передать выразительность танцевальных образов, необходимо запомнить не только движения и их последовательность (что само по себе положительно влияет на развитие внимания и памяти), но и мобилизовать воображение, наблюдательность, творческие возможности.

Ритмика и танец приучает к нормам культурного общения, воспитывает доброжелательность, приветливость, скромность, чувство взаимопомощи, участие в коллективных действиях объединяет и сплачивает. Танец становится одним из средств не только эстетического, но и нравственного воспитания.

Соприкасаясь с танцевальным искусством в доступной для них форме, обучающиеся постепенно приобщаются к миру прекрасного. Через танец у них развивается эмоциональная восприимчивость к музыке, совершенствуются музыкальные способности, прививается хороший эстетический вкус.

**Направленность программы**

Программа «Шаг вперед» по содержанию является художественно-эстетической; по уровню освоения – общекультурной; по форме организации содержания и процесса педагогической деятельности – модульной.

**Актуальность программы**

В соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» дополнительное образование направлено на формирование и развитие творческих способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также организацию их свободного времени.

Программа «Шаг вперед» является своеобразным музыкально-ритмическим психотренингом для детей, развивающим внимание, волю, память, подвижность и гибкость мыслительных процессов, направленным на развитие творческого воображения, фантазии, способности к импровизации. Движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма. Все это соответствует современным требованиям образования и объясняет актуальность программы.

**Новизна** программы обусловлена направлением и содержанием изучаемого теоретического и практического материала. Данная программа является модифицированной и рассчитана на детей, разных по уровню умения и вне зависимости от их природных способностей, не имеющих перед собой явной цели сделать в дальнейшем хореографию своей основной профессией (в отличие от специальных учебных заведений), не имеющих ограничений на двигательную деятельность в связи с проблемами в состоянии здоровья. В работе намечен определенный объём материала, который может быть использован или изменён с учётом состава группы, физических данных и возможностей каждого учащегося, а также с учетом особенностей организации учебного процесса разновозрастных, разноуровневых групп детей, нестандартностью индивидуальных результатов обучения. Также программа включает в себя технологии проектного обучения, что вносит новизну в обучение и является актуальной на данный момент.

**Педагогическая целесообразность**: данная программа дает возможность общения детей, снятия напряжения и агрессии, позволяет научиться выстраивать отношения в группе, учит командности, решает вопрос свободного времени.

**Цель программы**:

Развитие личности ребенка, способного к творческому самовыражению, воспитание общей культуры обучающихся через приобщение к различным видам танцевальных направлений.

**Задачи программы**:

**Обучающие**:

* познакомить с общими теоретическими понятиями танцевальной деятельности, расширить кругозор;
* способствовать развитию музыкальности:
* развивать способность чувствовать настроение и характер музыки;
* развивать чувство ритма, музыкальную память;
* способствовать развитию двигательных качеств и умений:
* развивать точность, координацию движений;
* развивать гибкость и пластичность;
* развивать умение ориентироваться в пространстве;
* развивать уверенность в движениях, формировать правильную осанку;
* обогащать двигательный опыт основными базовыми шагами и танцевальными движениями;
* научить пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями самостоятельно.

**Развивающие**:

* способствовать развитию творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:
* развивать творческое воображение и фантазию;
* развивать способность к импровизации;
* способствовать развитию и тренировке психических процессов:
* развивать умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;
* развивать восприятие, внимание, память.

**Воспитательные**:

* способствовать развитию нравственно-коммуникативных качеств личности:
* воспитывать умение сопереживать другому;
* воспитывать умение вести себя в группе во время движения;
* воспитывать чувство такта, культуру общения;
* приобщать к здоровому образу жизни, формам активного досуга;
* развивать интерес к занятиям, эстетический вкус.

**Отличительные особенности данной программы**

Отличительной особенностью данной образовательной программы, в связи с изучением разных направлений танца, является ее комплексность и мобильность. По, возможности, учитывается фактор как опережающего, так и отстающего развития. Если отдельные учащиеся легко овладевают учебной программой, то у них есть возможность освоить последующие этапы обучения. И, наоборот, если не справляются, не смотря на все усилия и дополнительные занятия (возможно, из-за отсутствия природных данных или по состоянию здоровья, меняется круг интересов ребенка или увеличивается нагрузка в школе), то всегда есть возможность закончить обучение на определенном этапе. Главное в работе – это приобщение к движению под музыку всех детей – не только способных и одарённых в музыкальном и двигательном отношении, но и неловких, заторможенных, которым нужно помочь обрести чувство уверенности в своих силах путём подбора для них такого материала, в котором проявятся скрытые возможности ребёнка, его «изюминка» и индивидуальность, а слабые стороны, наоборот, будут завуалированы. Именно это обеспечивает эффективность освоения учащимися программы.

**Условия реализации программы**

Дополнительная образовательная программа «Шаг вперед» предназначена для обучающихся в возрасте от 8-16 лет. Срок реализации программы 9 месяцев, всего 72 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 45 минут. Предусматривается деление детей на подгруппы с учетом возраста и уровня подготовленности (для младшего и старшего школьного возраста) наполняемостью до 10 человек. Наполняемость группы варьируется. Прием детей в группы проходит без специального отбора и любого возраста.

**Формы и методы обучения.**

**Формы проведения занятий:**

* учебное занятие-практикум;
* игра;
* тестирование;
* конкурс;
* занятие-праздник;
* репетиция;
* концерт;
* мастер-класс;
* комбинированное занятие;
* просмотр выступлений творческих коллективов, показательных выступлений, открытых занятий, репетиций.

**Форма организации деятельности на занятии** – групповая, индивидуальная, подгрупповая.

**Методы, используемые в работе:**

* словесный метод (беседа, рассказ, анализ музыкального или художественного произведения);
* наглядный метод (показ видеоматериалов, иллюстраций, наблюдение);
* практический метод (упражнения, тренинг, репетиции);
* игровой метод;
* метод объяснения;
* метод последовательности (движение должно осваиваться постепенно, поэтапно);
* метод многократного повторения всевозможных движений (метод повторности);
* метод расклада (разучивания по частям);
* метод ускорения замедления (целостный метод разучивания);
* метод временного упрощения;
* метод комбинированных движений, переходящих в небольшие учебные этюды;
* проблемно-поисковый метод (участие детей в коллективном поиске вариантов исполнения, решение поставленной задачи совместно с педагогом)

**Способы определения результативности**

С целью диагностики успешности овладения учащимися содержания программы используются такие методы отслеживания результативности как

* педагогическое наблюдение;
* тестирование;
* активность обучающихся на занятиях, в мероприятиях;
* Концертное или конкурсное выступление.

Оценивание результатов проводится в формах: тестирования, участие в открытом (праздничном) мероприятии с представлением танцевального номера, концертное или конкурсное выступление.

**Аттестация обучающихся по программе**

**Входная аттестация.**

**Оценка уровня физических данных и творческого развития.**

**Срок проведения:** первое и второе занятие с момента поступления обучающегося в объединение.

**Цель:** выявление уровня физического, музыкального и эмоционального развития ребенка.

**Форма проведения**: индивидуальное тестирование.

**Содержание аттестации:**

**Тест «Уровень теоретических знаний по теме «Моё тело».**

**Тест «Уровень физических данных».** Физическое развитие: выворотность ног,

подъём стопы, балетный шаг, гибкость тела, прыжок, координация движений.

**Тест «Уровень творческого развития».** Творческое развитие:

музыкальный слух, эмоциональность, воображение.

**Форма оценки:** уровень (высокий, средний, низкий).

Высокий уровень – более 28 баллов

Средний уровень – 18 – 27 баллов

Низкий уровень – до 17 баллов

**Критерии оценки:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Специальные данные | Количество баллов 3 | Количество баллов 2 | Количество баллов 1 |
| Мое тело | четко знает названия всех частей тела (позвоночник, кисть, колено, локоть, стопа, плечо, бедро, голень, голеностоп, лопатки, поясница, икры, предплечье, мышцы, отвечающие за движения тела) | знает названия частей тела (позвоночник, кисть, колено, локоть, стопа, плечо, бедро, голень, голеностоп, лопатки, поясница, икры) | слабо знает названия частей тела (позвоночник, кисть, колено, локоть, стопа) |
| Физическое развитие | | | |
| Выворотность ног | имеет природную выворотность ног | легко стоит в 1 полувыворотной позиции | не до конца выпрямляет («не выключает») колени в 1 полувыворотной позиции |
| Подъем стопы | подъем стопы податливо изгибается, образуя в профиль месяцеобразную форму | может натянуть стопу | слабая стопа |
| Балетный шаг | балетный шаг выше 90 градусов | балетный шаг 70 – 80 градусов | балетный шаг ниже 70 градусов |
| Гибкость тела | Корпус свободно наклоняется вперед | испытывает легкие затруднения | Перегибы минимальны, выполняет с трудом |
| Прыжок | легкий, высокий прыжок с приземлением на полупальцы | прыжок с приземлением на полупальцы | прыжок низкий с приземлением на всю стопу |
| Координация движений | безошибочно выполняет упражнения на координацию | выполняет упражнение на координацию со второй попытки | выполняет упражнения на координацию после нескольких попыток |
| Музыкальный слух | безошибочно повторяет сложный ритмический рисунок | безошибочно повторяет 4 ритмических рисунка | неуверенно повторяет ритмический рисунок, допускает ошибки |
| Творческое развитие | | | |
| Эмоциональность | без стеснения повторяет эмоции, может сказать, какому эмоциональному состоянию соответствует выражение мимики | повторяет эмоции, затруднение вызывает 1-2 эмоциональных состояний | выполнение задания «Попробуй, повтори» вызывает затруднение, стеснительность |
| Воображение | не вызывает затруднений выполнение задания «Расскажи без слов»: эмоционален, артистичен, креативен. Допускается 10 минут на подготовку. | выполнение задания «Расскажи без слов» воспринимает сначала как трудное, но после подсказки педагога выдает творческий продукт, при этом эмоционален, артистичен. | для выполнения задания «Расскажи без слов» требуется время для подготовки: малоэмоционален, конечным результатом становится прямая имитация ситуации. |
| Креативность | найденное решение соответствует поставленной задаче, выдает полностью самостоятельный творческий продукт. | - | - |
| Всего баллов: |  | | |

**Форма фиксации результатов**: диагностическая карта «Оценка уровня физических данных

**Промежуточная аттестация**

**Конкурс «Мимика и жесты»**

**Срок проведения:** по окончании работы 3 раздела.

**Цель:** проверить уровень развития музыкального слуха и артистического исполнения танцевальных комплексов, техники выполнения двигательных действий, их терминологии.

**Форма проведения:** конкурс.

**Форма оценки:** уровень (высокий, средний, низкий).

**Содержание аттестации:**

Краткая беседа с детьми «что такое мимика (способность человеческого лица передавать разные эмоциональные состояния) и жесты».

Игра «Угадай настроение»

Ведущий показывает изображения различных чувств и настроений. Дети пытаются повторить данное выражение на своем лице и угадать, какие эмоции оно обозначает.

Конкурсные задания:

Жест приветствия. Придумать, как могли бы приветствовать своих сородичей дикарей из воинственного племени Йохо – хо.

Эмоциональные руки. Изобразить, пользуясь только руками: радость, злость, испуг, грусть.

Отражение. Изобразить: встревоженного кота, грустного пингвина, восторженного кролика, хмурого орла.

Муки творчества. Показать в маленьком этюде процесс творческой работы или «муки творчества»: писателя, художника.

Жест прощания. Придумать свой интересный жест прощания.

**Критерии оценки:**

Высокий уровень: 3 балла.

Выполняет задание верно, оригинально. Показывая образ, выбирает интересные, не повторяющиеся движения, которые соответствуют музыкальному сопровождению. Не стесняясь, выражает эмоции, может передать мысли жестами.

Средний уровень: 2 балла.

Выполняет задание верно, но не оригинально. Эмоционален. Испытывает затруднения в передаче движения жестами.

Низкий уровень: 1 балл.

Повторяет движения за другими детьми. Испытывает затруднения с передачей движений мимикой и жестами. Стеснителен. Не проявляет инициативы.

Высокий уровень: более 7 баллов

Средний уровень: 5-7 баллов

Низкий уровень: до 5 баллов

**Форма фиксации результата**: оценочный лист.

**Промежуточная аттестация**

**«Возможности моего тела. Партерный экзерсис. Стретчинг»**

**Срок проведения:** по окончании работы 5 раздела.

**Цель:** проверить уровень развития музыкального слуха и артистического исполнения танцевальных комплексов, техники выполнения двигательных действий, их терминологии.

**Форма проведения:** тестирование.

**Форма оценки:** уровень (высокий, средний, низкий).

**Содержание аттестации:**

Обучающимся предлагается выполнить ряд тестовых упражнений: постановка корпуса, складка, наклоны корпуса, махи, разножка, работа на пресс, лодочка, рыбка, шпагат, лягушка, мост.

**Критерии оценки**

**Высокий уровень:**

* сохраняет ровную спину, стопы натянуты максимально;
* колени вытянуты, в «Складке» касается коленей грудной клеткой;
* при наклоне вперед животом касается пола;
* махи ног более 90 градусов, колени и стопы максимально натянуты;
* «разножка» выполнена с максимальной амплитудой;
* упражнение на пресс выполняет более 10 раз, стопы натянуты;
* держит положение «Лодочка» более минуты;
* упражнение «корзинка», «кошечка» выполнено верно с максимальным прогибом спины;
* в упражнении «рыбка» касается ногами головы;
* упражнения «Шпагат», «лягушка», «мост» - третьего уровня.

**Средний уровень:**

* стопы натянуты, но не максимально, спина ровная;
* колени вытянуты, в «Складке» касается коленей головой;
* в наклоне вперед животом касается пола после помощи педагога;
* махи ног более 90 градусов, колени и стопы натянуты, но не максимально;
* «разножка» выполнена с максимальной амплитудой, но колени не дотянуты;
* упражнение на пресс выполняет правильно не более 10 раз, стопы натянуты;
* держит положение «Лодочка» не более минуты;
* упражнение «корзинка», «кошечка» выполнено верно, но не с максимальной амплитудой;
* в упражнении «рыбка» почти касается ногами головы;
* упражнения «Шпагат», «лягушка», «мост» - второго уровня.

**Низкий уровень:**

* слабые стопы, спина ровная после замечания педагога;
* колени вытянуты, в «Складке» не может коснуться коленей головой;
* в наклоне вперед не касается пола животом;
* махи ног менее 90 градусов, колени и стопы натянуты, но не максимально;
* «разножка» выполнена с небольшой амплитудой, колени не дотянуты;
* упражнение на пресс выполняет не правильно;
* держит положение «Лодочка» менее 40-50 секунд;
* упражнение «корзинка», «кошечка» выполнено не верно или с небольшой амплитудой;
* в упражнении «рыбка» большое расстояние от ног до головы;
* упражнения «Шпагат», «лягушка», «мост» - первого уровня.

**Форма фиксации результата:** оценочный лист.

**Промежуточная аттестация**

**«Образ в движениях»**

**Срок проведения:** по окончании работы 6 раздела.

**Цель:** проверить уровень знаний и умений обучающихся, динамику физического и творческого развития (физическое развитие оценивается через наблюдение в ходе занятия).

**Форма проведения**: занятие-превращение.

**Содержание аттестации:**

Исполнение этюдов под музыкальное произведение «Ожившая кукла», «Новая кукла», «Воробей», «Паровозик из Ромашково», изображают кошку под музыкальное произведение.

Танцевальная игра – превращение на стихи С.В.Михалкова «Мы тоже можем так!». Под музыкальное сопровождение обучающиеся изображают прогулку по лесу, пляску испуганного зайца, выполняют танцевальные этюды «Петушок», «Лошадка», «Медведь».

**Форма оценки:** уровень (высокий, средний, низкий).

Высокий уровень – более 17 баллов

Средний уровень – 7 --14 баллов

Низкий уровень – до 7 баллов

**Критерии оценки:**

**Высокий уровень** (3 балла):

* ярко выражено развитие специальных физических данных (для обучающихся хорошего и допустимого уровня знаний, умений по результатам вводного контроля);
* ярко выраженный рост некоторых физических данных (подъем стопы, легкость и высота прыжка, координация движений, музыкальный слух) - для обучающихся с оптимальным уровнем физического развития;
* импровизационные и имитационные движения выполняет музыкально верно и оригинально;
* легко перевоплощается, эмоционален;
* ранее выученные комбинации выполняет без ошибок;
* легко ориентируется в пространстве;
* дыхание во время движения правильное.

**Средний уровень** (2 балла):

* развитие физических данных не значительно (для обучающихся хорошего и допустимого уровня знаний, умений по результатам вводного контроля);
* нет роста некоторых физических данных (подъем стопы, легкость и высота прыжка, координация движений, музыкальный слух) - для обучающихся с оптимальным уровнем физического развития;
* эмоционален, вживается в образ;
* импровизационные и имитационные движения выполняет музыкально верно, но нет оригинальности;
* перевоплощается, повторяя движения за кем-либо;
* в ранее выученных комбинациях допускает 1-2 ошибки;
* ориентируется в пространстве, допуская паузы;
* дыхание во время движения правильное, но иногда требуется напоминание педагога.

**Низкий уровень** (1 балл):

* развитие физических данных отсутствует;
* мало эмоционален;
* не импровизирует, имитационные движения носят репродуктивный характер;
* в коллективном исполнение допускает более 2 ошибок;
* плохо ориентируется в зале;
* дыхание «через рот», правильное дыхание только при напоминаниях педагога.

**Форма фиксации результатов**: оценочный лист.

**Итоговая аттестация**

**«Волшебный конверт»**

**Срок проведения:** в течение 10 дней до завершения программы.

**Цель:** проверить уровень развития музыкального слуха и артистического исполнения танцевальных этюдов, техники выполнения двигательных действий, их терминологии.

**Форма проведения:** игра.

**Форма оценки:** уровень (высокий, средний, низкий).

**Содержание аттестации:**

Выполнение заданий по жребию.

**Критерии оценки**

**Высокий:**

* дает полные и верные ответы;
* часто дополняет ответы других обучающихся;
* принимает активное участие в обсуждении;
* показывая образ, выбирает интересные, не повторяющиеся движения, которые соответствуют музыкальному сопровождению;

**Средний:**

* дает верные, но не полные ответы;
* иногда дополняет ответы других обучающихся;
* участвует в обсуждении только если спросят;
* показывая образ, действует музыкально верно, но стандартно.

**Низкий:**

* дает неуверенные, не полные ответы;
* не дополняет ответы других обучающихся;
* не участвует в обсуждении;
* показывая образ, ограничивается простой имитацией.

**Форма фиксации результатов**: протокол результатов аттестации обучающихся творческого объединения.

**Итоговая аттестация**

**Оценка уровня физических данных и творческого развития.**

**Срок проведения:** в течение 10 дней до завершения программы.

**Цель:** выявить уровень теоретических знаний, уровень развития специальных физических данных: выворотность ног, подъем стопы, балетный шаг, гибкость тела, прыжок, координация движений, музыкальный слух и уровень творческого развития.

**Форма диагностики**: индивидуальное тестирование.

**Форма оценки:** уровень (высокий, средний, низкий).

Высокий уровень – более 28 баллов

Средний уровень – 18 – 27 баллов

Низкий уровень – до 17 баллов

**Критерии оценки:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Специальные данные | Количество баллов 3 | Количество баллов 2 | Количество баллов 1 |
| Мое тело | четко знает названия всех частей тела, называет расположение основных мышц, приводящих в движение тело человека, знает основные позиции рук, ног и элементы экзерсиса | знает названия частей тела, знает основные позиции рук, ног и некоторые элементы экзерсиса | знает названия частей тела, слабо знает основные позиции рук и ног, не знает элементы экзерсиса |
| Физическое развитие | | | |
| Выворотность ног | имеет природную выворотность ног | легко стоит в 1 полувыворотной позиции | не до конца выпрямляет («не выключает») колени в 1 полувыворотной позиции |
| Подъем стопы | подъем стопы податливо изгибается, образуя в профиль месяцеобразную форму | может натянуть стопу | слабая стопа |
| Балетный шаг | балетный шаг выше 90 градусов | балетный шаг 70 – 80 градусов | балетный шаг ниже 70 градусов |
| Гибкость тела | Корпус свободно наклоняется вперед | испытывает легкие затруднения | Перегибы минимальны, выполняет с трудом |
| Прыжок | легкий, высокий прыжок с приземлением на полупальцы | прыжок с приземлением на полупальцы | прыжок низкий с приземлением на всю стопу |
| Координация движений | безошибочно выполняет упражнения на координацию | выполняет упражнение на координацию со второй попытки | выполняет упражнения на координацию после нескольких попыток |
| Музыкальный слух | безошибочно повторяет сложный ритмический рисунок | безошибочно повторяет 4 ритмических рисунка | неуверенно повторяет ритмический рисунок, допускает ошибки |
| Творческое развитие | | | |
| Эмоциональность | без стеснения повторяет эмоции, может сказать, какому эмоциональному состоянию соответствует выражение мимики | повторяет эмоции, затруднение вызывает 1-2 эмоциональных состояний | выполнение задания «Попробуй, повтори» вызывает затруднение, стеснительность |
| Воображение | не вызывает затруднений выполнение задания «Расскажи без слов»: эмоционален, артистичен, креативен. Допускается 10 минут на подготовку. | выполнение задания «Расскажи без слов» воспринимает сначала как трудное, но после подсказки педагога выдает творческий продукт, при этом эмоционален, артистичен. | для выполнения задания «Расскажи без слов» требуется время для подготовки: малоэмоционален, конечным результатом становится прямая имитация ситуации. |
| Креативность | найденное решение соответствует поставленной задаче, выдает полностью самостоятельный творческий продукт. | - | - |
| Всего баллов: |  | | |

**Форма фиксации результатов**: протокол результатов аттестации обучающихся творческого объединения.

**Календарно-учебный график**

**на 2019-2020 учебный год**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Название дополнительной образовательной программы | «Шаг вперед» | «Изонить» | «Бумажные фантазии» | «Пластили-  нография» | «Умелые ручки» | «Мы-юные художники» | «Волшебный клубочек» | «Мир природы» | «Подготовка к школе» |
| Начало учебного года | 02.09.2019 | 02.09.2019 | 02.09.2019 | 02.09.2019 | 02.09.2019 | 02.09.2019 | 02.09.2019 | 02.09.2019 | 02.09.2019 |
| Окончание учебного года | 01.06.2020 | 25.02.2020 | 01.06.2020 | 01.06.2020 | 01.06.2020 | 01.06.2020 | 01.06.2020 | 01.06.2020 | 01.06.2020 |
| Входная аттестация | с 02.09.2019 по 11.09.2019 | с 04.09.2019 по 13.09.2019 | с  03.09.2019 по 05.09.2019 | с  24.09.2019  по  25.09.2019 | с  03.09.2019  по  05.09.2019 | с  05.09.2019  по  10.09.2019 | с  05.09.2019  по  07.09.2019 | с 05.09.2019 по 07.09.2019 | с  04.09.2019  по  06.09.2019 |
| Промежуточная аттестация | с 10.02.2020 по 17.02.2020 | с  08.11.2019  по  19.11.2019 | с  10.02.2020 по 17.02.2020 | с  10.02.2020 по 17.02.2020 | с  10.02.2020 по 17.02.2020 | с  10.02.2020  по  17.02.2020 | с  10.02.2020  по  17.02.2020 | с 10.02.2020 по 17.02.2020 | с  10.02.2020  по  17.02.2020 |
| Итоговая аттестация | с 25.05.2020 по 28.05.2020 | с  17.02.2020  по 26.02.2020 | с  25.05.2020 по 28.05.2020 | с  25.05.2020 по 28.05.2020 | с  25.05.2020  по  28.05.2020 | с  25.05.2020 по 28.05.2020 | с  25.05.2020  по  28.05.2020 | с 25.05.2020 по 28.05.2020 | с  25.05.2020  по  28.05.2020 |
| График каникул | - | - | - | - | - | - | - | - | - |

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Название раздела,  тема | Количество часов | | | Форма аттестации/  контроля |
| Всего | Теория | Практика |
|  | Вводное занятие | **1** | 1 | - | Беседа, педагогическое наблюдение |
|  | Ритмическая разминка. Основные шаги, их счет. Техника выполнения. | **11** | - | 11 | Тестирование «Оценка уровня физических данных и творческого развития» |
|  | Постановочная деятельность. Общая физическая подготовка. | **18** | - | 18 |  |
| 3.1. | Упражнение с осенними листьями | 3 | - | 3 |  |
| 3.2. | Танец с осенними листьями и зонтиками | 4 | - | 4 |  |
| 3.3. | Танец Снежинок | 4 | - | 4 |  |
| 3.4. | Танец Елочек и Снежинок | 3 | - | 3 |  |
| 3.5. | Пляска с метлами | 3 | - | 3 |  |
| 3.6. | Конкурс «Мимика и жесты» | 1 | - | 1 | Конкурс «Мимика и жесты» |
|  | Просветительско-досуговая деятельность | **2** | 1 | 1 |  |
|  | Учимся танцевать | **15** | - | 15 |  |
| 5.1. | Урок 1 на основе классической хореографии | 5 | - | 5 |  |
| 5.2. | Урок 2 на основе классической хореографии | 5 | - | 5 |  |
| 5.3. | Урок 3 на основе классической хореографии | 5 | - | 5 | Тестирование «Возможности моего тела. Партерный экзерсис. Стретчинг» |
|  | Постановочная деятельность | **11** | - | 11 |  |
| 6.1. | Воробьи | 3 | - | 3 |  |
| 6.2. | Куклы | 4 | - | 4 |  |
| 6.3. | Танцкласс. | 4 | - | 4 |  |
| 6.4. | «Образ в движениях» | **1** | - | 1 | Занятие-превращение «Образ в движениях» |
|  | Учимся танцевать | **11** | - | 10 |  |
| 7.1. | Урок 4 с элементами вальса | 5 | - | 5 |  |
| 7.2. | Урок 5 с элементами джазового танца | 6 | - | 6 |  |
|  | Игра «Волшебный конверт» | 1 | - | 1 | Игра «Волшебный конверт» |
|  | Итоговое занятие «Мой результат» | **1** | 1 | - | Оценка уровня физических данных и творческого развития |
| **Всего:** | | **72** | **3** | **69** |  |

**Содержание программы обучения**

**Вводное занятие.**

Инструктаж по технике безопасности: правила поведения в зале.

Содержание и программа занятий. Знакомство с образовательной программой, задачами и с кратким содержанием программы. Обсуждение перспективного плана на год, определение задач на год. Расписание занятий.

Теория.

Понятие о гигиене. Личная гигиена. Гигиена одежды и обуви. Гигиена жилища, места учебы и занятий спортом.

**Разминка.**

Теория.

Понятие о режиме. Значение режима в жизнедеятельности человека. Рациональный режим дня. Питание. Сон. Досуг. Этапы занятия. Разминка. Основная часть. Растягивание. Стрейчинг. Круг. Принцип дробления и собирания круга. Линия танца. Нумерация точек зала.

Практика.

Основные базовые шаги. Разнообразные виды передвижения. Маршевые простые шаги. Приставные простые шаги. Маршевые шаги со сменой ноги. Приставные шаги со сменой ноги. Танцевальные движения. Разучивание танцевальных движений. Разминочный комплекс. Пространственная ориентация. Шеренга. Колонна. Правила построения и перестроения по два, по четыре. Фигурная маршировка с перестроениями из колонны в шеренгу и обратно. Повороты на месте на 1/4 и 1/2 круга. Упражнения для развития гибкости рук, плечевого пояса и шеи.

Шаги: строевой, скользящий, на носочках, приставной. Танцевальный шаг с носка. Прямой и боковой галопы. Подскоки на одной и двух ногах. Перескоки. Притопы. Кружения на переступаниях, на подскоках. Хлопки в ладоши (различные сочетания). Хлопушки по бедру.

**Учимся танцевать.**

Теория. Музыка и движения. Темп. Характер музыкального произведения. Контрастная музыка (быстрая - медленная, весёлая - грустная). Музыкальный размер 4/4, 2/4, 3/4. Тактирование. Выделение сильной доли такта. Музыкальная фраза. Понятия «средняя линия» и «центральная точка». Знакомство с танцевальными стилями.

Практика. Подбор различных видов движения (шаги, бег, прыжки, повороты и др.), соответствующих характеру музыки. Выделение сильной доли такта хлопком, притопом. Отработка на ходьбе и беге начала и окончания музыкальной фразы в такт музыки. Основные движения, техника исполнения. Основные шаги, шаги с движениями рук, корпуса, головы. Разучивание и отработка движений по счет и музыку. Набор танцевальных элементов. Танцевальные ходы, проходки, пробежки.

Творческая деятельность. Развитие творческих способностей детей. Организация творческой деятельности в группах, в парах, индивидуально. Развитие творческого потенциала обучающегося.

Общая физическая подготовка, партерная гимнастика.

Теория. Сила – это способность человека совершать действия с определенными мышечными напряжениями. Правила выполнения упражнений. Ловкость – это способность человека совершать действия быстро и технично. Правила выполнения упражнений. Гибкость – это свойство упругой растягиваемости телесных структур (мышечные и соединительные), определяющие пределы амплитуды движений звеньев тела. Правила выполнения упражнений. Координация – это способность человека совершать сложные движения в различных направлениях без потери равновесия, соблюдая заданный темп. Правила выполнения упражнений. Выносливость – это способность организма сопротивляться утомлению при длительной мышечной работе.

Практика. Развитие силы. Динамические и статические силовые упражнения. Комплекс упражнений для развития силы. Развитие ловкости.Комплекс упражнений для развития ловкости. Развитие гибкости. Махи: вперед, по диагонали, назад. Шпагаты: продольные шпагаты (правая, левая впереди); поперечный шпагат (фронтальный). Комплекс упражнений для развития гибкости. Развитие координации. Комплекс упражнений для развития координации. Упражнения, развивающие умения ориентироваться в зале, перестроения в пары, круг, колонну. Изучение точек в зале. Равновесия: горизонтальное, горизонтальное боковое, вертикальное. Повороты: на одной ноге, одноименные, разноименные. Развитие выносливости. Прыжки. Бег. Комплекс упражнений для развития выносливости.

**Постановочная деятельность.**

Теория. Постановка концертных номеров, разработка и обсуждение сюжета танцевального номера. Точки, рисунки, переходы.

Практика. Разучивание и отработка танце, этюдов, комплексов. Работа над синхронностью. Совместное творчество педагога и обучающегося. Участие обучающихся в конкурсах, выступлениях на мероприятиях.

**Просветительско-досуговая деятельность.**

Теория. Обсуждение сюжета танцевального номера.

Практика. Посещение концертных программ, новогодних мероприятий, проведение мероприятий с приглашением родителей.

**Игры и игровые задания.** Проводятся на протяжении всех разделов программы.

Игровые задания и игры на активизацию внимания и повышения эмоционального состояния обучающихся, для сплочения группы. Передача при помощи жестов и мимики характера, чувств, настроения. Танцевальные шаги и движения в образах животных, птиц. Этюды, передающие явления природы (падают снежинки, идёт дождь и др.). Тематические игры: «Весёлый оркестр», «Магазин игрушек», «Солдатушки — бравы ребятушки», «Зеркало», «Трамвайчик», «Куклы» (по выбору педагога). Инсценировка детских песен (по выбору педагога).

**Итоговое занятие**.

Определение уровня восприятия разделов и тем программы обучающихся.

**Ожидаемые результаты реализации данной программы**

В результате реализации программы учащиеся:

* владеть, теоретическими знаниями в объёме данной программы (счёт, размер, перенос тяжести корпуса, направление движения, линия танца, названия упражнений);
* повысится уровень развития музыкальности (музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение;
* повысится танцевальная координация движений, умение ориентироваться в пространстве;
* повысится гибкость суставов, сила мышц, улучшится эластичность мышц и связок;
* укрепится здоровье и физическая выносливость, сформируется правильная осанка;
* двигательный опыт обогатится разнообразными видами движений;
* научатся самостоятельно пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями;
* смогут выполнять ритмические рисунки, танцевальные связки из нескольких элементов, импровизировать под музыку, проявляя творческие способности, воображение и фантазию;
* будут иметь достаточную музыкальную и мышечную память, выполнять музыкально ритмические комбинации на хорошем уровне;
* смогут активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями, проявлять дисциплинированность;
* приобщатся к здоровому образу жизни, формам активного досуга;
* будут иметь общее представление о хореографическом искусстве.

**Материально-техническое обеспечение**

Занятия проводятся в танцевальном зале, одна стена которого оборудована зеркалами, две другие – балетной перекладиной, ковровое покрытие, раздаточный материал. В процессе занятий используются следующие технические средства: музыкальный центр (магнитофон), компьютер, видеокамера (фотоаппарат), флешнакопители, CD, DVD диски, принтер. Одежда для занятий (желательно из эластичного материала) предполагает футболки, шорты, для девочек – лосины, юбки, мягкую обувь (чешки), костюмы для выступлений.

**Методическое обеспечение программы**

* конспекты занятий, сценарии мероприятий;
* флешнакопители, аудио, видео материалы с музыкальным репертуаром;
* видео с выступлениями современных балетов Тодес, Экситон, Урбанс;
* работы коллектива Гжель, стилизованные композиции;
* фотоматериалы;

**Список литературы электронной библиотеки:**

1. А. Луговская «Ритмические упражнения, игры и пляски»- М. «Советский композитор» 1991 г.
2. И.В. Лифиц «Ритмика» М. «Академия» 1999г.
3. Г.А. Колодницкий «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей» М. 1997 г.
4. С. Н. Алексанян, Е. Н. Коюмджян, О. А. Шарина «Средства и методы хореографии в танцевальной аэробике» Екатеринбург Издательство Уральского университета 2016 г.
5. Е.В. Конорова «Методическое пособие по ритмике» Москва 1972
6. Т.Ф. Корнеева «Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста» Владос 2001 год.
7. Перевод с английского и редакция Ю. Пина «МЕДЛЕННЫЙ ВАЛЬС» Санкт-Петербург 1993 г.
8. «Венский вальс» Техника исполнения
9. Мэксин Тобиас Мэри Стюарт «Растягивайся и расслабляйся» Москва-физкультура и спорт 1994
10. Е.А. Лукьянова «Дыхание в хореографии» М. Искусство 1979г.
11. А.И.Буренина «Ритмическая мозаика» 2006 год
12. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца: учебное пособие / В.Ю. Никитин. - М.: Издательский дом «Один из лучших», 2006
13. Никитин В.Н. «Модерн – джаз танец- начало обучения» — М.,  2003г.
14. Полятков С.С. «Основы современного танца» — Ростов н- Д: Феникс 2005год

**Литература для обучающихся и родителей:**

1. Барабаш Л.Н. Хореография для самых маленьких. – Мозырь: Белый Ветер, 2002
2. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. – Ярославль: Академия, 2000

**Интернет-ресурсы:**

https://www.livelib.ru/book/1002882701-programmy-dlya-vneshkolnyh-uchrezhdenij-i-obscheobrazovatelnyh-shkol-hudozhestvennye-kruzhki-bez-avtora