

АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА СРЕДНЕУРАЛЬСК
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Дом детского творчества»

Принято на заседании
Педагогического/методического совета
от «2» сентября 2024 г.
Протокол № 3

Утверждаю
Директор МБУ ДО «ДТ»
К.Т. Шамсимухаметов
«2» сентября 2024 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«СТУДИЯ ТАНЦА «ВОЛНА»
ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ»

Срок реализации программы: 1 год (36 часов)
Возрастная категория: 6-10 лет

Автор-составитель:
Султанаева Ольга Илюшевна,
педагог дополнительного образования

г. Среднеуральск, 2024

Раздел № 1. Основные характеристики

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы – художественная.

Уровень программы – базовый.

Нормативно-правовая основа программы:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013г.);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.);
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей» (Паспорт утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016 г. № 11);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31. 03. 2022 г. № 678-р);
- Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации № 467 от 03.09.2019 г.);
- Концептуальные подходы к развитию дополнительного образования детей в Свердловской области (утверждены Приказом Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 06.05.2022 № 434-Д);
- Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20, введены Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28);
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изм. от 30 сентября 2020 года);
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи от 18 ноября 2015 № 09-3242);
- Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Устав МБУ ДО «ДДТ».

Актуальность программы состоит в том, что сложность формирования эмоционально-личностных и социально-адаптивных процессов, затрудняющих социализацию детей с ограниченными возможностями здоровья, определяет необходимость оказания детям своевременной психолого-педагогической помощи с использованием эффективных технологий. Хореографическое искусство является незаменимым средством эстетического воспитания, художественного развития, способного глубоко воздействовать на духовный мир ребенка с ограниченными возможностями здоровья.

Отличительной особенностью является то, что в основе программы заложены методы танце-двигательной терапии, суть которой заключается в предоставлении ребенку возможностей для самовыражения, самореализации, для самоутверждения и познания собственного «Я».

Адресат программы — дети 7-10-летнего возраста, чье состояние здоровья предполагает объективную необходимость особого подхода к организации учебно-воспитательного процесса, необходимость создания особой коммуникативной среды.

Режим занятий — 2 учебных часа в неделю по 45 минут.

Объем программы - 72 учебных часа.

Срок реализации программы - 1 год.

Особенности реализации программы в том, что контингент – дети с инвалидностью (нарушения опорно-двигательного аппарата, тяжелые формы задержки психического развития, нарушения речи, умственная отсталость, слабовидящие и слабослышащие дети). Принимаются все желающие дети без конкурсного отбора на основании справки, подтверждающей наличия инвалидности, и медицинской справки об отсутствии противопоказаний к занятиям хореографией. Наполняемость групп от 5 до 10 человек, так как требуется дифференцированный индивидуальный подход к каждому ребенку. Состав группы может быть неоднороден по возрасту, по структуре и тяжести дефекта.

Формы обучения — очная. Формы организации деятельности воспитанников на занятии: групповая, индивидуальная, индивидуально-групповая, ансамблевая.

Перечень видов занятий:

- словесный (устное изложение, беседа, сказка и т. д.);
- наглядный (показ видеоматериалов, презентаций, иллюстрации, видеоуроков, наблюдение, показ педагогом, работа по образцу);
- практический (упражнения, двигательная активность, игры, импровизация).

Перечень форм подведения итогов: концерт, занятие-праздник.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: психофизическая и социальная адаптация детей с ограниченными возможностями здоровья (инвалидностью) средствами танцевально-двигательной терапии.

Задачи:

Обучающие:

- формировать у детей танцевальные знания, умения, навыки на основе овладения и освоения программного материала, общей танцевальной культуры.

Развивающие:

- развивать координацию движений, пластику тела, физическую силу, чувство ритма, хореографическую память, воображение и артистическую натуру;
- формировать представления об окружающем мире;
- стимулировать собственную игровую, коммуникативную и творческую активность ребенка.

Воспитательные:

- воспитывать культурные привычки в процессе группового общения с детьми и взрослыми;

1.3. Учебный (тематический) план

№	Наименование раздела	Количество часов			Форма контроля/аттестации
		всего	практика	теория	
1.	Вводное занятие	1	0,5	0,5	Входящая диагностика
2.	Ритмика	12	11	1	Педагогическое наблюдение
3.	Основы классического танца	12	11	1	Педагогическое наблюдение
4.	Игровой стрейчинг	12	11	1	Педагогическое наблюдение
5.	Танцевально-образная импровизация и этюды	12	11	1	Педагогическое наблюдение
6.	Рисунки танца	8	7	1	Педагогическое наблюдение
7.	Постановочно – репетиционная работа	8	7	1	Участие в мероприятиях различного уровня
8.	Развивающие игры	4	3,5	0,5	Педагогическое наблюдение Исходящий мониторинг
9.	Отчетное выступление	3	3	0	Рефлексия
	Итого	72	65	7	

1.4. Содержание учебного (тематического) плана

1. Вводное занятие.

Теория. Введение в предмет. Что такое танец? Что нужно знать, чтобы научиться танцевать? Значение движения, музыки, ритма. Техника безопасного поведения. Правила поведения в объединении до занятий и во время занятий. Зачем нужны станки и зеркала в танцевальном зале и как с ними обращаться. О танцевальной форме.

Практика. «Радостные поклоны» - психологическая установка на занятия.

2. Ритмика.

Теория. Зачем нужно разогревать мышцы. Значение последовательности при выполнении упражнений. Как правильно дышать во время исполнения упражнений разминки.

Практика. Общий разогрев организма. Подготовка всех групп мышц к основной нагрузке. Дыхательные упражнения. Положения рук (вперед, в стороны, вверх, вниз, на поясе, образная пластика рук), ног (вместе, на ширине плеч). Танцевальные шаги: с поднятием бедра, с носка, на полупальцах, на пятках. Танцевальный бег: на носках, с высоким подниманием колена. Проработка мышц шеи, рук, туловища, ног в положении стоя (наклоны, приседания, «пружинки»). Ритмические упражнения: простейшие виды хлопков и притопов в различных метроритмических сочетаниях. Простейшие прыжки. Разучивание простейших базовых движений.

3. Основы классического танца.

Теория. Понятие осанки, корпуса. Сутулость. Правила выполнения упражнений у станка. Значения занятий у станка. Выворотность. Подъем стопы.

Практика. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для вытяжения мышц шеи. Позиция ног – I, II, параллельная и выворотная. Положения рук – подготовительное, I, III, II. Port de bras. Demi – plie в I и II позиции. Releve по I, II позиции. Упражнения на устойчивость. Battements tendus с I позиции вперёд, в сторону, назад. Battements tendus с Demi – plie в I –й позиции вперёд, в сторону, назад. Пассе партер вперёд назад через I позицию.

4. Игровой стрейчинг.

Теория. Необходимость максимальной проработки всех групп мышц. Необходимость расслабления мышц (когда мышцы отдыхают).

Практика. Комплексная проработка всех групп мышц в положении сидя, лежа. Упражнения на укрепление, гибкость и эластичность мышц рук, стоп, ног, спины, пресса. Элементарные формы наклонов, подкачек, растяжек, подготовка к махам. Упражнения на расслабление.

5. Танцевально-образная импровизация и этюды.

Теория. Что такое выразительность? Что отличает настоящего артиста? Как можно «танцевать» лицом?

Практика. Упражнения на развитие выразительности движений через изображение пластики движения сказочных героев, животных, предметов и их действий. Развитие эмоциональной выразительности, воспитание основного спектра эмоций, мимики лица. «Актерские пятиминутки». Создание несложных образов в ходе импровизации (движения, позы) под различную музыку.

6. Рисунок танца.

Теория. Зачем танцу нужен рисунок. Основные линии рисунка танца.

Практика. Ориентация в ограниченном пространстве класса. Основные построения. Круг, линия, колонна.

7. Постановочно-репетиционная работа.

Теория. Уверенность и правильность исполнения танцевальных движений. Что такое ансамбль? Что такое хореографическая память? Объяснение темы танца, знакомство с основными образами.

Практика. Освоение танцевальных образов и сценического пространства через разучивание основных ходов, базовых движений, несложных комбинаций и танцевально-образных композиций. Отработка умения соединить движения и эмоции.

8. Развивающие игры.

Теория. Правила игры и их соблюдение.

Практика. Игры на внимание. Игры на развитие координации. Игры на развитие коммуникативных способностей. Игры-имитации. Подвижные игры.

9. Отчетное выступление.

Практика. Закрепление и повторение пройденного материала. Открытые занятия. Танцевальные представления, праздники. Оценка промежуточных результатов творческой деятельности.

1.5. Планируемые результаты

Предметные

должен знать:

- историю возникновения танца
- азы ритмики и классического танца;
- позиции рук и ног

должен уметь:

- выполнять движения с помощью педагога;
- исполнять движения в соответствии с музыкальным сопровождением;
- красиво и правильно стоять по линиям и держать круг.

Метапредметные:

- формирование у детей позитивные изменения в плане эмоционально-личностных и социально-адаптивных процессов.

Личностные:

- сформировать положительную «Я-концепцию».

Раздел № 2. Организационно-педагогические условия

2. 1. Календарный учебный график программы

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	1 г.о.
1	Количество учебных недель	36
2	Количество учебных дней	72
3	Количество часов в неделю	2
4	Количество часов	72
5	Неделя I полугодия	17
6	Неделя II полугодия	19
7	Начало занятий	05.09.2024
8	Каникулы	31.12.2024-08.01.2025
9	Выходные дни	4.11.24, 24.02.25, 1.05.25, 9.05.25
10	Окончание учебного года	25.05.25

2.2. Условия реализации программы.

Занятия проводятся в просторном, светлом, отапливаемом зале, с возможностью естественного проветривания.

Танцевальный зал оснащен гимнастическими ковриками, спортивным инвентарем (скакалки, обручи, мячи, гимнастические палочки), зеркалами, станком, музыкальным оборудованием.

Для концертной деятельности имеются танцевальные костюмы, танцевальные реквизиты.

Дидактический материал, используемый в процессе организации занятий: словари терминов, иллюстрации, видео уроки с интернет-ресурсов, презентации по темам «Хореография», «Строение костно-мышечного аппарата», карточки Йога-букварь, видеозаписи с танцевальными постановками.

Кадровое обеспечение: Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим высшее или среднее профессиональное образование в области, соответствующему профилю детского объединения (хореография) без предъявления требований к стажу работы и дополнительное профессиональное образование по направлению "Педагог-психолог».

Методики хореографического обучения танце-двигательной терапии опираются так же на общедидактические принципы обучения

- ☐ доступность в обучении с учетом возрастных особенностей;
- ☐ системность и последовательность (от простого к сложному);
- ☐ наглядность;
- ☐ единство теории и практики;
- ☐ принцип творческого сотрудничества;
- ☐ принцип воспитывающего обучения.

При реализации программы используются следующие технологии:

- здоровьесберегающая технология;
- игровые технологии.

Структура занятия состоит из трех частей:

I часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности – 10-15 минут.

II часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений, повтор изученного материала.

III часть включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 5-10 минут.

2.3. Формы аттестации и оценочные материалы

Федеральный закон № 273-ФЗ не предусматривает проведение итоговой аттестации по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам (ст.75), но и не запрещает ее проведение (ст.60).

Формы аттестации осуществляется в форме творческого отчета в конце учебного года. Два раза год проводятся открытые занятия, на которых родители могут увидеть групповые и индивидуальные результаты учащихся. Педагог подводит итог учебно-воспитательной работы за год, проводит анализ творческих достижений детей.

Педагогический мониторинг в детском творческом объединении направлен на исследование и фиксацию хореографических способностей каждого обучающегося, динамику его личного развития.

Методика диагностики уровня владения первичными танцевальными навыками обучающимися 3-4 года:

- Тест №1- «Ритмические хлопки»

Задание: выполнить прохлопывание различных ритмических хлопков (под счет на 4, на 8 и под разную темповую музыку).

Результат: ритмичность, точность исполнения.

- Тест №2- «Мы изображаем...»

Задание: изобразить под музыку предложенные варианты (полет бабочки, прыжки зайца, шаги цапли, бег лошадки, прыжки лягушки).

Результат: фантазия, выразительность.

- Тест №3-«Я умею танцевать!»

Задание: показать простые движения танца (шаги, бег, прыжки, галоп, поскоки, повороты, кружение вокруг себя).

Результат: выразительность, точность исполнения движения, координация.

Оценка результатов тестов: 0 - отсутствует, 1- слабо присутствует, 2 - проявляется в полной мере.

Все тесты оцениваются и записываются в индивидуальную таблицу диагностической карты обучающегося. Сумма баллов позволяет выявить

уровень владения танцевальными навыками обучающимися.

Общая сумма баллов всех трех тестов:

От 3 до 5 баллов – низкий уровень,

От 6 до 9 баллов – средний уровень,

От 10 до 14 баллов – высокий уровень.

	Название теста	Результаты					Сумма баллов
		Ритмичность	Фантазия	Выразительность	Точность исполнения движений	Координация движений	
Вводный контроль							
1	«Ритмические хлопки»						
2	«Мы изображаем...»						
3	«Я умею танцевать!»						
Промежуточный контроль							
1	«Ритмические хлопки»						
2	«Мы изображаем...»						
3	«Я умею танцевать!»						
Итоговый контроль							
1	«Ритмические хлопки»						
2	«Мы изображаем...»						
3	«Я умею танцевать!»						

2.4. Список литературы

Для педагогов:

1. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики. - Екатеринбург, 1999.
2. Бин Д., Оулдфилд А., Волшебная дудочка. 78 развивающих музыкальных игр. М., 2002г.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца, Л. 1973.
4. Васильева Т.И. Балетная осанка, методическое пособие для преподавателей хореографических школ и школ искусств, М, ГИТИС, 1993
5. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997.

6. Музыкальная коррекция детей с ограниченными возможностями здоровья. С-П., 2010г.

7. Особый ребенок. Исследования и опыт помощи. М., 2001г.

13. Са-Фи-дансе (танцевально-игровая гимнастика для детей). С-П., 2010г.

8. Смирнова М.В. Классический танец. - Выпуск 3. - М., 1988.

9. Смирнов М.А. Эмоциональный мир музыки. - М.: Музыка, 1990.

10. Танцетерапия. Ростов-на-Дону, 2008г.

11. Хореографическое искусство. Справочник. – М.: Искусство. – 2005.

с ил

12. Шишкина В.А. Движение + движение. - М.: Просвещение, 1992.

13. Интернет-ресурсы.

Для родителей и обучающихся:

1. Браиловская Л.В. Самоучитель по танцам. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.

2. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. - Просвещение, 1991.

3. Кудрявцев В.Т. Развитие детства и развивающее образование – Ч. 1. / В.Т. Кудрявцев –Дубна, 1997г. – 206с.

Содержание рабочей программы

№ п/п	Дата			Название раздела, темы занятия	Краткое содержание занятий	Форма контроля
	Месяц	Число	Кол-во часов			
1.	Сентябрь		1	Вводное занятие	1. Знакомство с педагогом, и учащимися. 2. Беседа «Что такое танец?», «Что нужно знать, чтобы научиться танцевать?». Показ презентации на тему «Танец». 3. Значение движения, музыки, ритма. 4. Техника безопасного поведения. 5. Правила поведения в объединении до занятий и во время занятий. 6. Беседа «Зачем нужны станки и зеркала в танцевальном зале и как с ними обращаться». 7. Беседа «О танцевальной форме. 8. «Радостные поклоны».	Беседа Практический метод Педагогическое наблюдение Входящая диагностика
2.	Сентябрь		1	Ритмика	1. Беседа «Зачем нужно разогреть мышцы». 2. Значение последовательности при выполнении упражнений. 3. Правильное дыхание во время исполнения упражнений разминки. 4. Дыхательные упражнения («Надуваем шар»).	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
3.	Сентябрь	10	1	Ритмика.	1. Общий разогрев организма. Подготовка всех групп мышц к основной нагрузке. 2. Проработка мышц шеи, рук, туловища, ног в положении стоя (наклоны, приседания, «пружинки» и т.д.).	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
4.	Сентябрь		1	Ритмика.	1. Проработка мышц шеи, рук, туловища, ног в положении стоя (наклоны, приседания, «пружинки» и т.д.). 3. Музыкально-ритмические игры «Прохлопаем ритм».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
5.	Сентябрь	17	1	Ритмика.	1. Разминка. 2. Положения рук (вперед, в стороны, вверх, вниз, на пояс, образная пластика рук), ног (вместе, на ширине плеч). 3. Игра «большие великаны-маленькие гномики».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
6.	Сентябрь		1	Ритмика.	1. Разминка. 2. Носки и пятки «целуются», мягкие и жесткие ручки, «волны и волночки». 3. Игра «большие великаны-маленькие гномики».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
7.	Сентябрь		1	Ритмика.	1. Разминка. 2. Танцевальные шаги: с поднятием бедра, с носка, на полупальцах, на пятках. Танцевальный бег: на носках, с высоким подниманием колена. 3. Закрепление изученных элементов в упражнениях «Бабочки», «Лошадки». 4. Применение элементов в танце.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
8.	Сентябрь		1	Ритмика.	1. Разминка. 2. Закрепление танцевальных шагов с использованием платочков в танцевальном этюде «Гномики».	Практический метод Педагогическое наблюдение

					3. Закрепление танцевального бега с использованием ленточек в танцевальном этюде «Дождик».	Беседа
9.	Октябрь		1	Ритмика.	1. Разминка. 2. Простейшие прыжки. 3. Закрепление прыжков в упражнении «Зайчики». 4. Применение прыжков в танце.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
10.	Октябрь		1	Ритмика.	1. Разминка. 2. Закрепление танцевальных прыжков с использованием скакалки в танцевальном этюде «Барабан». 3. Применение прыжков в танце.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
11.	Октябрь		1	Ритмика.	1. Разминка. 2. Повторение танцевальных шагов, бега, прыжков. 3. Выполнение упражнений «1 сентября», «Гномики», «Барабан». 4. Репетиция танца с простейшими базовыми движениями.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
12.	Октябрь		1	Ритмика.	1. Разминка. 2. Повторение танцевальных шагов, бега, прыжков. 3. Выполнение упражнений «Лошадки», «Дождик», «Зайчик». 4. Репетиция танца с простейшими базовыми движениями.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
13.	Октябрь		1	Ритмика.	1. Разминка. 2. Повторение танцевальных шагов, бега, прыжков. 2. Игра «Протопай, прохлопай». 3. Репетиция танца с простейшими базовыми движениями.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
14.	Октябрь		1	Основы классического танца.	4. Разбор музыки для классического танца, определение характеристик. 5. Беседа об осанке, сутулости, корпусе, выворотности в классическом танце, просмотр иллюстраций с изображением балерин. 6. Танцевальный этюд «Балерина». 7. Правила выполнения упражнений у станка. Значения занятий у станка. 8. Понятия «выворотность, подъем стопы, танцевальный шаг».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
15.	Октябрь		1	Основы классического танца.	1. Разминка. 2. Упражнения для формирования правильной осанки (мельница, самолет, складочка с положения стоя, наклоны и перегибы корпуса). 3. Постановка корпуса у станка, повторение правил работы со станком. 4. Упражнения для вытяжения мышц шеи (повороты, наклоны, круговые движения, «гусь»). 5. Положения головы во время исполнения классического экзерсиса.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
16.	Октябрь	29		Основы классического танца.	1. Разминка. 2. Разучивание параллельной I и II позиции ног. Повторение упражнений для вытяжения мышц шеи и постановки осанки по I и II позиции ног. 3. Упражнения для осанки на ковриках (день-ночь, складочка, продвижение на бедрах).	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
17.	Ноябрь		1	Основы классического танца.	1. Разминка. 2. Упражнения для развития выворотности (отведение колена в сторону, лягушка из положения стоя, на	Практический метод Педагогическое наблюдение

					ковриках в положении сидя, лежа на спине, на животе). 3. Разучивание выворотной I и II позиции ног. 4. Повторение упражнений для вытяжения мышц шеи и постановки осанки по I и II выворотной позиции ног.	Беседа
18.	Ноябрь		1	Основы классического танца.	1. Разминка. 2. Повторение упражнений для развития выворотности. Повторение упражнений для вытяжения мышц шеи и постановки осанки по I и II выворотной позиции ног. 3. Формирование правильного положения кисти, упражнение «семечко», «карандаши».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
19.	Ноябрь		1	Основы классического танца.	1. Разминка. 2. Просмотр иллюстраций с положениями рук. 5. Разучивание подготовительного, I, II и III положений рук. 6. Закрепление положений рук совместно с выворотными позициями ног. 7. Закрепление позиций рук, сидя на ковриках.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
20.	Ноябрь		1	Основы классического танца.	1. Разминка. 2. Повторение упражнений для вытяжения мышц шеи, формирования осанки, формирования кисти, развития выворотности. 2. Повторение комбинаций положения рук и позиций ног. 3. Разучивание Port de bras I и II. 4. Закрепление Port de bras I и II сидя на ковриках. 5. Упражнения для развития подъема стопы (подъем на полупальцы по параллельным позициям ног, на двух ногах у станка, на одной ноге у станка, вытяжение стоп на ковриках, комбинация носочки-топорики-пингвинчики-птичка). 6. Разучивание Releve по I и II выворотной позиции ног у станка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
21.	Ноябрь		1	Основы классического танца.	1. Разминка. 2. Повторение упражнений для вытяжения мышц шеи, формирования осанки, формирования кисти, развития выворотности. 3. Упражнения для развития подъема стопы (подъем на полупальцы по параллельным позициям ног, на двух ногах у станка, на одной ноге у станка, вытяжение стоп на ковриках, комбинация носочки-топорики-пингвинчики-птичка). 6. Разучивание Releve по I и II выворотной позиции ног у станка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
22.	Ноябрь		1	Основы классического танца.	1. Разминка. 2. Повторение упражнений для развития подъема стопы, Releve по I и II выворотной позиции ног у станка. 3. Разучивание Demi-plie по I и II выворотной позиции ног. Закрепление Demi-plie по I и II выворотной позиции ног у станка.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
23.	Ноябрь		1	Основы классического танца.	1. Разминка. 2. Повторение упражнений для вытяжения мышц шеи, формирования осанки, формирования кисти, развития выворотности, развития подъема стопы. 3. Упражнения на устойчивость и равновесие. 4. Разучивание комбинации Releve-Demi plie по I и II выворотной позиции ног. 5.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа

					Отведение ноги в положение Passe par terre.	
24.	Ноябрь		1	Основы классического танца.	1. Разминка. 2. Повторение упражнений на развитие выворотности, подъема стопы, формирования правильной осанки. 3. Просмотр иллюстраций с Battements tendus по I выворотной позиции ног. 4. Разучивание Battements tendus по I выворотной позиции ног лицом к станку в сторону, вперед, назад.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
25.	Декабрь		1	Основы классического танца.	1. Разминка. 2. Повторение упражнений на развитие выворотности, подъема стопы, формирования правильной осанки. 3. Разучивание Battements tendus с Demi plie по I выворотной позиции ног лицом к станку в сторону, вперед, назад. 4. Закрепление Battements tendus с Demi plie по I выворотной позиции ног на середине зала.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
26.	Декабрь		1	Игровой стрейчинг.	1. Разминка. 2. Беседа «Необходимость максимальной проработки всех групп мышц», «Необходимость расслабления мышц (когда мышцы отдыхают)». 3. Просмотр презентации на тему «Строение костно-мышечного аппарата», беседа о группах мышц, задействованных в упражнениях на гибкость и силу. 4. Просмотр иллюстраций с гимнастическими элементами. 5. Подвижные игры с ковриками, палочками, обручами. 6. Релеве по I и II параллельной и выворотной позиции ног. Подъем на полупальцы на одной ноге. 7. Вытяжение стоп на ковриках. 8. Комбинация носочки-топорики, пингвинчики, птичка. 9. Прыжки (трамплинные прыжки по I свободной позиции, разножка, зайчик, пингвинчик). 10. Комплекс на релаксацию «Йога».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
27.	Декабрь		1	Игровой стрейчинг.	1. Разминка. 2. Повторение упражнений для развития подъема стопы. 2. Разучивание упражнений для развития выворотности (бабочка, лодочка, рыбка. складочка в бабочке, лягушка на спине, на животе). 3. Повторение элементов классического танца в выворотных позициях. 4. Упражнения для разогрева мышц спины (замочек, птичка, рыбка, лодочка, корзиночка). 4. Упражнения для развития гибкости спины (змейка, колечко, коробочка, складочка). 5. Комплекс на релаксацию «Йога».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
28.	Декабрь		1	Игровой стрейчинг.	1. Разминка. 2. Повторение упражнения для развития подъема стопы, выворотности, для укрепления мышц спины. 2. Упражнения для укрепления мышц пресса (велосипед, ступеньки, столик, ножницы). 3. Комплекс на релаксацию «Йога».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
29.	Декабрь		1	Игровой стрейчинг.	1. Разминка. 2. Повторение упражнения для развития подъема	Практический метод

					стопы, выворотности, для укрепления мышц спины, мышц пресса. 3. Упражнения для разогрева мышц тазобедренного сустава (махи ногами из положения лежа на 45, 90, 180 градусов). 4. Упражнения для развития балетного шага (лягушка с отведением ноги в сторону, полушпагат, шпагат).	Педагогическое наблюдение Беседа
30.	Декабрь		1	Игровой стрейчинг.	1. Разминка. 2. Повторение упражнения для развития подъема стопы, выворотности, для укрепления мышц спины, мышц пресса, развития балетного шага. 3. Ознакомление с акробатическими элементами, особенностями их выполнения, техника безопасности. 4. Просмотр иллюстраций с акробатическими элементами. 5. Комплекс на релаксацию «Йога».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
31.	Декабрь		1	Игровой стрейчинг.	1. Разминка. 2. Повторение упражнения для развития подъема стопы, выворотности, для укрепления мышц спины, мышц пресса, развития балетного шага. 3. Беседа об особенностях выполнения кувырка, правилах выполнения. 4. Подготовка к кувырку (перекаты на спине, разогрев мышц шейного отдела). 5. Разучивание кувырка вперед, назад. 6. 5. Комплекс на релаксацию «Йога».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
32.	Декабрь		1	Игровой стрейчинг.	1. Разминка. 2. Повторение упражнения для развития подъема стопы, выворотности, для укрепления мышц спины, мышц пресса, развития балетного шага. 3. Беседа об особенностях выполнения колеса, правилах выполнения. 4. Подготовка к колесу (стойка на голове, руках, перенос тела на руках из сторону в сторону). 5. Комплекс на релаксацию «Йога».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
33.	Январь			Игровой стрейчинг.	1. Разминка. 2. Повторение упражнения для развития подъема стопы, выворотности, для укрепления мышц спины, мышц пресса, развития балетного шага. 3. Беседа об особенностях выполнения мостика, правилах выполнения. 4. Подготовка к мостику (разогрев мышц спины, полумостик). 5. Разучивание мостика. 6. Комплекс на релаксацию «Йога».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
34.	Январь		1	Игровой стрейчинг.	1. Разминка. 2. Повторение упражнения для развития подъема стопы, выворотности, для укрепления мышц спины, мышц пресса, развития балетного шага. 3. Беседа об особенностях выполнения шпагата, правилах выполнения. 4. Разучивание шпагата поперечного, продольного. 5. Комплекс на релаксацию «Йога».	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
35.	Январь		1	Игровой стрейчинг.	1. Разминка. 2. Повторение упражнения для развития подъема стопы, выворотности, для укрепления мышц спины, мышц пресса, развития балетного шага. 3. Беседа об особенностях выполнения березки, ласточки, правилах выполнения. 4.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа

					Подготовка к березке (перекаты на спине). 5. Разучивание березки, ласточки. 6. Комплекс на релаксацию «Йога».	
36.	Январь		1	Игровой стрейчинг.	1. Разминка, партерная гимнастика. 2. Повторение акробатических элементов.	Практический метод Педагогическое наблюдение
37.	Январь		1	Игровой стрейчинг.	1. Разминка, партерная гимнастика. 2. Повторение акробатических элементов.	Практический метод Педагогическое наблюдение
38.	Январь		1	Танцевально-образная импровизация и этюды.	3. Игра «Самый гибкий зверь». 4. Беседа «Что такое выразительность?», «Что отличает настоящего артиста?», «Как можно «танцевать» лицом?». 5. Понятия эмоции, мимика, жесты. 6. Гимнастика для мышц лица. 7. Игра «Изобрази эмоцию» (подражание). 8. Упражнения для развития воображение (фантастический зверь, мои сны, космический корабль). 9. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
39.	Январь		1	Танцевально-образная импровизация и этюды.	1. Разминка, партерная гимнастика. 2. Гимнастика для мышц лица, игра «Зеркало». 3. Упражнения для развития внимания, отношения к факту (как я ем кашу, как я люблю родителей, как я играю с друзьями, найти отличия, что пропало). 4. Этюды Хмурая тучка - Ласковое солнышко. 5. Игры на раскрепощение (кто самый громкий, кто самый веселый, кто самый плаксивый, кто самый злой, кто самый улыбчивый). 6. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
40.	Январь		1	Танцевально-образная импровизация и этюды.	1. Разминка, партерная гимнастика. 2. Игра Вкусное мороженое – Горькое лекарство. 3. Игры на снятие телесных и психологических зажимов (солнечный зайчик, ветерок, снеговик).	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
41.	Февраль		1	Танцевально-образная импровизация и этюды.	1. Разминка, партерная гимнастика. 2. Беседа на тему «Сцена», план сцены, линии, танцевальные точки. 3. Игра на закрепление пространственной координации (найди домик, построй линию). 4. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
42.	Февраль		1	Танцевально-образная импровизация и этюды.	1. Разминка, партерная гимнастика. 2. Игра «Испуганный ежик – Хитрая лиса». 3. Беседа на тему «Правила поведения на сцене и за кулисами». 4. Игры на закрепление пространственной координации (найди домик, построй линию, круг). 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
43.	Февраль		1	Танцевально-образная импровизация и этюды.	1. Разминка, партерная гимнастика. 2. Беседа на тему «Сюжетный танец». 6. Подражательные и игровые движения танцевального этюда «Лягушки» (на ковриках). 7. Перестроения и переходы между линиями (с использованием обручей).	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
44.	Февраль		1	Танцевально-образная импровизация и этюды.	1. Разминка, партерная гимнастика, классический экзерсис. 2. Подражательные и игровые элементы танца, танцевальные	Практический метод Педагогическое наблюдение

					шаги в образах (как царапается кошечка, как прыгают лягушки, как ходят медведи и т.д.). 3. Изображение неодушевленных предметов и явлений (самолет, пылесос, камень, ракета, море, волны, деревья, цветы и т.д.). 4. Изображение действий (забиваем гвоздь, подметаем пол, моем посуду, стираем белье, чиним автомобиль). 5. Игра «Угадай, кто я (что я)», «Угадай, что я делаю». 6. Психогимнастика.	Беседа Игра
45.	Февраль		1	Танцевально-образная импровизация и этюды.	1. Разминка, партерная гимнастика. 2. Презентация на тему «Русский народный танец», элементы русского народного танца (ковырялочка, дробь, гармошка). 3. Разучивание ковырялочки (положение рук на поясе или в положении «дрова», положение ноги пятка-носок-пятка). 4. Разукрашивание русского народного костюма. 5. Этюд «Снежинки-льдинки». 6. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
46.	Февраль		1	Танцевально-образная импровизация и этюды.	1. Разминка, партерная гимнастика. 2. Повторение ковырялочки. 3. Разучивание дроби, гармошки. 4. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
47.	Февраль		1	Танцевально-образная импровизация и этюды.	1. Разминка, партерная гимнастика. 2. Беседа на тему «Историко-бытовой танец». 3. Танцевальный этюд «Вальс», элементы танца (вальсовый шаг, повороты, лодочка). 4. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
48.	Февраль		1	Танцевально-образная импровизация и этюды.	1. Разминка, партерная гимнастика, классический экзерсис 2. Танцевальный этюд «Моряки», элементы танца (подскоки, шаги, выпады). 3. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
49.	Март		1	Танцевально-образная импровизация и этюды.	1. Разминка, партерная гимнастика, классический экзерсис. 2. Игра «Профессии» (изображение действий людей). 3. Танцевальный этюд «Веселый - грустный клоун». 4. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
50.	Март		1	Рисунок танца.	1. Разминка, партерная гимнастика, классический экзерсис. 2. Беседа «Зачем танцу нужен рисунок». Основные линии рисунка танца, схемы, особенности построения. 6. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
51.	Март		1	Рисунок танца.	1. Разминка, партерная гимнастика, классический экзерсис. 2. Изучение рисунка круга, схема круга, особенности построения. 3. Отработка движений в круге. 4. Отработка навыков двигаться по кругу лицом, спиной, по одному, в парах. 5. Игра «Море волнуется», «Надуваем – сдуваем шар». 6. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра

52.	Март		1	Рисунок танца.	1. Разминка, партерная гимнастика, классический экзерсис. 2. Изучение рисунка линия, схема линий, особенности построения. 3. Отработка движений по линиям. 4. Игра на сплочение «Постройся по росту, по цвету одежды, по цвету глаз». 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
53.	Март		1	Рисунок танца.	1. Разминка, партерная гимнастика, классический экзерсис. 2. Изучение рисунка колонна, схема колонны, особенности построения. 3. Отработка движений по колоннам. 4. Игра на сплочение «Постройся по росту, по цвету одежды, по цвету глаз». 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
54.	Март			Рисунок танца.	1. Разминка, партерная гимнастика, классический экзерсис. 2. Перестроения из круга в линию, колонну. 3. Перестроения из линии и колонны в круг. 4. Игра на сплочение «Постройся по росту, по цвету одежды, по цвету глаз». 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
55.	Март			Рисунок танца.	1. Разминка, партерная гимнастика, классический экзерсис. 2. Закрепление перестроений в сочетании с движениями. 3. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
56.	Март			Рисунок танца.	1. Разминка, партерная гимнастика, классический экзерсис. 2. Закрепление перестроений в сочетании с движениями. 3. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
57.	Апрель			Рисунок танца.	1. Разминка, партерная гимнастика, классический экзерсис. 2. Закрепление перестроений в сочетании с движениями. 3. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
58.	Апрель		1	Постановочно-репетиционная работа.	1. Разминка, партерная гимнастика, классический экзерсис. 2. Разбор музыкального произведения танца, определение темпа, характера, ритма музыки, выделение частей. 3. Изучение танцевальных шагов (приставной шаг, маршевый шаг). 4. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
59.	Апрель			Постановочно-репетиционная работа.	1. Разминка, партерная гимнастика, классический экзерсис. 2. Беседа «Что такое ансамбль?», «Что такое хореографическая память». 5. Закрепление изученных элементов в соответствии с музыкой. 6. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
60.	Апрель		1	Постановочно-репетиционная работа.	1. Разминка, партерная гимнастика, классический экзерсис. 2. Повторение танцевальных шагов. 3. Изучение танцевальных прыжков, в комбинация с движениями рук, хлопками, с руками на поясе, в продвижении. 4. Закрепление под музыку. 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
61.	Апрель		1	Постановочно-репетиционная работа.	1. Разминка, партерная гимнастика, классический экзерсис. 2. Изучение танцевального бега (бег на полупальцах, в сочетании с движениями рук, с руками на поясе, бег на месте, в	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа

					продвижении). 3. Закрепление под музыку. 4. Психогимнастика.	Игра
62.	Апрель		1	Постановочно-репетиционная работа.	1. Разминка, партерная гимнастика, классический экзерсис. 2. Повторение танцевальных шагов, прыжков, бега. 3. Изучение танцевальных движений (отведение ноги в пасе пар тер, движения рук, наклоны головы, приседы, пружинка, повороты). Закрепление под музыку. 4. Отработка движений в группе, парах, по одному.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
63.	Апрель		1	Постановочно-репетиционная работа.	1. Разминка, партерная гимнастика, классический экзерсис. 2. Беседа о синхронности, разъяснение понятия, просмотр видео синхронного катания на коньках, синхронного плавания. 3. Отработка синхронности. 4. Работа над техникой танца.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа
64.	Апрель		1	Постановочно-репетиционная работа.	1. Разминка, партерная гимнастика, классический экзерсис. 2. Повторение изученных рисунков танца, круг, линия, колонна. 3. Закрепление перестроений по группам, работа над чистотой рисунков.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
65.	Май		1	Постановочно-репетиционная работа.	1. Разминка, партерная гимнастика, классический экзерсис. 2. Репетиция танца с эмоциональной выразительностью. 3. Отработка выразительности, синхронности, техники. 4. Психологический настрой на публичное выступление. 5. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
66.	Май		1	Развивающие игры.	1. Разминка, классический экзерсис. 2. Упражнения для мимики лица. 2. Собирающие пазлов «Любимые герои», обсуждение их эмоций. 3. Игра «Угадай животное» 4. Партерная гимнастика в кругу лицом друг к другу. 5. Релаксация «Сказочный лес»	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
67.	Май		1	Развивающие игры.	1. Игровое комплекс «Ты и я – вместе мы друзья»: игра «Трансформер», «Молекулы», «Я дрозд, ты дрозд», «Ручеек», «Билетики», «Костер». 2. Репетиция. 3. Психогимнастика. 4. Рефлексия.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
68.	Май		1	Развивающие игры.	1. Разминка, партерная гимнастика, классический экзерсис. 2. Танцевальный этюд «Колесики». 3. Этюд «Мимы за стеклом». 4. Игра «Моряки». 5. Этюд «Аборигены». 6. Игра «Поезд». 7. Репетиция. 8. Психогимнастика.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
69.	Май		1	Развивающие игры.	1. Разминка, партерная гимнастика, классический экзерсис. 2. «Зеркальный танец». 3. Игра «Отражение». 4. Игра «Лебединое озеро». 5. Игра «Веселый поход». 6. Игра «Переправа». 7. Игра «Невесомость». 8. Релаксация «Шум прибоя». 9. Репетиция.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Игра
70.	Май		1	Отчетное выступление.	1. Отчетное выступление или участие в мероприятиях разного уровня. 2. Рефлексия. 3. Подведение итогов.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Концерт

71.	Май		1	Отчетное выступление.	1. Отчетное выступление или участие в мероприятиях разного уровня. 2. Рефлексия. 3. Подведение итогов.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Концерт
72.	Май		1	Отчетное выступление.	1. Отчетное выступление или участие в мероприятиях разного уровня. 2. Рефлексия. 3. Подведение итогов.	Практический метод Педагогическое наблюдение Беседа Концерт

