УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ Г. ХАБАРОВСКА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ Г. ХАБАРОВСКА
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «ВОСХОЖДЕНИЕ»

Принята
на заседании
педагогического совета
от «30» июня 2026 г.
протокол № 4

Утверждаю
Директор
МАУДО ДЮЦ «Восхождение»
для
г. Хабаровска
_____ Зыкова Е.Н.
от «30» июня 2026 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«В РИТМЕ ТАНЦА»

Направленность программы: художественная
Возраст обучающихся: 5-7, 7-9 лет
Уровень освоения: стартовый
Срок реализации программы: 2 года

Автор-составитель программы:
Шостова Елена Анатольевна,
педагог дополнительного образования

г. Хабаровск
2026 год

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «В ритме танца» имеет художественную направленность, направление – хореография, стартовый уровень освоения.

Нормативно-правовая база

При разработке данной программы были учтены нормативно - правовые документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ (ред. от 08.12.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 года №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
6. Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе, реализуемой в Хабаровском крае (утверждено приказом КГАОУДО «Центр развития творчества детей (Региональный модельный центр дополнительного образования детей Хабаровского края)» от 27 мая 2025 г. № 220П).
7. Постановление администрации г. Хабаровска от.25.10.2019 г. №3501 «Об утверждении Положения о персонифицированном дополнительном образовании детей на территории городского округа «Город Хабаровск».
8. Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования г. Хабаровска «Детско-юношеский центр «Восхождение» от 13.05.2025 г.

Актуальность программы

В настоящее время общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ, сориентированных

на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья детей.

Поскольку в современном мире увеличение статической и информационной нагрузки сопровождается снижением уровня двигательной активности, и как следствие ухудшение физического и психического состояния, то двигательная активность является необходимым условием поддержания состояния здоровья.

Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью стартовой программы «В ритме танца» является то, что для успешного осуществления поставленных задач, для большей заинтересованности, занятия с детьми строятся на основе игрового метода. Все разделы объединяет игровой метод проведения занятий, который придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения предлагаемого материала, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей детей.

Педагогическая целесообразность

Регулярные занятия наиболее успешно расширяют задачи начального физического воспитания и закладывают прочные основы для развития физических качеств и способностей. Овладение анализом и синтезом движений тела человека, постепенное усложнение изучаемых движений, возможность использования бесконечных вариаций упражнений позволяют занимающимся расширять представление о двигательных возможностях организма. Программа направлена не только на развитие у детей мотивации к двигательной активности и совершенствование физических показателей, но и на развитие качеств личности, необходимых для общения в группе (самостоятельности, общительности, эмоциональной устойчивости, высокого самоконтроля, уверенности в себе, адекватной самооценки), и на формирование позитивных норм поведения и основ коммуникативной культуры. В процессе изучения у детей формируются такие качества, как трудолюбие, коллективизм, взаимовыручка, воля, отзывчивость.

Также большая роль в программе отводится воспитательной работе, которая заключается в поддержании многолетних традиций коллектива: День рождения центра «Восхождение», Новогодние утренники, Отчетные концерты, танцевальные сборы в пионерских лагерях, творческие поездки в КНР, а также участие в конкурсах и фестивалях разного уровня.

Адресат программы

Дети в возрасте 5-9 лет, желающие заниматься современным танцевальным направлением, при отсутствии противопоказаний по состоянию здоровья, согласно заявлений родителей (законных представителей).

Средний дошкольный возраст (5 лет).

Основные достижения возраста связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; с развитием изобразительной деятельности; конструированием по замыслу, планированием; совершенствованием восприятия, развитием образного

мышления и воображения, эгоцентричностью познаваемой позиции; развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации, совершенствования восприятия; формированием потребности в уважении со стороны взрослого, появлением обидчивости, конкурентности, соревновательности со сверстниками, дальнейшим развитием образа Я ребенка, его детализацией.

Старший дошкольный возраст (6-7 лет).

Период познания мира человеческих отношений, творчества и подготовки к обучению в школе. В этом возрасте ребенок в состоянии воспринять новые правила, смену деятельности и требования, которые будут предъявлены со стороны педагогов. Он постепенно адаптируется к социальной среде, способен учитывать точки зрения других людей и может начать с ними сотрудничать. Учащийся умеет сосредотачиваться не только на деятельности, которая его увлекает, но и на той, которая дается с волевым усилием. К игровым интересам добавляется познавательный интерес. Но он еще легко отвлекается от своих намерений, переключаясь на что-то неожиданное, новое, привлекательное. Ориентируясь на внешнюю оценку, он создает свой собственный образ из тех оценок, которые слышит в свой адрес.

Младший школьный возраст (7-9 лет).

Учащиеся отличаются постоянным стремлением к активной практической деятельности. Эмоции занимают важное место в психике этого возраста, им подчинено поведение. Младшие школьники легко вступают в общение. Для них большое значение приобретают оценки их поступков не только со стороны старших, но и сверстников. Их увлекает совместная коллективная деятельность. Неудача вызывает резкую потерю интереса к делу, а успех сообщает эмоциональный подъем. В этом возрасте ребята склонны постоянно меряться силами, готовы соревноваться во всем, у них ярко выражено стремление к самореализации. Активность одновременно является плюсом и минусом этого возраста. Именно в 7-9 летним детям свойственно не задумываться о последствиях своих действий. В этот период происходит физическое и психофизиологическое развитие ребенка, причем физический рост опережает нервно-психическое развитие, что проявляется в повышенной утомляемости, беспокойстве, повышенной требовательности в движениях. Ведущей в младшем школьном возрасте становится учебная деятельность, под влиянием которой формируются основные новообразования этого возраста: способность к действиям во внутреннем и умственном плане или планирование про себя, умение анализировать и рефлексия. Происходят существенные изменения во всех познавательных процессах: мышлении, памяти, внимании. Мышление от наглядно-образного развивается к словесно-логическому, память и внимание от непроизвольного к сознательно регулируемому и опосредованному. В начале младшего школьного возраста еще недостаточно развиты самосознание и самооценка, умение найти место в коллективе. К концу возраста возникают коллективные связи, формируется взаимная оценка, требовательность.

Цель программы: формирование и развитие художественно-творческих способностей детей и приобщение их к танцевальному искусству.

Задачи программы:

Предметные

-познакомить детей с историей возникновения и развития хореографического искусства;

-формировать комплекс танцевальных умений и навыков, позволяющих раскрыть творческий потенциал учащихся;

-дать знание о технике безопасности во время выполнения упражнений.

Метапредметные

-способствовать развитию гибкости, координации движений, пластики, силы, выносливости;

-способствовать раскрепощению, снятию зажимов, психологических барьеров;

-способствовать развитию коммуникативных навыков.

Личностные

-способствовать воспитанию потребности к систематическим занятиям;

-способствовать воспитанию культуры движения, общей культуры, эстетических предпочтений.

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса

Формы занятий: традиционное занятие; комбинированное занятие; практическое занятие (тренировка, репетиция); праздник, конкурс, фестиваль; творческая встреча, мастер - класс, тренинг, battle (командная, индивидуальная битва - кто кого перетанцует), djam (дружеская встреча сборных команд, индивидуальный обмен опытом); информационная беседа, учебный диалог, лекция; концерт, открытый занятие. Содержанием программы предусмотрены: видео-занятие, экскурсия, коллективное посещение концертов, массовых мероприятий, участие в соревнованиях, творческих выступлениях, молодежных проектах, тестирование, анкетирование.

Формы организации деятельности учащихся на занятии: фронтальная; в парах; групповая; индивидуально-групповая; ансамблевая. Основной формой является групповая (по 13-15 человек), в сочетании принципа группового обучения с индивидуальным подходом. Группы формируются в начале учебного года, согласно Уставу МАУДО ДЮЦ «Восхождение» и санитарно-эпидемиологических правил и требований к наполняемости учебных групп и предусматривает обучение детей 7 – 9 лет.

Репетиционные занятия (репетиция от лат. repetitio - повторение) - основная форма подготовки (под руководством хореографа) представлений, концертных программ, отдельных номеров, сцен путем многократных повторений (целиком и частями).

Практическое занятие – (от греческого praktikos – деятельный, активный), материальная, целеполагающая деятельность детей. Отработка танцевальных схем, постановок и т.д.

Срок и объём реализации программы: 473 часа на 2 года обучения.
Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий: 2 раза в неделю по 2 часа, итого 144 часа за учебный год и 28 часов в летний период. В летний период режим занятий может меняться. Продолжительность учебного часа 45 минут учебного времени.

Планируемые результаты

Предметные:

-знают историю возникновения и развития хореографического искусства;

- имеют комплекс знаний, умений и навыков по основам хореографии знают хореографические названия изученных элементов; основные позиции рук и ног в танце; подготовительные танцевально-сценические движения;

- знают технику безопасности во время выполнения танцевальных упражнений.

Метапредметные:

- обладают гибкостью, выносливостью, пластичностью, чувством ритма, навыками танцевальных выступлений;

- обладают волевыми качествами, демонстрируя внутреннюю собранность и внимание;

- приобрели навыки положительного взаимодействия с педагогом и учениками.

Личностные:

- сформировано положительное отношение к изучению танцевального искусства;

- проявляют творческую активность, способствующую самореализации ребенка.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план 1 года обучения

N п/п	Раздел	Количество часов			Формы проведения занятия	Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практ.		
	Вводное занятие	**4**	**2**	**2**	Групповая	Тестирование, фиксация результатов
1.	**Ритмический танец**	**46**	**12**	**34**	Групповая	Наблюдение, фиксация результатов
1.1	Изучение и постановка ритмических танцев	14	4	10	Групповая	Опрос
1.2	Координация движений, спортивные упражнения	14	4	10	По подгруппам	Контрольное занятие
1.3	Танцевальные шаги, хореографические упражнения	18	4	14	Комбинированная	Беседа
2	**Партерная**	**16**	**3**	**13**		

	гимнастика					
2.1	Разминка на ковриках	16	3	13	Групповая	Соревнование
3	**Моторика**	**34**	**10**	**24**		
3.1	Пальчиковая гимнастика, игровой массаж, потешки, физкультминутки	10	3	7	Групповая	Игра
3.2	Пластика животных и растений	10	3	7	Фронтальная	Занятие взаимооценок
3.3	Творческие импровизации	14	4	10	По подгруппам	Тематическое путешествие
4	**Музыкально-подвижные игры**	**34**	**10**	**24**		
4.1	Музыкальные игры	14	4	10	Групповая	Соревнование
4.2	Подвижные игры	10	3	7	По подгруппам	Контрольное занятие
4.3	Игры - путешествия	10	3	7	Комбинированная	Соревнование
5	**Юное Дарование**	**10**	**2**	**8**		
5.1	Подготовка и участие в очных конкурсах и фестивалях	4	1	3	Групповая	Конкурс
5.2	Подготовка и участие в дистанционных конкурсах	6	1	5	Комбинированная	Конкурс
6	**Летний раздел**	**28**	**7**	**21**		
	Репетиционная работа	6	1	5	Комбинированная	Наблюдение, фиксация результатов
	Развитие физических данных	5	1	4	Комбинированная	Наблюдение, фиксация результатов
	Повторение танцев	**7**	1	6	Комбинированная	Наблюдение, фиксация результатов
	Актерское мастерство	5	3	2	Комбинированная	Беседа
	Игры на воображение	5	1	4	Комбинированная	Конкурс
	Всего часов:	**172**	**36**	**136**		

Содержание учебного плана 1 года обучения

Вводное занятие

Теория: Знакомство, анкетирование, собеседование, правила поведения и инструктаж по технике безопасности, содержание программы занятий.

Основы музыкальных ритмов. Основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм. Примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

Практика: знакомство с комплексом упражнений, составляющих разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика).

1. Ритмический танец

Образовательная задача**:** обучить самостоятельному выполнению ритмических танцев, привить навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества в работе над созданием сценического образа в танце.

Изучение и постановка ритмических танцев

Теория**:** Большое внимание на занятии уделяется осанке и умению красиво, легко, изящно двигаться в характере музыки. Для этого предназначаются ритмические упражнения, над которыми необходимо работать на каждом занятии. Весь комплекс упражнений разучивается не сразу, а постепенно, от занятия к занятию прибавляя упражнения. Занятие заканчивается игровыми или танцевальными упражнениями - после кропотливой напряженной работы происходит эмоциональная разрядка. Беседа о технике безопасности выполнения танцевальной композиции.

Практика: изучение и выполнение ритмических танцев, выполнение спортивных движений и упражнений в соединении с музыкальным текстом.

- хлопки в такт музыки («горошинки»), удары ногой в такт музыки, одновременные хлопки и удары ногой, отбивание музыкального ритма хлопками;
- ходьба, акцентированный марш по кругу, акцентированный марш одновременно с движениями рук вверх и вниз (образно-двигательные действия «солдатики»);
- построение в колонну, линию, круг, диагональ по инструкции, передвижение в сцеплении «гусеница» по ориентирам за педагогом; - построение врассыпную, бег врассыпную;
- построения и перестроения по ориентирам в пространстве различными танцевальными шагами по инструкции педагога;
- подъемы на носки, стойка руки на поясе и за спину, свободные плавные движения руками;
- сед ноги врозь, сед - ноги на месте, перекаты в положении лежа руки вверх в положении «бревно»;
- упор присев, упор лежа на согнутых руках, упор стоя на коленях, положение лежа;
- поднимание рук на вдохе, свободное опускание рук на выдохе, потряхивание кистей, упражнения на осанку в образно-двигательных действиях («лодочка», «палочка»);
- повороты направо и налево;
- вертикальное равновесие на одной ноге с различными движениями рук.
- изучение ритмических танцев: «Танец утят», «Ку-ку», «Найди, меня!», «Туки-тук», «Где же наши ручки?», «Танец сидя», «Кузнечик», «Я на

солнышке лежу», «Улыбка», «Чебурашка», «Большая стирка», «Школа ремонта», «Макарена», «Маленькая Катя», «Мы пойдем сначала вправо».

Танцевальные шаги и хореографические упражнения и движения

Теория**:** беседа о красоте танцевальных движений: выразительность, пластичность, грациозность и изящество. Беседа о технике безопасности выполнения упражнений и движений.

Практика**:** изучение и выполнение танцевальных шагов, движений и упражнений:

реверанс для девочек;

основные позиции ног: первая, вторая, третья и шестая;

основные позиции рук в классическом танце: подготовительная, первая, вторая, третья, перевод рук из одной позиции в другую;

шаг с натянутым носком, пружинные полуприседы, приставной шаг в сторону, шаг с небольшим подскоком, мягкий высокий шаг на носках (п/пальцы), приставной скрестный шаг в сторону. Комбинации из изученных танцевальных шагов;

выполнение упражнений с погремушками (махи вверх, вниз, в стороны);

выполнение хореографических движений с платочками;

простейшие хореографические упражнения и движения;

различие динамических оттенков в музыке: громко – тихо.

2.Партерная гимнастика

Образовательная задача**:** обучить комплексам ОРУ и терминологии упражнений и движений. Развить физические данные: мышечная сила, гибкость, ловкость и выносливость, что будет способствовать дальнейшему укреплению здоровья дошкольников.

Разминка на ковриках.

Теория: беседа о спорте: укрепление здоровья, развитие мышечной силы, гибкости и выносливости. Беседа о технике безопасности выполнения комплексов упражнений.

Практика: изучение и выполнение комплексов упражнений.

- упражнения для контроля и формирования осанки, упражнения для шеи и глаз;

- упражнения для рук: «Красим забор», «Зеркало», «Платок в воде», «Птица», «Волна», «Часы», «Фонарики», «Восьмерка», «Здравствуйте и до свидания», «Свеча», «Растяжки», «Марионетка»;

упражнения для плечевого пояса, упражнения для туловища;

- упражнения для голеностопных суставов и стоп;
- упражнения для развития выворотности, растяжки;
- упражнения для равновесия;
- бег на месте с различными движениями рук и ног;
- прыжки «соте» по 6 позиции и поочередно на одной ноге, прыжки с ноги на ногу, другую ногу сгибая наза

3. Моторика

Образовательная задача: обучить умению самостоятельного выполнения физкультминуток, пальчиковой гимнастики и игровых потешек. Привить

навыки творческой инициативы, познавательной активности и коммуникативного общения.

Пальчиковая гимнастика, игровой массаж, потешки и физкультминутки

Теория: беседа о значении мелкой моторики пальчиков и рук, заучивание текста.

Беседа о технике безопасности выполнения упражнений.

Практика**:** изучение и выполнение пальчиковой гимнастики, игрового массажа, потешек и физкультминуток.

- игра пальчиками: «Фонарики», «Игра на рояле», «Человечки», «Этот пальчик дедушка»;
- выполнение фигзанятие из пальчиков: «Круг», «Очки», «Домик», «Цепочка», «Лодочка», «Зайчик», «Апельсин», «Домик»;
- потешки: «Бабушкка кисель варила», «Тен-тень-потетень», «Сенечкино семечко», «Мы ногами топ-топ», «Знает наша речка»;
- игровой массаж: «Разотру ладошки сильно», «Пальчики на ножках», «Я в ладоши хлопаю», «Звонкие хлопошки», «Пальчики на ножках», «Массаж в образе животных», «Мышки», «Я мочалочку возьму»;
- физкультминутки: «Часики», «Канатоходцы», «Цапля», «Аист», «Курносики», «Котята», «Ежик», «Качели», «Массажист», «Замри», «У меня спина прямая», «Прыжки», «Потопаем».

Творческие импровизации

Теория: беседа о сказках, загадках и песенках. Беседа о технике безопасности проведения творческих импровизаций.

Практика: изучение и выполнение творческих импровизаций.

- творческая игра «Кто я?» (задания любой тематики по инструкции педагога);
- самостоятельные импровизации под любые детские песенки «Я танцую»;
- специальные задания любой тематики «Создай образ» - развитие пластической выразительности;
- творческая мастерская «Площадь танцев» - конкурс на лучшее исполнение ритмических танцев;
- «Вежливые слова» - отгадывание загадок.

Пластика морских животных и растений

Теория: беседа о морских животных и растениях. Беседа о технике безопасности выполнения упражнений.

Практика: изучение и выполнение комплекса пластических упражнений.

- изучение морских фигур: «Морская звезда», «Уж», «Червяк», «Водоросли», «Крокодил», «Морской конек», «Морской ветер», «Пингвин», «Дельфин», «Рыба - скат», «Рыба – меч», «Морской лев», «Ракушка», «Русалочка», «Медуза», «Кальмар», «Лягушка», «Мостик», «Лодочка», «Улитка», «Рыбка», «Кораблик», «Краб». Выполнение подвижной игры «Море волнуется».

4. Музыкально-подвижные игры

Образовательная задача**:** обучить эмоциональной отзывчивости на различные жанры музыки посредством образно-игровых действий и движений. Развить

мышление, воображение, находчивость и фантазию в творческих импровизациях.

Музыкальные игры

Теория**:** беседа о значении музыкальной игры, создании образов. Беседа о технике безопасности проведения музыкальных игр.

Практика**:** изучение и выполнение музыкальных игр.

- «Полет на ракете», «День-ночь», «Цапли и лягушки», «Автомобили», «Вороны и воробьи», «Совушка», «Птица без гнезда», «Я - пятнашка», «Шапочка», «Попрыгунчики – воробушки», «Найди предмет», «Делай как я, делай лучше меня, делай лучше всех!», «Великаны, человечки, карлики», «Музыкальные змейки», «Капканы», «Иголка, нитка, узелок», «Круг и кружочки».

Подвижные игры

Теория: беседа о значении подвижных игр, информаторах чувств: слух, зрение, обоняние, осязание, вкус. Беседа о технике безопасности проведения подвижных игр**.**

Практика**:** изучение и выполнение музыкальных игр.

- «У медведя во бору», «Съедобное – несъедобное», «Водяной», «Отгадай, чей голосок?», «Летает, не летает».

Игры – путешествия

Теория**:** беседа о значении игр – путешествий, о возможном проигрыше. Беседа о технике безопасности проведения игр - путешествий.

Практика**:** изучение и выполнение игр – путешествий, взаимодействие со сверстниками. «Спортивная», «Танцевальная», «Игровая», «Певческая», «Сказочная», «Интеллектуальная», «Зоологическая», «Морская», «Лесная», «Акробатическая».

5. Юное Дарование

Образовательная задача**:** Сконструировать уникальную и талантливую личность путем развития разносторонних интересов в творческой деятельности учащихся.

Дистанционные конкурсы

Теория**:** беседа о роли и значении конкурсов, фестивалей и концертов в нашей жизни. Беседа о технике безопасности во время проведения и участия в мероприятиях.

Практика**:** участие в конкурсно-творческой деятельности.

- участие в дистанционных конкурсах: «Рассударики», «Мои таланты», «Весеннее вдохновение», «Солнечный круг», «Мы

Очные конкурсы и фестивали

Теория**:** беседа о роли и значении конкурсов, фестивалей и концертов в нашей жизни. Беседа о технике безопасности во время проведения и участия в мероприятиях.

Практика**:** участие в конкурсно-творческой деятельности.

- участие в Муниципальном конкурсе «Одаренные дети - будущее России»;
- участие в Региональном фестивале «Танцевальный вихрь»;
- участие в Региональном фестивале «Пасха Красная».

Летний раздел

Репетиционная работа, повторение танцев.

Теория: Репетицию можно представить как сложный художественно-педагогический процесс, в основе которого лежит коллективная творческая деятельность, предполагающая определённый уровень подготовки участников.

Практика: Репетиция начинается с разминки. Обязательно планировать репетицию, в противном случае появится элемент стихийности, разбросанности, самотёка. Не следует репетировать один и тот же номер более 2-3 раз.

Развитие физических данных

Теория: беседа об образном исполнении движений.

Практика: экзерсис у станка для развития хореографических и физических данных у детей: выворотность в стопе, колене, бедре, высокий подъем, вытянутость колена и пальцев, величину шага, гибкость корпуса, силу ног, пластичность рук, высоту прыжка и апломб.

Актерское мастерство

Теория: обеспечить комфортную атмосферу для межличностного общения обучающихся. Метод «актерского тренинга». Его сущность состоит в том, что учащиеся упражняются в выполнении того или иного задания, и с помощью «муштры» вырабатывают соответствующие умения и навыки, а также развивают свое мышление.

Практика: Танцевально-образная импровизация. Дети копируют движения и повадки животных.

Основы пантомимы. Стена, неподвижная точка, борьба с воображаемым препятствием, шаг на месте, бег на месте, перетягивание каната, ползание по канату, движение вверх и вниз по ступеням лестницы, всадник, лыжник.

Этюды. Инсценировка миниатюр. «У забора сиротливо пригорюнилась крапива.»

Игры на воображение

Теория: Воображение – это фантазия. Оно открывает новый необычный взгляд на мир, обогащает жизненный опыт, питает творчество. Воображение ребенка развивается постепенно по мере приобретения им определенного опыта.Оосновная задача развивать не столько воображение школьника, сколько помочь ему проявить свою фантазию, ибо без этого невозможно творчество. Возбудителем творческой фантазии является музыка, она направляет творческую активность.

Практика: «Придумай танцевальную композицию». Под веселую мелодию придумать танцевальную композицию: я получила двойку; мне купили воздушный шар; я разбила вазу.

Игра «Росточек»

Зима. Росточек сидит в земле и ждет, когда придет весна. И вот она наступила. Росток пробивается из земли, вырастает стебель, потом по одномупоявляются листики, а затем бутон. Дальше цветочек распускается.

Цветет, иногда дует ветерок и он покачивается от его дуновения, а иногда прямо кружится от радости. Но вот и осень. Цветочек начинает увядать и возвращается в землю, чтобы снова прорасти весной.

Игра «Магазин игрушек»

Один ребенок – покупатель, остальные сами придумывают, какой игрушкой они будут, на вступление дети замирают, покупатель обходит каждую игрушку и заводит ключиком, игрушка оживает и начинает двигаться. В конце покупатель покупает понравившуюся ему игрушку, которая потом становится покупателем.

Планируемые результаты 1 года обучения:

Личностные: иметь навыки общей музыкальности, чувство ритма, выразительности, координации, свободы движений, пластичности и легкости тела при выполнении заданий по инструкции педагога.

Метапредметные: иметь представление о построении и перестроении в танцевальном классе (танцевальные рисунки), постановке композиционных рисунках в танцах.

Предметные: иметь навыки основных правил постановки корпуса, рук, ног и головы, выполнения упражнений и движений в комплексах ОРУ.

Учебный план 2 год обучения

N п/п	Название раздела	Количество часов			Формы проведения	Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика		
1.	**Вводное занятие**	**4**	**2**	**2**	Групповое	ТТТ
	Ритмический танец	**48**	**12**	**36**		
1.1	Изучение и постановка ритмических танцев	24	4	20	Групповая	Опрос
1.2	Координация движений, спортивные упражнения	12	4	8	По подгруппам	Контрольное занятие
1.3	Танцевальные шаги, хореографические упражнения и движения	12	4	8	Комбинированная	Беседа
2	**Партерная гимнастика**	**16**	**3**	**13**		
2.1	Разминка на ковриках.	16	3	13	Групповая	Соревнование
3	**Моторика**	**30**	**6**	**24**		
3.1	Пальчиковая гимнастика, игровой массаж, потешки,	10	2	8	Групповая	Игра

	физкультминутки					
3.2	Пластика животных и растений	10	2	8	Фронтальная	Занятие взаимооценок
3.3	Творческие импровизации	10	2	8	По подгруппам	Тематическое путешествие
4	**Музыкально-подвижные игры**	**30**	**6**	**24**		
4.1	Музыкальные игры	10	2	8	Групповая	Соревнование
4.2	Подвижные игры	10	2	8	По подгруппам	Контрольное занятие
4.3	Игры - путешествия	10	2	8	Комбинированная	Соревнование
5	**Юное Дарование**	**16**	**4**	**12**		
5.1	Подготовка и участие в очных конкурсах и фестивалях	8	2	6	Групповая	Конкурс
5.2	Подготовка и участие в дистанционных конкурсах	8	2	6	Комбинированная	Конкурс
6	**Летний раздел**	**28**	**7**	**21**		
6.1	Репетиционная работа	6	1	5	Комбинированная	Наблюдение, фиксация результатов
6.2	Равитие физических данных	5	1	4	Комбинированная	Наблюдение, фиксация результатов
6.3	Повторение танцев	**7**	1	6	Комбинированная	Наблюдение, фиксация результатов
6.4	Актерское мастерство	5	3	2	Комбинированная	Беседа
6.5	Игры на воображение	5	1	4	Комбинированная	Конкурс
	Всего часов:	**172**	**40**	**132**		

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Вводное занятие

Теория: Знакомство детей с программой занятий и программой выступлений. Беседы по технике безопасности в классе хореографии**.** Общая и спортивная этика. Правила поведения в коллективе. Правила поведения воспитанников на сцене и за кулисами.

Основы музыкальных ритмов. Даются основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм. Рассматриваются примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

Практика*:* Знакомство с комплексом упражнений, составляющих разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для

первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика).

1. Ритмический танец

Образовательная задача: обучить самостоятельному выполнению ритмических танцев, привить навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества в работе над созданием сценического образа в танце.

Изучение и постановка ритмических танцев

Теория: беседа о композиционной постановке танца, сценическом образе в танце. Беседа о технике безопасности выполнения танцевальной композиции.

Практика: изучение и выполнение ритмических танцев.

- изучение ритмических танцев: «Танец утят», «Ку-ку», «Найди, меня!», «Туки-тук», «Где же наши ручки?», «Танец сидя», «Кузнечик», «Я на солнышке лежу», «Улыбка», «Чебурашка», «Большая стирка», «Школа ремонта», «Макарена», «Маленькая Катя», «Мы пойдем сначала вправо».

Координация движений, спортивные упражнения

Теория: беседа о музыке, ритмическом рисунке, оттенках в музыке. Беседа о технике безопасности выполнения спортивных упражнений.

Практика: изучение и выполнение спортивных движений и упражнений в соединении с музыкальным текстом.

- хлопки в такт музыки («горошинки»), удары ногой в такт музыки, одновременные хлопки и удары ногой, отбивание музыкального ритма хлопками;
- ходьба, сидя на скамейке, акцентированный марш по кругу, акцентированный марш одновременно с движениями рук вверх и вниз (образно-двигательные действия «солдатики»);
- построение в колонну, линию, круг, диагональ по инструкции, передвижение в сцеплении «гусеница» по ориентирам за педагогом. Построение врассыпную, бег врассыпную;
- построения и перестроения по ориентирам в пространстве различными танцевальными шагами по инструкции педагога;
- подъемы на носки, стойка руки на поясе и за спину, свободные плавные движения руками;
- сед ноги врозь, сед - ноги на месте, перекаты в положении лежа руки вверх в положении «бревно»;
- упор присев, упор лежа на согнутых руках, упор стоя на коленях, положение лежа;
- поднимание рук на вдохе, свободное опускание рук на выдохе, потряхивание кистей, упражнения на осанку в образно-двигательных действиях («лодочка», «палочка»);
- повороты направо и налево;
- вертикальное равновесие на одной ноге с различными движениями рук

Танцевальные шаги и хореографические упражнения и движения

Теория: беседа о красоте танцевальных движений: выразительность, пластичность, грациозность и изящество. Беседа о технике безопасности выполнения упражнений и движений.
Практика: изучение и выполнение танцевальных шагов, движений и упражнений.
- реверанс для девочек;
- основные позиции ног: первая, вторая, третья и шестая;
- основные позиции рук в классическом танце: подготовительная, первая, вторая, третья, перевод рук из одной позиции в другую;
- шаг с натянутым носком, пружинные полуприседы, приставной шаг в сторону, шаг с небольшим подскоком, мягкий высокий шаг на носках (п/пальцы), приставной скрестный шаг в сторону. Комбинации из изученных танцевальных шагов;
- выполнение упражнений с погремушками (махи вверх, вниз, в стороны);
- выполнение хореографических движений с платочками;
-простейшие хореографические упражнения и движения;
- различие динамических оттенков в музыке: громко – тихо.

2. Партерная гимнастика

Образовательная задача**:** обучить комплексам ОРУ и терминологии упражнений и движений. Развить физические данные: мышечная сила, гибкость, ловкость и выносливость, что будет способствовать дальнейшему укреплению здоровья детей.
Разминка на ковриках.
Теория**:** беседа на тему «развитие физических данных детей средствами партерной гимнастики». Беседа о спорте: укрепление здоровья, развитие мышечной силы, гибкости и выносливости. Беседа о технике безопасности выполнения комплексов упражнений.
Практика: изучение и выполнение комплексов упражнений.
- упражнения для контроля и формирования осанки, упражнение «Черепаха», укрепляет мышцы спины, способствует развитию подвижности плечевого сустава.
- упражнения для развития подвижности стопы, для укрепления мышц голеностопного сустава- «вытянутый подъём», «сокращенная стопа».
- упражнение для развития координации движения, укрепление мышц спины и брюшного пресса -« Локоть-колено».
- упражнения для развития гибкости позвоночника,укрепления мышц спины, ног и брюшного пресса -стойка на лопатках «Березка», «Качалочка».
-упражнения для развития выворотности тазобедренного сустава - «Лягушка», «Коробочка».
- упражнения для развития гибкости, силы рук, координации - «Мостик». «Складочка», «Лотос», «Кошечка»
- упражнения для равновесия;
- упражнения для развития прыгучести, мягкости и высоты исполнения прыжка.

3.Моторика

Образовательная задача**:** обучить умению самостоятельного выполнения физкультминуток, пальчиковой гимнастики и игровых потешек. Привить навыки творческой инициативы, познавательной активности и коммуникативного общения.

Пальчиковая гимнастика, игровой массаж, потешки и физкультминутки

Теория: беседа о значении мелкой моторики пальчиков и рук, заучивание текста. Беседа о технике безопасности выполнения упражнений.

Практика: изучение и выполнение пальчиковой гимнастики, игрового массажа, потешек и физкультминуток.

-игра пальчиками: «Веселые матрешки», «Белка-продавец», «Зимняя прогулка», «В лесу», «Насекомые», «Морские животные»

-потешки: «Гномики», «Здравствуй,друг», «Кошка на окошке», «Крокодил», «Лягушки», «Обед», «Приглашение к путушествию».

- игровой массаж: «Мурка», «Зима», «Умная головка», «Мишка в лесу», «Сапожник», «Массаж в образе животных», «Кар на туче ночевал», «Божьи коровки»

- физкультминутки: «Козочка», «Веселый хоровод», «Поезд», «Листики», «Уточки», «Котята», «Выставка собак», «Ярмарка», «Руки», «Для чего ножки?», «Будем в армии служить», «Дело было вечером»

Пластика морских животных и растений

Теория: беседа о морских животных и растениях. Беседа о технике безопасности выполнения упражнений.

Практика**:** изучение и выполнение комплекса пластических упражнений.

-изучение морских фигур: «Морская звезда», «Уж», «Червяк», «Водоросли», «Крокодил», «Морской конек», «Морской ветер», «Пингвин», «Дельфин», «Рыба - скат», «Рыба – меч», «Морской лев», «Ракушка», «Русалочка», «Медуза», «Кальмар», «Лягушка», «Мостик», «Лодочка», «Улитка», «Рыбка», «Кораблик», «Краб». Выполнение подвижной игры «Море волнуется»

-физкультминутки: «Часики», «Канатоходцы», «Цапля», «Аист», «Курносики», «Котята», «Ежик», «Качели», «Массажист», «Замри», «У меня спина прямая», «Прыжки», «Потопаем».

Творческие импровизации

Теория**:** беседа о сказках, загадках и песенках. Беседа о технике безопасности проведения творческих импровизаций.

Практика**:** изучение и выполнение творческих импровизаций.

- творческая игра «Кто я?» (задания любой тематики по инструкции педагога);

- самостоятельные импровизации под любые детские песенки «Я танцую»;

специальные задания любой тематики «Создай образ» - развитие пластической выразительности;

- творческая мастерская «Площадь танцев» - конкурс на лучшее исполнение ритмических танцев;

- «Вежливые слова» - отгадывание загадок.

4. Музыкально-подвижные игры

Образовательная задача**:** обучить эмоциональной отзывчивости на различные жанры музыки посредством образно-игровых действий и движений. Развить мышление, воображение, находчивость и фантазию в творческих импровизациях.

Музыкальные игры

Теория**:** беседа о значении музыкальной игры, создании образов. Беседа о технике безопасности проведения музыкальных игр.

Практика**:** изучение и выполнение музыкальных игр.

- «Музыкальные салки», «Ручки- ножки, танцуйте», «Музыкальные змейки», «Парные круги», «Вальс цветов», «Танец розы», «Птица без гнезда», «Музыка для игрушки», «Воробышки», «Иголка, нитка, узелок», «Круг и кружочки».

Подвижные игры

Теория**:** беседа о значении подвижных игр, информаторах чувств: слух, зрение, обоняние, осязание, вкус. Беседа о технике безопасности проведения подвижных игр.

Практика**:** изучение и выполнение музыкальных игр.

- «Музыкальные стулья», «Пятнашки», «Гулливер и лилипут», «Отгадай, чей голосок?», «Маленькая фея», «Третий лишний на прогулке»

Игры – путешествия

Теория: беседа о значении игр – путешествий, о возможном проигрыше. Беседа о технике безопасности проведения игр - путешествий.

Практика**:** изучение и выполнение игр – путешествий, взаимодействие со сверстниками. «Спортивная», «Танцевальная», «Игровая», «Певческая», «Сказочная», «Интеллектуальная», «Зоологическая», «Морская», «Лесная», «Акробатическая».

5 Юное Дарование

Образовательная задача**:** Сконструировать уникальную и талантливую личность путем развития разносторонних интересов в воспитательной и творческой деятельности учащихся.

Дистанционные конкурсы

Теория: беседа о роли и значении конкурсов, фестивалей и концертов в нашей жизни. Беседа о технике безопасности во время проведения и участия в мероприятиях.

Практика: участие в конкурсно-творческой деятельности.

- участие в дистанционных конкурсах: «Рассударики», «Мои таланты», «Весеннее вдохновение», «Солнечный круг», «Мы можем», «Лира».

Очные конкурсы и фестивали

Теория: беседа о роли и значении конкурсов, фестивалей и концертов в нашей жизни. Беседа о технике безопасности во время проведения и участия в мероприятиях.

Практика:

- участие в конкурсно-творческой деятельности.
- участие в Муниципальном конкурсе «Одаренные дети - будущее России»;
- участие в Региональном фестивале «Танцевальный вихрь»;

- участие в Региональном фестивале «Пасха Красная».

Летний раздел

Репетиционная работа, повторение танцев.

Теория: Репетицию можно представить как сложный художественно-педагогический процесс, в основе которого лежит коллективная творческая деятельность, предполагающая определённый уровень подготовки участников.

Практика: Репетиция начинается с разминки. Обязательно планировать репетицию, в противном случае появится элемент стихийности, разбросанности, самотёка. Не следует репетировать один и тот же номер более 2-3 раз.

Развитие физических данных

Теория: беседа об образном исполнении движений.

Практика: экзерсис у станка для развития хореографических и физических данных у детей: выворотность в стопе, колене, бедре, высокий подъем, вытянутость колена и пальцев, величину шага, гибкость корпуса, силу ног, пластичность рук, высоту прыжка и апломб.

Актерское мастерство

Теория: обеспечить комфортную атмосферу для межличностного общения обучающихся. Метод «актерского тренинга». Его сущность состоит в том, что учащиеся упражняются в выполнении того или иного задания, и с помощью «муштры» вырабатывают соответствующие умения и навыки, а также развивают свое мышление.

Практика: Танцевально-образная импровизация. Дети копируют движения и повадки животных.

Основы пантомимы. Стена, неподвижная точка, борьба с воображаемым препятствием, шаг на месте, бег на месте, перетягивание каната, ползание по канату, движение вверх и вниз по ступеням лестницы, всадник, лыжник.

Этюды. Инсценировка

Игры на воображение

Теория: Необходимо предлагать малышам только те композиции, которые они смогут проанализировать, опираясь на свой небольшой жизненный опыт. Например, чтобы изобразить листочек или снежинку, ребенок должен ее хорошо представить в воображении. При этом необходимо поощрять непохожесть, оригинальность, поиск, комментируя действия детей.

Практика: Игра “Воображалки”. се стоят на местах и, закрыв глаза руками, представляют что спят. По хлопку педагога просыпаются и изображают то, что сказал педагог – самолеты, бабочка, машина.

Игра «Кот и мыши»

Жил в одном доме (старый, ленивый, ворчливый и т.д. – вариант зависит от вашей фантазии) кот, который любил поспать. А в подвале жили маленькие мышки, которые любили играть и бегать. Но кот не любил шума и всегда ловил мышек. По очереди под музыку танцуют то кот, то мыши, в зависимости от зверей меняется и музыка. Так как кот проснулся, то мышки

в этот момент превращаются в разных зверей и насекомых: птичек, зайчиков, бабочек.

Планируемые результаты 2 года обучения

Личностные**:** иметь навыки созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности.

Метапредметные: иметь представление о терминологии элементов и движений и спортивных упражнений.

Предметные: иметь представление о нестандартных упражнениях, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Количество учебных недель в 2022-2023 учебном году - 36

Продолжительность каникул - зимние - с 31.12.22 по 08.01.2023

Начало учебного года 1 сентября 2022 г.

Окончание учебного года 31 мая 2023г.

1 год обучения

Месяц	**Дата**	**Тема занятий**	**Форма проведения**	**Часы**	**Форма контроля**
Сентябрь	**2.09**	Вводное занятие	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	6.09	Ритмический танец	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	7.09	Изучение и постановка ритмических танцев	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	9.09	Координация движений, спортивные упражнения	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	13.09	Упражнения на внимательность	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	14.09	Танцевальные шаги, хореографические упражнения	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	16.09	Партерная гимнастика	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	20.09	Моторика	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	21.09	Пальчиковая гимнастика, игровой массаж, потешки, физкультминутки	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия

	23.09	Развитие координации,танцевальности	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	27.09	Развитие координации	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	28.09	Пластика животных и растений	Практические упражнения	2	Наблюдения,рефлексия
	30.09	Творческие импровизации	Практ.упраж	2	Наблюдения,рефлексия
Октябрь	**4.10**	Музыкально-подвижные игры	Теория Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	5.10	Строение человека	Теория. Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	7.10	Развитие физических данных	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	11.10	Разрабатываем суставы	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	12.10	Ритмика	Теория Практические упражнения	2	Тестирование, импровизация
	14.10	Тянем бедро	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	18.10	Музыкальные игры	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	19.10	Подвижные игры	Практические упражнения	2	Наблюдения,рефлексия
	21.10	Игры - путешествия	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	25.10	Танцевальная азбука	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	26.10	Работа над техникой исполнения движений	Практические упражнения	2	Наблюдения,рефлексия
	28.10	Ритмическая гимнастика	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
Ноябрь	**1.11**	Виды ходьбы в ритмике	Теория	2	Тестирование
	2.11	Танцевальные движения	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	4.11	«Свободный танец»	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	8.11	Работа над элементами классического танца	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	9.11	Движения на гибкость	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия

	11.11	Развитие физических данных	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	15.11	Постановочная работа	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	16.11	Движения на силу ног	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	18.11	Пресс	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	22.11	Ритмика	Теория Практические упражнения	2	Тестирование Наблюдения, рефлексия
	23.11	Балет, его становление	Теория	2	Тестирование
	25.11	Партерная гимнастика	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	29.11	Постановочная работа	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	30.11	Музыкальные игры		2	
Декабрь	**2.12**	Port-de-brass с правой руки	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	6.12	Port-de-brass с левой руки	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	7.12	Работа над техникой исполнения движений	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	9.12	Теория: синхронность	Практические упражнения	2	Тестирование
	13.12	Постановочная работа	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	14.12	Танцевальные движения	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	16.12	Ритмика	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	20.12	Репетиционная работа	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия

	21.12	Упражнения в движении	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	23.12	Постановочная работа	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	27.12	Заучивание, закрепление	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	28.12	Ритмика	Самостоятельная работа	2	Наблюдения, рефлексия
	30.12	Итоговое занятие	Самостоятельная работа	2	Зачет
Январь	**10.01**	Движения на силу ног	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	11.01	Развитие физических данных	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	13.01	Пальчиковая гимнастика, игровой массаж	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	17.01	Пластика животных и растений	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	18.01	Музыкальные игры	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	20.01	Работа над техникой исполнения движений	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	24.01	Port-de-brass с правой руки	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	25.01	Port-de-brass с левой руки	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	27.01	Движения на силу ног	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	31.01	Изучение и постановка ритмических танцев	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия

Февраль	**1.02**	Работа над техникой исполнения танцевальных элементов	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	3.02	Усложнение диагонали	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	7.02	Координация движений, спортивные упражнения	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	8.02	Танцевальные шаги, хореографические упражнения	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	14.02	Подвижные игры	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	15.02	Изучение и постановка ритмических танцев	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	17.02	Партерная гимнастика	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	21.02	Скользящие шаги в сторону	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	22.02	Скользящие шаги по диагонали	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	25.02	Развитие координации, танцевальности	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	28.02	Развитие координации	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
Март	**1.03**	Пластика животных и растений	Теория Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	3.03	Строение человека	Теория. Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	7.03	Развитие физических данных	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	10.03	Ритмика	Теория Практические упражнения	2	Тестирование, импровизация

	14.03	Тянем бедро	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	15.03	Подвижные игры	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	17.03	Постановочная работа	Практические упражнения	2	Наблюдения,рефлексия
	21.03	Музыкальные игры	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	22.03	Игры – путешествия	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	24.03	Работа над техникой исполнения движений	Практические упражнения	2	Наблюдения,рефлексия
	28.03	Ритмика	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	29.03	Партерная гимнастика	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	31.03	Подвижные игры	Практические упражнения	2	Наблюдения. рефлексия
Апрель	**4.04**	Классический танец	Теория	2	Тестирование
	5.04	Изучение боковой растяжки	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	7.04	«Свободный танец»	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	11.04	Работа над элементами классического танца	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	12.04	Движения на гибкость	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия

	14.04	Развитие физических данных	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	18.04	Постановочная работа	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	19.04	Движения на силу ног	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	21.04		Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	22.04	Ритмика	Теория Практические упражнения	2	Тестирование Наблюдения, рефлексия
	25.04	Балет, его становление	Теория	2	Тестирование
	26.04	Творческие импровизации	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	28.04	Постановочная работа	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
Май	**5.05**	Работа над техникой исполнения движений	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	12.05	Упражнения на внимательность	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	16.05	Творческие импровизации	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	17.05	Репетиционная работа	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	19.05	Моторика	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	23.05	Музыкально-подвижные игры	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия

	24.05	Танцевальные шаги, хореографические упражнения	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	26.05	Творческие импровизации	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	30.05	Работа над техникой исполнения танцевальных элементов	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	31.05	Итоговое занятие	Самостоятельная работа	2	Зачет
Июнь	**2.06**	Репетиционная работа	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	6.06	Работа над техникой исполнения движений	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	7.06	Ритмический танец	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	9.06	Движения на силу ног	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	13.06	Развитие физических данных	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	14.06	Игры на воображение	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	16.06	Актёрское мастерство	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	20.06	Танцевальные шаги	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	21.06	Равитие физических данных	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	23.06	Port-de-brass с правой руки	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	27.06	Port-de-brass с левой руки	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия

	28.06	Движения на силу ног	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
	30.06	Повторение танцев	Практические упражнения	2	Наблюдения, рефлексия
Итого				172	

2 год обучения

Месяц	Дата	Тема занятий	Форма проведения	Кол.час.	Форма контроля
Сентябрь	**1.09**	Вводное занятие, формирование групп	Практические упражнения Теория	2	Беседа, фиксация результатов
	5.09	Изучение и постановка ритмических танцев	Практические упражнения	2	Исполнение фиксация результатов
	8.09	Музыкальные игры	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	12.09	Хореографические упражнения и движения	Практические упражнения	2	фиксация результатов
	15.09	Воспитательно-познавательная деятельность	Практические упражнения	2	фиксация результатов
	19.09	Пластика животных и растений	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	22.09	Творческие импровизации	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	26.09	Заучивание номера	Практические упражнения	2	Наблюдение, фикс.результатов
	29.09	Танцевальная импровизация, развитие памяти	Практические упражнения	2	Наблюдение, фикс.результатов
Октябрь	**3.10**	Джаз-модерн танец	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	6.10	Отработка хореографического номера	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов

	10.10	Партерная гимнастика	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	13.10	Повторение номера	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	17.10	Координация движений, спортивные упражнения	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	20.10	Работа над эмоциональным аспектом	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	24.10	хореографические упражнения и движения	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	27.10	Закрепление номера	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	31.10	Танцевальная импровизация, Развитие памяти,	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
Ноябрь	**3.11**	Заучивание прыжков assamble,chagment,echappe б	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	7.11	Кросс в продвижение (оттяжка, hich cilk,pa de bure)	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	10.11	Заучивание прыжков assamble,chagment,echappe	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	14.11	Партерная гимнастика	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	17.11	Повторение танцевальных номеров	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	21.11	Танцевальная импровизация	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	24.11	Повторение танцевальных номеров	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов

	28.11	Джаз-модерн танец	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
Декабрь	**01.12**	Воспитательно-познавательная деятельность	Теория.Анкетирование, исполнение танцевальных комбинаций	2	Анкетирование, исполнение танцевальных комбинаций
	5.12	Повторение кросса в продвижение (оттяжка, hich cilk,pa de bure)	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	8.12	Постановочная работа	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	12.12	Игры - путешествия	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	15.12	Танцевальная импровизация	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	19.12	Повторение танцевальных номеров	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	22.12	Игровой массаж	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	26.12	Работа над эмоциональным аспектом	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	29.12	Подвижные игры	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
Январь	**12.01**	Развитие координации	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	16.01	Джаз-модерн танец	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	19.01	Танцевальные шаги,	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	23.01	Танцевальная импровизация	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов

	26.01	Повторение танцев	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	30.01	Промежуточная, итоговая аттестация	Анкетирование	2	Зачет
Февраль	**2.02**	Джаз-модерн танец	Практические упражнения	2	Исполнение фиксация результатов
	6.02	Подвижные игры	Практические упражнения	2	Исполнение фиксация результатов
	9.02	Развитие памяти, ориентирования в пространстве	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	13.02	Пластика животных и растений	Практические упражнения	2	фиксация результатов
	16.02	Танец.Разбор	Практические упражнения	2	фиксация результатов
	20.02	Танец. Постановочная работа	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	27.02	Заучивание номера	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
Март	**2.03**	Джаз-модерн танец	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	6.03	Отработка хореографического номера	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	9.03	Партерная гимнастика	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	13.03	Повторение номера	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	16.03	Творческие импровизации	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов

	20.03	Работа над эмоциональным аспектом	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	23.03	Пальчиковая гимнастика	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	27.03	Закрепление номера	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	30.03	Танцевальная импровизация	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
Апрель	**3.04**	Заучивание прыжков assamble,chagment,echappe	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	6.04	Кросс в продвижение (оттяжка, hich cilk,pa de bure)	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	10.04	Заучивание прыжков assamble,chagment,echappe	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	13.04	Партерная гимнастика	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	17.04	Повторение танцевальных номеров	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	20.04	Танцевальная импровизация	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	24.04	Повторение танцевальных номеров	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	27.04	Джаз-модерн танец	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
Май	**4.05**	Повторение кросса в продвижение (оттяжка, hich cilk,pa de bure)	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	8.05	Постановочная работа	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов

	11.05	Физкультминутки, потешки	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	15.05	Танцевальная импровизация	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	18.05	Повторение танцевальных номеров	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	22.05	хореографические упражнения и движения	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	25.05	Работа над эмоциональным аспектом	Практические упражнения	2	Наблюдение, фикс.результатов
	29.05	Партерная гимнастика	Практические упражнения	2	Наблюдение, фикс.результатов
Июнь	**1.06**	Развитие координации и памяти	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	5.06	Репетиционная работа	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	8.06	Равитие физических данных	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	15.06	Актерское мастерство	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	19.06	Игры на воображение	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	22.06	Танцевальная импровизация	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	26.06	Повторение танцев	Практические упражнения	2	Наблюдение, фиксация результатов
	29.06	Промежуточная, итоговая аттестация	Анкетирование	2	Зачет
Итого				172	

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение:
Для проведения теоретической части занятий необходим кабинет, оснащенный учебной доской и рабочими столами для ведения конспекта.
Для проведения практической части занятий необходим кабинет - класс хореографии (общей площадью не менее 80 кв.м.), оснащенный зеркалами, тренировочными станками. Необходим компьютер, магнитофон, видеомагнитофон; аудио – центр, коврики для занятий партерной гимнастикой, музыкальный центр, мультимедийное оборудование для изучения теоретического материала, сценические костюмы, игровой, танцевальный реквизит.
Информационное обеспечение: обеспечить учащимся качественные, разносторонние знания в различных образовательных областях, заложить фундамент целостного видения мира во всем его многообразии, а также дать возможность детям приобрести новый социальный опыт, способствовать жизненному самоопределению, воспитанию творчески развитой, самостоятельно думающей личности. Важно именно в младшем школьном возрасте привить ребенку любовь к движению, к танцу, поскольку раннее приобщение детей к искусству создает необходимые условия для гармоничного развития личности, раннее творческое самовыражение способствует сохранению и развитию творческих импульсов.
Кадровое обеспечение: программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий высшее педагогическое образование, владеющий современными образовательными технологиями и методиками, обладающий специальными личностными качествами и профессиональными компетенциями, необходимыми для осуществления учебно-воспитательной деятельности.

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ

Для отслеживания результатов освоения программы используется текущий контроль**,** который осуществляется для выявления уровня освоения материала в форме собеседования и просмотра творческих заданий.
Формами отслеживания и фиксации образовательных результатов при проведении текущего контроля универсальных учебных действий являются:
-журнал посещаемости творческого объединения;
-участие обучающихся в мероприятиях учреждения;
-отзывы родителей о работе творческого объединения.
Формами предъявления и демонстрации образовательных результатов программы являются:
-творческие работы (танцы), созданные учащимися за время освоения образовательной программы;
-участие в ученических конкурсах танцевального творчества на уровне учреждения и муниципалитета.
В рамках данной программы совершается ведение рейтингов двух типов:
Конкурсный (соревновательный) рейтинг.
Освещается в открытой форме; результаты оглашаются публично;

свидетельствует о групповой динамике; возможен индивидуальный зачёт в рамках конкурсных процедур; предполагает победителей, проигравших, награды и поощрения.

Содержательный (знаниевый / компетентностей) индивидуальный рейтинг.

Доступен только педагогическому коллективу и ребёнку, в отношении которого он формируется; результаты не придаются публичной огласке, а предоставляются лично каждому ребёнку; свидетельствует о продвижении каждого конкретного ребёнка в уровнях освоения программы; предполагает оценку на основании тех заданий и испытаний, которые имеют непосредственное отношение к содержательно-тематическому направлению программы; может частично формироваться из результатов предыдущего типа рейтинга. Вне зависимости от того, на каком уровне находится участник программы изначально, он должен иметь возможность получить доступ к заданиям любого уровня и осуществить пробу его решения. Решения таких заданий могут производиться как в очной, так и в заочном форматах. Образовательная программа должна предусматривать процедуры перехода учеников между разными уровнями. В свою очередь, ученик должен иметь право запросить проведение такой процедуры в любой момент, когда он произведёт самооценку готовности к переходу. Такие процедуры также должны проводиться планово, через организацию рубежного контроля.

Оценка качества реализации программы включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию учащихся.

Систематический контроль (по итогам занятия) осуществляется для выявления уровня освоения материала, при этом объектом контроля являются: правильность исполнения, техничность, активность, уровень физической нагрузки, формами контроля являются: просмотр, анализ выполненного задания и самоконтроль, опрос по терминам. Текущий контроль успеваемости учащихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Периодический контроль проводиться по окончанию темы, здесь решается такая же задача - проверить, как освоена тема, внимание обращается, кроме правильности исполнения, техничности, активности, уровня физической нагрузки еще и на знания теоретической и практической части. Анализ усвоения теоретического и практического материала вслух проговаривается педагогом воспитаннику. Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных занятий, зачетов.

Итоговой годовой контроль проходит в конце учебного года (май) служит для выявления уровня освоения учащимися программы за год, изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения. Практический зачет проходит в форме конкурса. В ходе итогового годового контроля оценивается: правильность исполнения; техничность; активность; знание теоретической и практической части; творческий подход, артистичность.

Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: контрольных занятий, зачетах, концертах, конкурсах, просмотрах к ним.

Контрольные занятия, зачеты и экзамены могут проходить в виде просмотров концертных номеров. Контрольные занятия и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Экзамены проводятся за пределами аудиторных учебных занятий. Итоговая (выпускная) аттестация проводится в форме выпускного экзамена. По итогам выпускного экзамена выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Оценочные материалы - пакет диагностических методик, позволяющих определить достижение учащимися планируемых результатов.

Поскольку образовательная деятельность предполагает не только обучение детей определенным знаниям, умениям и навыкам, но и развитие многообразных личностных качеств обучающегося, о ее результатах необходимо судить по двум группам показателей:

1. Учебным, фиксирующие предметные и метапредметные знания, навыки, приобретенные в процессе освоения программы (Приложение №1)
2. Личностным, выражающим изменения личностных качеств под влиянием занятий в объединении (Приложение № 2)

Педагогическая диагностика предполагает: процесс анализа результатов исследования личности и выдачи рекомендаций для регулирования и коррекции его деятельности, межличностных отношений, когда важен не только сам результат, но и динамика его изменения. Баллы выставляются в разработанные единые диагностические карты (Таблица 4) социальной активности, творческих достижений и определения уровня воспитанности обучающихся по окончании каждого периода обучения, т.е. по полугодиям, к окончанию которых обычно «привязывается» прохождение основных тем, проведение внутренних или иных мероприятий и т.д. По итогам учебного года данные диагностические карты дают достаточно объективную информацию о достигнутых результатах и могут служить основанием для взаимодействия внешней обратной связи (контроль педагога) и внутренней (самоконтроль обучающихся).

С помощью мониторинга педагог анализирует учебный процесс и определяет результаты обучения. Здесь выявляются индивидуальные данные каждого учащегося для того, чтобы понять его самого и приспособить учебные методы к его индивидуальным особенностям.

Программа оценивается как результативная и эффективная если:

В конце 1 года обучения 50% учащихся имеют отличный балл, в конце 2 года обучения 80% учащихся имеют отличный балл.

Наблюдается устойчивый интерес к занятиям, который отслеживается по табелю посещаемости.

Наблюдается стабильность состава занимающихся (по результатам внутреннего мониторинга сохранности контингента обучающихся);

Этапы педагогического контроля в хореографическом коллективе

Сроки, проверяемые знания и умения, форма проверки на первом году обучения

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

В данной программе представлены следующие направления: хореография, ритмика, партерная гимнастика.

При реализации программы используется следующие *методы обучения:*

-игровой метод. Основным методом обучения хореографии детей является игра, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

-метод аналогий**.** В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

- словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

-практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

-наглядный метод – выразительный показ движений под счет, с музыкой. Показ детям видеофрагментов выступлений танцевальных коллективов.

-репродуктивный (воспроизводящий);

-проблемно-поисковый (индивидуальный или коллективный способ решения проблемы, поставленной перед учащимися);

-творческий.

При реализации программы используется следующие *методы воспитания:*

-мотивация (создание желания заниматься определенным видом деятельности);

-стимулирование (создание ситуации успеха.

На занятиях 2 раза в год (сентябрь-октябрь, январь-февраль) проводятся инструктажи по технике безопасности. Учитывая направление деятельности, в течение всего учебного года практическая часть занятия включает в себя изучение (повторение) правил по охране труда и технике безопасности с обучающимися (см. папку с инструкциями).

Освоение программы предполагает постепенность в овладении лексикой и техническими приемами, систематичность и регулярность занятий, целенаправленность учебного процесса, связь с такими жанрами искусства, как музыка, литература, живопись.

Структура занятия: Первая часть занятия (подготовительная):

- вход учащихся в танцевальный зал;
- построение учащихся в несколько линий, колонн;
- поклон педагогу и концертмейстеру;

-разминка.
Вторая часть занятия (основная):
- изучение ритмического материала, тренировочных вспомогательных упражнений, элементов хореографической азбуки;
- работа над этюдами.
- ритмические этюды.
Повторение пройденного материала:
ориентация в пространстве;
-повторение элементарных движений танцевальной азбуки
Гимнастические упражнения на ковриках:
Повторение пройденных упражнений.
Разучивание новых элементов.
Упражнения для развития стоп, выворотности и гибкости.
Третья часть занятия (заключительная):
- закрепление ритмического материала;
- закрепление изученных гимнастических упражнений;
поклон педагогу и концертмейстеру;
- выход из зала.

Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль.

В процессе занятий хореографией применяются самые разнообразные и редко встречающиеся в жизненной и трудовой практике упражнения. Они состоят из сложных двигательных действий, а их выполнение связано со специфическими условиями, которые требуют от занимающихся высокой степени технического совершенства, развития двигательных способностей и психологической подготовки.

На занятиях по хореографии необходимо особенно строго соблюдать меры предосторожности, так как при выполнении многих упражнений возможны различные травмы.

При выполнении физических упражнений нужно создать следующие гигиенические условия: надеть легкую свободную одежду, убрать и проветрить помещение, принять меры по предупреждению травм, заботиться о чистоте кожи.

Закаливание. Основными принципами закаливания являются:

1. систематическое и последовательное проведение закаливающих процедур (ежедневно и без перерывов);
2. постепенное увеличение интенсивности закаливающих процедур;
3. проведение закаливающих процедур с учетом состояния здоровья ребенка;
4. учет индивидуальных особенностей ребенка, недопустимость проведения процедур при отрицательном эмоциональном отношении к ним ребенка;
5. возобновление закаливающих процедур после перерывов следует начинать с тех степеней воздействия, которые были вначале закаливания, но с более быстрым их нарастанием.

Прохождение медицинских осмотров рекомендуется 1 раз в год.

Воспитание

Основой воспитательного процесса в ДЮЦ «Восхождение» является национальный воспитательный идеал — это высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей страны, укоренённый в духовных и культурных традициях многонационального народа Российской Федерации.

Исходя из воспитательного идеала, а также основываясь на базовых для нашего общества ценностях (таких как семья, труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек) и специфики дополнительного образования, цель воспитания в ДЮЦ «Восхождение» заключается в личностном развитии учащихся.

Образовательный процесс в детском объединении «Альфа» предполагает активное освоение компетенций по направленности программы, а также воспитание обучающихся.

Воспитательная деятельность осуществляется по основным направлениям воспитания:

– гражданское воспитание;
– патриотическое воспитание;
– духовно-нравственное воспитание;
– эстетическое воспитание;
– физическое воспитание, формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия;
– трудовое воспитание;
– экологическое воспитание;
– ценности научного познания.

Воспитательная деятельность педагога осуществляется в рамках содержания программы на занятиях в детском объединении. А также на мероприятиях, проводимых в детском объединении и центре. В число организационных форм воспитания входят конкурсы, концерты, выставки, игровые программы, квесты, проекты, творческие встречи, тематические встречи поколений, фестивали, воспитательные события, посвящённые памятным датам.

Особенностью воспитательной работы является вовлеченность в нее социальных партнеров (родителей и других сетевых партнеров). Обучающиеся и их родители включены в совместную деятельность – социальную, волонтерскую, оздоровительную и досуговую.

Педагог в своей работе ориентируется осуществляется на основе аксиологического, антропологического, культурно-исторического, системно-деятельностного, личностно-ориентированного подходов и с учётом принципов воспитания: гуманистической направленности воспитания, совместной деятельности детей и взрослых, следования нравственному примеру, безопасной жизнедеятельности, инклюзивности, природосообразности.

Результатом воспитательного процесса в детском объединении является получение каждым обучающимся необходимых социальных навыков,

которые помогут ему ориентироваться в мире человеческих взаимоотношений, эффективнее налаживать коммуникацию с окружающим миром, продуктивнее взаимодействовать с людьми разных возрастов и разного социального положения, искать и находить выходы из трудных жизненных ситуаций, осмысленнее выбирать свой жизненный путь для себя и окружающих его людей.

План воспитательной работы в детском объединении представлен в приложении №2.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

использованной педагогом

1. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015г. №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

2. .Коренева, Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли для детей дошкольного и младшего школьного возраста. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Т. Ф Корнеева .- М: ВЛАДОС 2015.– 136с,149 с. ; 28см. – 10 000 экз. 1,2 часть.

3. Смирнова, М.В. Классический танец [Текст]: книга для учителей /М.В. Смирнова. – М., 2014;. – 230с. ; 21 см. – 1000 экз.

4. Бурмистрова, И., Силаева К. Школа танца для юных. [Текст]: учеб.- метод. пособие / И. Бурмистрова , К.Силаева.– Москва: Искусство, 2016г.- 210с.; 21 см. – 1000 экз.

5. Козлов, В.В. Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования: Акробатика. [Текст]: учеб.- метод. пособие /

6. Миллер, Э., Блэкмэн, К. Упражнения на растяжку. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Э. Миллер , К. Блэкмэн - М: Москва, 2016.– 100. ; 21 см. – 2 000 экз.

7. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. [Текст]: учеб.- метод. пособие / М.А. Михайлова, Н. В. Воронина - М: Ярославль, 2017.– 340с. ; 21 см. – 2000 экз.

8. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28 августа 2015 г. №АК-2563/05 «Методические рекомендации по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ».

9. Письмо Минпросвещения Российской Федерации от 29 сентября 2023 г. №АБ-3935/06 «Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного обучения детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число ведущих десяти стран мира по качеству

общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны».
10. «Примерные требования к программам дополнительного образования детей» [Текст] / приложение к письму Министерства образования РФ.- Дополнительное образование.- №3/07 С. 5-7.
11. «Содержание, структура и оформление программ дополнительного образования детей» [Текст] / Приложение к письму Министерства образования РФ от 11.12.06 №06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»/Нормативные документы образовательного учреждения.- №3.- 2008.- С.39-42.
12. Энциклопедия психологических тестов [Текст] / под ред. В. Хохликова. – М.: ТЕРРА – Книжный клуб, 2014. – 360 с.
13. Овчинникова Е.Г. Разработка учебных программ в учреждениях дополнительного образования [Текст]: методическое пособие / Е.Г. Овчинникова.-Кемерово: типография Кемеровского облИУ, 2015-63с,21 см.- 300 экз. 124
14. Пуртова, Т.В., Учите детей танцевать [Текст]: учеб.- метод. пособие / Т.В. Пуртова; - М.: ВЛАДОС, 2013. – 234 с. 24 см. – 3000 экз.
15. Барышникова, Т.А, Азбука хореографии [Текст]: учеб.- метод. пособие / Т.А. Барышникова.– Санкт-Петербург: ВЛАДОС, 2013. – 128с., 21 см. – 2000 экз.

рекомендованный коллегам

Учебники ведущих мировых специалистов по европейским танцам: - Imperial Society of Teachers of Dancing "The Ballroom Technique", England (Имперское общество учителей танцев, Англия «Техника европейских танцев»), - Imperial Society of Teachers of Dancing "The revised technique of Ballroom dancing", England (Имперское общество учителей танцев, Англия «Пересмотренная техника европейских танцев»), -Alex Moore , England "Ballroom dancing" (Алекс Мур, Англия «Европейские танцы»), - Guy Howard "Technique of Ballroom dancing", England - (Гай Говард «Техника европейских танцев», Англия).

рекомендованный учащимся

1.Коренева, Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли для детей дошкольного и младшего школьного возраста. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Т. Ф Корнеева .- М: ВЛАДОС 2015.– 136с,149 с. ; 28см. – 10 000 экз. 1,2 часть.
2.Миллер, Э., Блэкмэн, К. Упражнения на растяжку. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Э. Миллер , К. Блэкмэн - М: Москва, 2016.– 100. ; 21 см. – 2 000 экз.
3.Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. [Текст]: учеб.- метод. пособие / М.А. Михайлова, Н. В. Воронина - М: Ярославль, 2017.– 340с. ; 21 см. – 2000 экз.
4.Попова Е. Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. [Текст]: книга для учителей / Е. Г. Попова - М: Искусство, 2017.– 240с. ; 21 см. – 1000 экз.

рекомендованный родителям

1.Барышникова, Т.А, Азбука хореографии [Текст]: учеб.- метод. посо бие /Т.А. Барышникова.– Санкт-Петербург: ВЛАДОС, 2013. – 128с., 21 см. – 2000 экз. 125.
2.Васильева, Т.К. Секрет танца. [Текст]: учеб.- метод. пособие /Т.К.Васильева. – СанктПетербург: Диамант, 2016– 180с. ; 21 см. – 1000 экз.
3.Бурмистрова, И., Силаева К. Школа танца для юных. [Текст]: учеб.- метод. пособие / И. Бурмистрова , К.Силаева.– Москва: Искусство, 2016г.- 210с.; 21 см. – 1000 экз.
4.Козлов, В.В. Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования: Акробатика. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Козлов В.В. – М.: ВЛАДОС 2013.- 64 с.; 21 см. – 10 000 экз.

электронные-ресурсы

1. Буйлова Л. Н. Современные подходы к разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ // Молодой ученый. — 2015. — №15. — С. 567-572.
2. www.horeograf.com. Сайт посвящен хореографам и танцорам.
3. http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html. Методические и дидактические разработки по хореографии.
4. http://horeograf.ucoz.ru/blog. Музыка для танцев, развивающие игры для детей,гимнастика в стихах, методические пособия для педагога – хореографа.
5.http://purpeulybka.ucoz.ru/load/velikie_tancory_khoreografy_i_baletmejstery_komplekt_plakatov/ Великие танцоры, хореографы и балетмейстеры
6. http://www.gallery.balletmusic.ru - Танец от древнейших времен до наших дней: виртуальная галерея 9. http://www.balletmusic.ru -Balletmusic: Балетная и танцевальная музыка
7.http://www.horeograf.com(все для хореографии и танцоров);
8. http://sov-dance.ru/ - Национальная Академия Современной хореографии
9. http://www.ballet.classical.ru/- Маленькая балетная энциклопедия

Приложение №1

Мониторинг результатов обучения ребенка по дополнительной общеобразовательной программе

Показатели оцениваемые	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное количество баллов	Методы диагностики
Теоретическая подготовка обучающихся				
Теоретические знания по основным разделам тематического плана программы	Соответствие теоретических знаний учащегося программным требованиям	-низкий уровень (учащийся овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой); -средний уровень (объем усвоения знаний составляет более ½); -высокий уровень (учащийся освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период)	1-4 5-8 9-10	Наблюдение, тестирование (в т.ч. компьютерное), контрольный опрос, викторины, кроссворды, терминологический диктант
Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	-низкий уровень (учащийся, как правило, избегает употребления специальной терминологии); -средний уровень (учащийся сочетает специальную терминологию в бытовой); -высокий уровень (специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием)	1-4 5-8 9-10	Собеседование, наблюдение
Практическая подготовка обучающихся				
Практические умения и навыки, предусмотренные программой	Соответствие практических учений и навыков учащегося программным требованиям	-низкий уровень (учащийся овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой);	1-4 5-8 9-10	Творческий экзамен в форме открытого занятия

(по основным разделам учебно-тематического плана)		-средний уровень (объем усвоения знаний составляет более ½); -высокий уровень (учащийся освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период)		
Творческие навыки	Креативность выполнения заданий. Уровень исполнительского мастерства (чистота исполнения, синхронность); художественная выразительность	низкий уровень (обучающийся в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания; допускает грубые ошибки в исполнении изученных танцевальных композиций, неумение анализировать и исправлять допущенные ошибки) средний уровень, (выполняет практические задания на уровне образца, допускает некоторую неточность, небрежность, незначительные ошибки) высокий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества; знает особенности взаимодействия с партнерами на сцене владеет навыками музыкально-пластического интонирования; умеет без ошибок исполнять изученные танцы)	1-4 5-8 9-10	Творческий экзамен в форме открытого занятия, участие в конкурсах фестивалях
Метапредметные результаты				

Сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства	Умения наблюдать за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивать их; выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.);	низкий уровень (обучающийся не различает предлагаемые для анализа произведения, или не может обосновать свой выбор суждением, лексический запас минимален) средний уровень (правильно оценивает предлагаемые произведения, но не может обосновать свой выбор развернутым суждением, лексический запас, средний; высокий уровень (правильно оценивает предлагаемые произведения, обосновывает свой выбор развернутым суждением, правильно использует лексический материал, правильно трактует сюжетную линию танца; произведение живописи и др.)	1-4 5-8 9-10	Наблюдение, анкетирование, устные и письменные задания
Работа с разными источниками информации, стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию	Самостоятельность в подборе и анализе литературы, пользовании компьютерными источниками информации, в учебно-исследовательской работе	низкий уровень (обучающийся испытывает серьезные затруднения в работе с литературой, компьютерными источниками, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога)	1-4 5-8 9-10	Наблюдение, анкетирование, Самосто-ятельная проектно-исследовательская деятельность

		средний уровень (самостоятельно работает с литературой, компьютерными источниками; учебное исследование, проект осуществляет с помощью педагога или родителей) высокий уровень (самостоятельно работает с литературой, компьютерными источниками, не испытывает трудностей при разработке учебных проектов, презентации результатов своего труда)		
Личностные результаты				
Художественно-эстетический вкус, проявляющийся в эмоционально-ценностном отношении к искусству	Умения высказывать личностно-оценочные суждения о роли искусства в жизни	низкий уровень (оценка ограничивается словами: "нравится", "не нравится") средний уровень (замечает наиболее яркие, интересные моменты и строит на этом свои суждения и оценки) высокий уровень (оценки и суждения отличаются самостоятельность ю, образностью, оригинальностью языка)	1-4 5-8 9-10	Наблюдение
Анализ и рефлексия	Способность оценивать себя адекватно	-постоянно завышенная/заниженная самооценка -периодически	1-4 5-8 9-10	Анкетирование метод незаконченног

	реальным достижениям	завышенная/заниженная самооценка -адекватная самооценка		о предложения
Интерес к занятиям в детском объединении	Осознанное участие ребенка в освоении образовательной программы	низкий уровень (интерес к занятиям продиктован ребенку извне) средний уровень (интерес периодически поддерживается самим ребенком) высокий уровень (интерес постоянно поддерживается самим ребенком)	1-4 5-8 9-10	Анкетирование, наблюдение, метод незаконченного предложения

Приложение №2

Изменения личностных качеств под влиянием занятий в объединении

Ф. И. О. обучающегося	**I. Теоретическая подготовка ребенка**		**II. Практическая подготовка ребенка**			**III. Обще учебные умения и навыки ребенка**				
	1.1. Теоретические знания (по основным разделам учебного плана)	1.2. Владение специальной терминологией	2.1. Классический танец	2.2. Народный танец	2.3. Современный танец	3.1. Умение слушать и слышать педагога	3.2. Умение выступать перед аудиторией, на сцене	3.3. Навыки соблюде-ния в процессе деятельности правил безопасности	3.2. Умение выступать перед аудиторией, на сцене	3.3. Навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности

Приложение №3

Диагностическая карта динамики развития музыкально – ритмических способностей обучающихся
Входная диагностика

№	Фамилия, имя	Уровень низкий	Уровень средний	Уровень высокий
		До 20 %	От 21 - 50%	От 51 и выше %
1.	Артистизм			
2.	Выворотность			
3.	Гибкость			
4.	Исполнение в ансамбле			
5.	Координация			
6.	Прыжок			
7.	Растяжка			
8.	Ориентация в пространстве			
9.	Осанка			
10.	Чувство ритма			

От 0% - 20% - неполная согласованность в движениях, упражнения выполняются не в полном объёме, с ошибками, не хватка развития физических данных, нарушена скоординированность движений;

От 21 - 50% - среднее развитие физических данных, допускается 3, 4 ошибки при исполнении упражнений, нарушается амплитуда движений;

От 51 % и выше - полная и правильная техника овладения пластикой и динамикой движений, их полная скоординированность.

Наблюдение по уровню активности педагог проводит каждый занятие. Итог в карте наблюдений подводится в начале и в конце учебного года.

Критерии оценки на зачетном занятиее, контрольном занятиее или экзамене выставляется оценка по десятибалльной шкале.

10 Баллов – упражнение выполнено полностью, безошибочно (параграф 1), самостоятельно, музыкально, эмоционально, в характере, стиле и манере исполнения в полном объеме.

9 Баллов – упражнение выполнено полностью, безошибочно, самостоятельно, эмоционально, в характере исполнения в полном объеме.

8 Баллов – задание выполнено полностью, учебные действия, однако не носят осмысленный полностью и уверенный характер, требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка, есть небольшие погрешности, есть 1 ошибка. Упражнение выполнено эмоционально, в характере, стиле и манере исполнения стиля.

7 Баллов – задание выполнено полностью, учебные действия, однако не носят осмысленный полностью и уверенный характер, требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка, есть 2 ошибки и небольшие погрешности в выполнении движений или постановки корпуса. Упражнение выполнено эмоционально, в характере, стиле и манере стиля.

6 Баллов – задание выполнено, но допущены грубейшие ошибки (не более 3х) в выполнении движений и комбинации, в постановке корпуса допущены ошибки. Упражнение выполнено в характере, стиле и манере исполнения стиля. Выполняются отдельные учебные действия и умения, последовательность действий при выполнении заданий хаотична, учебные действия при выполнении комбинаций в целом плохо осознаны, большинство заданий могут выполнить с помощью учителя.
5 Баллов – задание выполнено частично. Учебные действия, однако, не носят осмысленный полностью и уверенный характер, требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка. Постановка корпуса не верная, допущено более 4х ошибок. Обучающийся старается выполнить комбинацию в характере и манере стиля. Выявляются затруднения при выполнении отдельных тренировочных движений.
4 Балла – задание выполнено частично. Учебные действия, однако, не носят осмысленный полностью и уверенный характер, требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка. Постановка корпуса не верная, допущено более 5 ошибок. Обучающийся исполняет комбинацию не в характере, без стиля и манеры стиля.
3 Балла – задание выполнено частично. Учебные действия, однако, не носят осмысленный полностью и уверенный характер, требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка. Постановка корпуса не верная, допущено более 6 ошибок.
2 Балла – задание выполнено частично, при выполнении допущено более 6 ошибок.
1 Балл – задание не выполнено. Нет четкости в исполнении позы, не знает позиции рук, ног.
Критерии оценивания теоретических знаний:
Высокий уровень – обучающийся знает изученный материал. Может дать развернутый, логически выдержанный ответ, демонстрирующий полное владение материалом. Понимает место излагаемого материала в общей системе изучаемого предмета. Свободно оперирует терминами, может их объяснить. Может объяснить порядок действий на уровне причинно-следственных связей. Понимает значение и смысл своих действий.
Средний уровень – обучающийся знает изученный материал, но для полного раскрытий темы требуются дополнительные вопросы. Взаимосвязь материала с другими разделами изучаемого предмета находит с помощью педагога, но комментирует самостоятельно. Знает термины, но употребляет их недостаточно. Может объяснить порядок действий, но совершает незначительнее ошибки при объяснении теоретической базы своих действий.
Низкий уровень – обучающийся фрагментарно знает изученный материал. Изложение материала сбивчивое, требующее корректировки наводящими вопросами. Не может самостоятельно встроить материал темы в общую систему полученных знаний, требуется значительная помощь педагога
Критерии оценивания практических навыков и умений:

Высокий уровень – обучающийся умеет самостоятельно подготовиться к выполнению предстоящей задачи. Последовательность действий отработана. Порядок действия выполняется аккуратно; тщательно; в оптимальном временном режиме. Видна нацеленность на конечный результат. Результат не требует исправлений.

Средний уровень – обучающийся умеет самостоятельно подготовиться к выполнению предстоящей задачи, но не учитывает всех нюансов ее выполнения. Для активизации памяти самостоятельно используются алгоритмические подсказки. Порядок действия выполняется аккуратно, видна нацеленность на конечный результат. Результат требует незначительной корректировки.

Низкий уровень – Подготовительные действия носят сумбурный характер, недостаточно эффективны или имеют ряд упущений, но в целом направлены на предстоящую деятельность. Порядок действий напоминается педагогом. Порядок действий выполняется аккуратно, но нацелено на промежуточный результат. Результат в целом получен, но требует серьезной доработки.

Критерии оценивания личностных качеств:

Высокий уровень – сформированность гражданской и этнокультурной идентичности выражается – «я знаю», «я люблю», «я ценю и уважаю», «я делаю (готов сделать)»; так же выражаются на когнитивном, эмоциональном и деятельностном уровнях:

сформированность гуманистических и демократических ценностных ориентаций,

навыков адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире, личностного смысла в учении и непрерывном образовании, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;

сформированность эстетических потребностей, ценностей и чувств, потребности к творческому труду, установки на безопасный и здоровый образ жизни.

Средний уровень – имеются представления о гражданской и этнокультурной идентичности, гуманистических и демократических ценностных ориентаций, но отличаются фрагментарностью и отсутствием эмоционально позитивного отношения к категориям «гражданин», «национальная принадлежность», «культура моего народа», «человек, личность», «уважение прав и достоинств человека»;

имеются предпосылки к адаптивному поведению, но появляются неустойчиво и фрагментарно, ситуативно;

имеются представления, но отличаются фрагментарностью и отсутствием эмоционально позитивного отношения к категориям «учение», «образование», «самостоятельность», «ответственность», «ответственное поведение», «искусство», «жизнь», «здоровье», «здоровый образ жизни.

Низкий уровень – несформированность представлений:

о гражданской и этнокультурной принадлежности,

о гуманистических и демократических ценностях,

навыков адаптивного поведения, личностного смысла в учении и образовании, самостоятельности и ответственности за свое поведение, эстетической потребности, о безопасном и здоровом образе жизни.

№ п/п	Срок	Какие знания, умения навыки контролируются	Форма подведения итогов
1	**Ноябрь**	Музыкальность, танцевальность, координация, ритмичность, умение различать музыкальную фразу, артистичность.	Открытое занятие для родителей.
2	Январь	Умение держать круг, линию, интервал.	В рабочем режиме.
3	Март	Выворотность, правила исполнения движений у станка.	Открытое занятие для родителей.
4	Апрель	Синхронность, положение корпуса (осанка, позы), знание основных упражнений по классическому танцу у станка.	Контрольное занятие на знание правил исполнения и терминологии.

Сроки, проверяемые знания и умения, форма проверки на втором году обучения.

№ п/п	Срок	Какие знания, умения навыки контролируются	Форма подведения итогов
1	**Ноябрь**	Чувство ритма, артистизм, музыкальность, танцевальность, координация, синхронность, умение держать круг, линию, интервал.	Открытое занятие для родителей.
2	Январь	Выворотность, правила исполнения упражнений классического и народно-сценического танца, положение корпуса (осанка, позы).	В рабочем режиме опрос, беседы.
3	Март	Чувство ритма, артистизм, музыкальность, танцевальность, координация, синхронность, упражнения классического танца у станка и упражнения народного танца на середине.	Открытое занятие для родителей.
4	Апрель	Правила исполнения упражнений классического и народно-сценического танца.	Контрольное занятие на знание правил исполнения и терминологии

Музыкально – ритмические способности обучающихся.

Диагностические задания на проверку гибкости:

Оценка гибкости плечевого пояса.

Наиболее приемлемыми методами тестирования гибкости являются контрольные упражнения, не требующие специальных методик. Простейшим методом определения гибкости плечевого пояса является сгибание рук за спиной из положения одна рука вверху, другая внизу. При этом тестируемый не должен выполнять упражнения, превозмогая боль в плечевых суставах.

Контрольное упражнение выполняется в обе стороны (правая рука вверху, затем левая). Регистрируется лучший результат.

Оценка пассивной гибкости плечевых суставов

Следующий тест определяет пассивную гибкость плечевых суставов. Для тестирования понадобится обыкновенная сантиметровая лента, веревка или просто полотенце. Из положения руки вверху выполняется круговое

движение назад в плечевых суставах. При этом руки должны оставаться прямыми. Движение выполняется одновременно двумя руками.

Минимальное расстояние между кистями в сантиметрах позволяет оценить гибкость. Допускается несколько попыток, фиксируется лучший результат-наименьшее расстояние между кистями.

Тесты проводятся в начале и конце учебного года. Результаты заносятся в сводную таблицу наблюдений.

Контроль подвижности позвоночного столба

Следующая группа тестов служит контролем подвижности позвоночного столба. Два из них - это наклоны в стороны из положения сидя на стуле и стоя. Помимо подвижности позвоночника они оценивают эластические свойства мышц туловища. Третий тест этой группы – наклон вперед, качество выполнения которого во многом зависит от эластичности мышц и связок задней поверхности бедра.

Диагностические задания на устойчивость и равновесие.

Тест Бондаревского

Стоя на одной ноге, руки на поясе, другую ногу согнуть в колене и развернув ее в сторону, прижать пятку к внутренней поверхности коленного сустава опорной ноги. Зафиксировать это положение, закрыть глаза и включить секундомер (лучше, чтобы время отмечал кто-нибудь другой, но можно это сделать и самому.) выключить секундомер тогда, когда начнете терять равновесие (опорная нога сдвинется с места, либо изменит положение согнутая нога). Зафиксировав время, в течение которого вам удалось простоять, сохраняя равновесие, сверьте его с таблицей.

Удовлетворительными считаются такие результаты:

Возраст	**Время в секундах**
7 лет	8,3
8 лет	10,8
9 лет	12,7

Диагностическая карта

№	Список детей	Выворотность		Подъем стопы		Гибкость тела		Прыжок		Музыкально-ритмическая координация	
		Сентябрь	Декабрь	Сентябрь	Декабрь	Сентябрь	Декабрь	Сентябрь	Декабрь	Сентябрь	Декабрь

В — высокий; С — средний; Н — низкий.

Приложение №4

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Направления воспитательной деятельности	**Мероприятия в рамках образовательной и внеурочной деятельности**	**Время проведения**	**Ответственные (педагог, педагог-организатор, ОМО и т.п.)**	**Примечание (раздел, направление, модуль, тема УП)**
Гражданское воспитание	Изучение русского народного эпоса	октябрь	Чередниченко К.А.	беседа, видео урок
Патриотическое воспитание	День защитника Отечества Участие в акции «Георгиевская ленточка» Участие в праздновании Дня Победы	февраль Апрель –май май	Шостова Е.А. Чередниченко К.А. Котова Е.И.	Тематический праздник Вручение Георгиевских ленточек Показательные выступления для ветеранов
Духовно-нравственное воспитание	Дни открытых дверей Международный день пожилых людей Новогодний праздник Всемирный день влюбленных Международный женский день	Сентябрь Октябрь Декабрь Февраль Март	Чередниченко К.А. Шостова Е.А. Чередниченко К.А. Котова Е.И	Родительское собрание Тематический праздник, квест Мастер-класс по изготовлению валентинок
Эстетическое воспитание	Беседы по этикету, по истории развития хореографии; Международный день танца	Согласно разделу УП Апрель	Чередниченко К.А.	Просмотр видео материалов и обсуждение творческих работ
Экологическое воспитание	«День Земли»	Март	Шостова Е.А. Чередниченко К.А. Котова Е.И	Беседа, просмотр видео материала, викторина
Физическое воспитание, формирование культуры ЗОЖ и эмоционального благополучия	Создание условий для сохранения и укрепления здоровья воспитанников Личная гигиена. Здоровое питание; Техника безопасности на занятиях; Дни здоровья	Согласно разделу Учебного плана	Чередниченко К.А. Чередниченко К.А. с участием родителей	Беседа
Трудовое воспитание	«Чистый мир»	Апрель	Шостова Е.А. Чередниченко К.А. Котова Е.И.	Субботник, очистка прилегающей территории от мусора
Ценности научного познания	Эмоции, воображение, фантазия, интуиция Наука в основе современного танца Единство мира танца и научного познания	Согласно разделу Учебного плана	Чередниченко К.А.	Мастер-класс Игры на развитие памяти, творческого воображения, перевоплощения.