Управление образования администрации Анжеро-Судженского городского округа

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Анжеро-Судженского городского округа
«Станция юных туристов»

Обсуждено
на заседании методического
совета МБУ ДО «СЮТур»
протокол **№4** от **15.05.2019г**

Принято
на заседании педагогического
совета МБУ ДО «СЮТур»
протокол **№4** от **20.05.2019г**

Утверждаю
Директор МБУ ДО «СЮТур»
Приказ **№289** от 20.05.2019г
Е.Д. Цымбал

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности **" Увлекательная хореография" (О 7)**

Возраст учащихся: 5-7 лет
Срок реализации: 1 год

Авторы-составители:
Мамаева Евгения Сергеевна,
педагог дополнительного образования
Подосенова Елена Григорьевна,
методист МБУ ДО «СЮТур»

Анжеро-Судженский городской округ,
2019

Содержание

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

Пояснительная записка 3

Цель и задачи программы 6

Содержание программы
Учебный план обучения 7

Содержание учебного плана
обучения 8

Планируемые результаты 10

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

Формы аттестации 11

Оценочные материалы 11

Условия реализации программы 13

Формы реализации Программы 13

Образовательные и учебные форматы 14

Материально-техническое обеспечение 15

Методическое обеспечение программы 16

Список литературы 17

Приложения 18

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Увлекательная хореография» относится к программам художественной направленности.
Хореография – вид творческой деятельности, в котором решаются задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического, и, в целом, психического развития детей. Данная область способствует формированию «Я-концепции» у детей, то есть посредством танцевального искусства происходит не только оздоровление, физическое совершенствование воспитанников, но и личностное формирование и становление, приобщение к культуре и коммуникации. Что, в свою очередь, предрасполагает ребёнка к социализации.

Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Танец можно назвать ритмической поэмой. Слово «Танец» вызывает в нашем сознании представление чего-то грандиозного, нежного и воздушного. Занятие танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника. Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого ребёнка. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется личность ребёнка. Движения, любого рода активность становятся потребностью, которую следует направлять в формирование устойчивого интереса к какой-либо деятельности. Хореография не только позволяет реализовать повышенную энергию ребёнка, но и способствует развитию важных личностных качеств. Танцевальные движения позволяют снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитать в себе выносливость, скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом.

Программа даёт возможность раскрыть методику ознакомления дошкольников с историей возникновения и развития танца, вводит в большой и удивительный мир хореографического искусства, посредством игры знакомит некоторыми жанрами, видами и стилями хореографии. Поможет дошкольникам влиться в громадный мир музыки от классики до современных стилей, приобщиться к родному русскому танцу, к хореографии разных народов и попытаться проявить себя посредством пластики, близкой детям дошкольного возраста. Путём танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способность к самостоятельному творческому выражению, формируется умение передавать услышанный музыкальный образ в рисунке и пластике. Дети знакомятся со сценическим костюмом: народным и эстрадным.

Педагогическая целесообразность дополнительной общеразвивающей программы «Увлекательная хореография» определена тем, что ориентирует воспитанника на приобщение к танцевально-музыкальной культуре через игру, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Занятия ритмикой и хореографией являются разновидностью арт-терапии (танцевальная терапия) и позволяют ребенку поверить в себя, свои возможности, а также научиться взаимодействию со сверстниками и взрослыми. Стартовый (ознакомительный) уровень программы предполагает освоение азов ритмики, изучение простейших элементов партерной гимнастики, изучение танцевальных элементов через использование игровых технологий, исполнение простых танцевальных композиций и танцев.

Данная программа разработана в соответствие с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 г.№273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020года;

- Приказом Мин. просвещения России от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242«Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Уставом и Положением о дополнительной общеразвивающей программе муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Анжеро-Судженского городского округа «Станция юных туристов».

Новизна данной программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями является: - активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий.

Актуальность программы заключается в том, что хореография приобретает все большее значение, так как является массовым и доступным для всех. Используемые средства, свойственные данной направленности, способствуют общему развитию дошкольников и младших школьников, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию. Подобные занятия имеют художественно-эстетическую направленность, поэтому способствует созданию благоприятной основы для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие.

Отличительная особенность данной программы заключается в том, что она составлена в соответствии с современными нормативными правовыми актами и государственными программными документами по дополнительному образованию, требованиями новых методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных программ. Также отличительной особенностью программы является то, что в её основу заложена игровая технология, которая является универсальной и привлекательной для детей, так как она открывает большие возможности выражения собственных фантазий, желаний и самовыражению в целом. В соответствии с инновационной моделью образования данная программа учитывает интересы, склонности детей, их индивидуальные способности при создании оптимальных условий для самовыражения в хореографической деятельности. Задачи, решаемые на занятиях, строятся по принципу усложнения, что позволяет ребенку плавно перейти от восприятия к сопереживанию, от сопереживания к воображению, от воображения к творчеству.

Ведущие теоретические идеи, на которых базируется программа, основаны на педагогические практики таких авторов как:

- Т. Барышниковой (азбука хореографии)
- А.Я. Вагановой (основы классического танца)
- Мэтт Мэттокс (основы джаз-модерна)
- Марта Грэхэм, Д. Хамфри. (техника преподавания современных направлений хореографии)

По мнению Л.С. Выготского, возрастные особенности представляют собой качественно специфические свойства личности индивида, его психики, закономерно изменяющиеся в процессе смены возрастных стадий развития человека.

Рассмотрим основные возрастные особенности детей дошкольного (5-7) возраста, для которых характерны жизнерадостность, подвижность, доверчивость.

<u>На пятом году</u> формируется навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки, дети могут самостоятельно менять движения в соответствии с музыкой. Совершенствуются

танцевальные движения, умение двигаться в парах по кругу, в танцах и хороводах, ритмично хлопать в ладоши, выполнять простейшие перестроения, подскоки.
На шестом году жизни ребенок физически крепнет, становится более подвижным. Успешно овладевает основными движениями, у него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается произвольная память. Появляются элементы творчества во всех видах детской деятельности.
Дети седьмого года жизни имеют достаточно развитые двигательные навыки: они умеют ритмично ходить и бегать; легко, энергично, а также высоко поднимать ноги в коленях; скакать с ноги на ногу; самостоятельно строить круг, расширяя и уменьшая его; двигаться парами по кругу, сохраняя расстояние между парами; выполнять различные движения с предметами и без них; исполнять отдельные танцевальные движения (выставлять ноги вперед на прыжке, делать приставной шаг, с приседанием, полуприседанием, кружиться, продвигаясь вперед), способны передавать игровые образы различного характера.

Овладение хореографическими умениями и навыками в этом возрасте требует от детей сознательной работы. Без осознания невозможно достичь законченного гармоничного движения тела. «Давно было замечено и научно доказано, что раз вы думаете об определенном движении, вы его невольно, этого не замечая, производите» (Павлов И.П. Педагогу необходимо всячески поддерживать интерес к деятельности через стимулирующую мотивацию через превращение цели определенной деятельности в актуальную потребность ребенка. Если выполняемая деятельность находится в зоне оптимальной трудности, т.е. на пределе возможностей ребенка, то она ведет за собой развитие его способностей, реализуя то, что Л.С. Выготский называл зоной потенциального развития.

Сроки реализации программы: данная общеразвивающая программа рассчитана на один учебный год (7 месяцев), для детей от 5 до 7 летнего возраста.

Форма обучения очная (Закон № 273-ФЗ, гл. 2, ст. 17, п. 2).

Режим занятий: курс занятий обучения с общей часовой нагрузкой 56 часов в год (по 2 часа в неделю на 1 группу), включая теоретические и практические занятия, (в помещении и на местности), по 25-30 минут.

Каждый раздел программы рассчитан на определенное количество часов:

1. Вводное занятие: 1 час (0,5 часа теории и 0,5 часа практических занятий).
2. Ритмика: 12 часов (2 часа теории и 10 часов практических занятий).
3. Простейшие танцевальные элементы: 6 часов (1 час теории и 5 часов практических занятий).
4. Партерная гимнастика: 6 часов (1 час теории и 5 часов практических занятий).
5. Актёрское мастерство: 4 часа (1 час теории и 3 часа практических занятий).
6. Строевые шаги: 3 часа (0,5 часа теории и 2,5 часа практических занятий
7. Основы классического танца: 6 часов (1 час теории и 5 часов практических занятий).
8. Основы джазового танца: 4 часа (1 час теории и 3 часа практических занятий)
9. Основы народно-сценического танца: 4 часа (1 час теории и 3 часа практических занятий).
10. Гимнастика: 4 часа (1 час теории и 3 часа практических занятий).
11. Этюдная работа: 4 часа (1 час теории и 3 часа практических занятий)
12. Детская йога: 2 часа (1 час теории и 1 час практических занятий)

Количество учащихся:
группа 1 года обучения – число детей, одновременно находящихся в группе, от 7 до 25-ти человек.

Характеристика программы:
тип: дополнительная общеразвивающая программа
направленность: художественная
вид: модифицированная
уровень реализации программы: стартовый(ознакомительный).

Цель и задачи программы

Цель программы: создание условий для формирования творческой, инициативной и целеустремленной личности в процессе обучения искусству хореографии и освоения учащимися основ здорового образа жизни.

Программа предполагает решение следующих основных **задач**:

Обучающая:

- научить детей владеть своим телом;
- дать элементарные знания по теории танца, этике и культуре поведения в паре и в коллективе;
- научить детей технически верно и красиво исполнять отдельные движения современных танцев;
- обучать культуре движения, основам классического, народного, историко-бытового и бального танца, музыкальной грамоте, основам актерского мастерства;
- научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;
- обучать основам хореографии, ее пластически-образной природе, стилевом
- многообразии и взаимосвязи с другими видами искусства.

Развивающая:

- стимулировать познавательные процессы личности ребёнка (ощущение, восприятие, память, мышление, воображение);
- развивать личность учащегося, способного к творческому самовыражению через овладение основами хореографии;
- способствовать развитию в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности;
- обогатить эмоционально- волевую сферу ребенка и расширить возможности коммуникативной стороны общения у ребёнка (невербальными средствами коммуникации);
- развивать интерес к танцевальному искусству и культуре в целом.

Воспитывающая:

- повысить двигательную активность ребёнка, разнообразив оздоровительную работу с детьми дошкольного возраста;
- воспитывать уважение к культуре, языкам, традициям и обычаям народов, проживающих в Российской Федерации;
- формировать у учащихся высокий уровень духовно-нравственного развития, чувство причастности к историко-культурной общности российского народа и судьбе России;
- воспитывать любовь и уважение к искусству, понимание его эстетической ценности.

Содержание программы

Учебный план

***Уровень реализации программы*: 1 год обучения- ознакомительный**

№ п/п	Название разделов и тем	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие	**1**	**0,5**	**0,5**	Собеседование
2.	Ритмика	**12**	**2**	**10**	Выполнение практических заданий, тесты
3.	Простейшие танцевальные элементы	**6**	**1**	**5**	Выполнение практических заданий, тесты
4.	Партерная гимнастика	**6**	**1**	**5**	Выполнение практических заданий, тесты
5.	Актёрское мастерство	**4**	**1**	**3**	Устный опрос, выполнение практических заданий
6.	Строевые шаги	**3**	**0,5**	**2,5**	Выполнение практических заданий
7.	Основы классического танца	**6**	**1**	**5**	Наблюдение, тестирование
8.	Основы джазового танца	**4**	**1**	**3**	Выполнение практических заданий, тесты
9.	Основы народно-сценического танца	**4**	**1**	**3**	Наблюдение, зачет
10.	Гимнастика	**4**	**1**	**3**	Наблюдение, самостоятельная работа
11.	Этюдная работа	**4**	**1**	**3**	Выполнение практических заданий, тесты
12.	Детская йога	**2**	**1**	**1**	Наблюдение, выполнение практических заданий
	Итого:	**56ч**	**12**	**44**	

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие
Теория: Знакомство с учениками. Игровой тренинг «Давайте познакомимся». Знакомство детей с учебным помещением, его оборудованием. Знакомство с правилами поведения до, вовремя и после занятий. Режим работы, рабочие и организационные моменты. Требования к форме для занятий. Инструктаж по ТБ.
Практика: Просмотр фото, видеоматериалов коллектива.

2. Ритмика
Теория: Специальные упражнения на развитие: музыкальности, ритмичности, согласование музыки и танцевального движения. Виды ритмических упражнений. Видах танцевальных шагов, бега и прыжков. Общеразвивающие упражнения и партерная гимнастика.
Практика: Шаги **(**шаг с носка; шаг с подъемом бедра на 90 градусов; шаг в глубоком плие; шаги на полу пальцах; приставной шаг в сторону, переменный шаг). Бег (перескоки; бег с отбрасыванием ног назад; бег с выбрасыванием ног вперед (ножницы); подскоки в продвижении, на месте; боковой галоп; шаг польки). Разминка по кругу и на середине зала. Упражнения для улучшения гибкости шеи (Приложение 5). Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса, подвижности плечевых и локтевых суставов (Приложение 6). Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага (Приложение 8).

3. Простейшие танцевальные элементы
Теория: Основные позиции и танцевальные упражнения для дошкольников**.** Постановка сюжетных танцев для дошкольников. Азы классического танца для дошкольников. Методика разучивание танцевальных элементов и танцев.
Практика: Игра «Найди свое место»; простейшие построения: линия колонка; простейшие перестроения: круг; сужение круга, расширение круга; интервал; различие правой, левой руки, ноги, плеча; повороты вправо, влево; пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7).

4. Партерная гимнастика
Теория: Виды тематических игр, на развитие чувства ритма, фантазии, пластики импровизации. Игровая партерная гимнастика как, средство первоначальной хореографической подготовки детей. Внедрение партерной гимнастики. Игровые ситуации, задания, упражнения, игры, как средство развития двигательных качеств.
Практика: Упражнения для развития и укрепления стопы. Упражнение для формирования выворотности стоп («Жучок»)**.** Упражнение для формирования правильной осанки. («Куколки»). Упражнение «Бабочка». Упражнение для подвижности мышц тазобедренного и коленных суставов «Неваляшки». Упражнение для развития мышц спины. («Складочка»). Упражнение для формирования танцевального шага (растяжки)- «Куколки обиделись». Упражнение для формирования танцевального шага «Лягушка» с переходом через поперечный шпагат. Упражнение для подвижности позвоночника. («Коробочка», «Корзиночка»). Упражнение «Колечко»**.** Подготовка к «Мостику» (из положения лежа на спине). Упражнение для развития выворотности ног (в положении «Бабочка»)-сидя и лёжа на спине. Упражнение для развития выворотности ног (в положении «Лягушка») лёжа на животе. Упражнение для формирования танцевального шага (положение на спине «Открываем и закрываем книгу»)**.** Упражнения «Березка», «Орешек», «Лодочка», «Ласточка».

5. Танцевальная ритмика
Теория: Танцевальная ритмика. Обучение движению под музыку. Разучивание танцевальных игр на основе ранее изученных упражнениях. Ритмические разминки и упражнения на развитие различных групп мышц и подвижность суставов. Основные законы исполнительского искусства.
Практика: Танцевальные игры: «Разноцветная игра», «Красная шапочка», «Любитель-рыболов», «Кошки-мышки», «Танцуем, сидя», «Стирка», «Голубая вода», «Буратино».

6. Строевые шаги
Теория: Особенности обучения детей дошкольного возраста строевым упражнениям. Характеристика строевых упражнений Виды строевых упражнений Методика обучения строевых упражнений в разных возрастных группах. Обучение строевым упражнениям. Строевые приемы.

Практика: *Основные шаги*: активный марш на месте (одновременно размахивать двумя руками вперед, вверх, в стороны вниз), ходьба на носках (руки на поясе, одновременно поднимать на плечи), ходьба с высоким подниманием колена (одновременно размахивать двумя руками вперед, вверх, в стороны, вниз), ходьба с вытяжением носка вперёд (руки на поясе).

7. Основы классического танца

Теория: знакомство детей с основными понятиями классического танца. Классический танец фундамент обучения для всего комплекса танцевальных дисциплин. Правила исполнения упражнений в сочетании с музыкальной раскладкой, характером музыкального сопровождения. Терминология по классическому танцу. Классический танец и игра.

Практика: Разогрев, освоение и отработка пробных движений. Изучение поклона для девочек и мальчиков. Постановка корпуса (композиция «Ёлочка»). Первоначальные упражнения для усвоения постановки ног. Изучение позиции ног (I, VI). Позиции рук (I, II, III и подготовительное положение) на основе композиции «Шарик».

8. Основы джазового танца

Теория: история джазового танца. Элементы современного танца (джаз-танец). Современные направления в хореографии (хип-хоп). Игра- танец с постановкой позиций рук и ног. Основные позиции, а также разминочные комплексы № 1-3 и комплексы на укрепление спины № 1-2, которые используются совместно с партерной гимнастикой.

Практика: *Основные упражнения:* roll up, roll down, release, stretching, twist, flat back, deep body bend.

9. Основы народно-сценического танца

Теория: знакомство с особенностями народно-сценического танца. Элементы народно сценического танца в виде игр: «кто быстрей» (на перестроение фигур); «вышли мыши как-то раз…» (на закрепление исходного положения); «грибники» (на быстроту реакции); «будь внимателен» (на умение определить конец музыкальной фразы); «солнышко» (на умение создать образ); «цветочные ворота». Основные комбинации народно-сценического танца. Особенности постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций. Фольклор, музыка о родине. Фольклорные традиции. Изучение потешек и народных хороводных игр (Приложение 9).

Практика: разучивание народных хороводных игр: «Каравай» (круговое шествие с разыгрыванием сюжета песни); «Плетень» (некруговое шествие - ходьба рядами, «гуськом», «цепью», «змейкой»).

10. Гимнастика

Теория: Основные виды движения. Стретчинговые упражнения. Гимнастические движения, их роль в конце занятия Упражнения партерной гимнастики. Комбинации на координацию. Ритмические игры.

Практика: *Основные упражнения:* выпады в сторону и глубокие выпады, «Бабочка», растяжка «Четвёрка», наклоны головы, растяжка поверхности шеи, плеч, спины, «Берёзка», поза собаки и кошки, прогиб назад стоя, наклоны, растяжка партерная, растяжка на четвереньках.

11. Этюдная работа

Теория: Танцевальные этюды для детей дошкольного возраста. Структура танцевального занятия. Постановка тематических номеров к мероприятиям, важным календарным датам на основе изученных материалов. Танцевальные этюды и сценические номера, их отличие.

Практика: Постановка тематических номеров к мероприятиям, важным календарным датам на основе изученных материалов.

12. Детская йога

Теория: Что такое детская йога. Комплекс йога упражнений. Основные задачи йоги для детей. Асаны или «позы йоги». Основные асаны. Пальчиковый массаж. Дыхательная гимнастика. Способы укрепления здоровья с помощью физических упражнений (асаны, дыхательные упражнения, упражнения для глаз, самомассаж).

Практика: *Основные упражнения (приложение 7.):* «Кренделёк», «Спокойствие», «Самолётик», «Кобра», «Слоник», «Чертик из коробочки», «Выдра», «Йога», «Лев», «Устрица».

Планируемые результаты

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести учащиеся в процессе занятий по программе
к концу учебного года учащиеся будут

Знать:

- значение танцевального зала и правила поведения в нем;
- основные музыкальные понятия и некоторые хореографические термины;
- назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики;
- назначение отдельных упражнений хореографии;
- основные позиции рук и ног;
- основные положения корпуса

Уметь:

- ориентироваться в зале, строиться в шеренгу;
- выполнять простейшие построения и перестроения;
- ритмично двигаться в различных музыкальных темпах;
- передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок;
- исполнять танцевальные композиции самостоятельно;
- выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку;
- выполнять простейшие двигательные задания (творческие игры, специальные задания);
- использовать разнообразные движения в импровизации под музыку этого года обучения.

Личностные, Метапредметные и предметные результаты, которые приобретут учащиеся по итогам освоения программы.

Личностные результаты:

- обучить основам партерной гимнастики;
- развивать эластичность мышц, укрепить суставно-связочный аппарат; развить силу и ловкость.
- формировать правильную осанку;
- учить детей двигаться в характере музыки, передовая ее темповые и динамические особенности;
- обучить детей элементам детского (ритмика)танца;
- познакомить с элементами народного танца;

Метапредметные результаты:

- обучать детей двигаться в характере музыки, передовая ее темповые и динамические особенности;
- учить двигаться в соответствии с музыкальным ритмом;
- развивать способности правдиво и выразительно передавать содержание произведения средствами танца;
- целеустремлённость и настойчивость в достижении цели

Предметные результаты:

- воспитать культуру поведения и общения, умение ребенка работать в коллективе;
- обучить танцевальному этикету и сформировать умение переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;
- способствовать снятию мышечного и психологического напряжения посредством танцевального движения;
- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

Формы аттестации

Способы проверки результатов выполнения программы: собеседование, тестирование, викторины, творческие задания.

Формы подведения итогов реализации программы: собеседование; открытое занятие; творческий отчет коллектива; выполнение специальных заданий; проведение контрольных занятий; выступление на конкурсах, фестивалях, открытых концертных площадках; выступления перед родителями.

Оценочные материалы

Оценивание качества учебной деятельности представляет собой важную составную часть данной образовательной деятельности, направленную на ее усовершенствование. Концептуальные основания такой оценки определяются требованиями Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации». Оценивание качества, т.е. оценивание соответствия образовательной деятельности, реализуемой программы направленно в первую очередь на оценивание созданных МБУ ДО «СЮТур» условий в процессе образовательной деятельности. Система оценки образовательной деятельности, предусмотренная Программой, предполагает оценивание качества условий образовательной деятельности, обеспечиваемых МБУ ДО «СЮТур».

Цель: отслеживание процесса и результатов совместной работы педагогов и учащихся, оценка целесообразности и эффективности используемых средств и методов обучения в ходе реализации программы. Диагностический материал по отслеживанию качества условия знаний и умений в учебном процессе представлен в виде баллов.

Критерии оценки и обработка результатов теоретических знаний учащихся

Отслеживание теоретических знаний проводиться во время занятий в форме собеседования состоящего из 10 вопросов (приложение **1**), в течение учебного года с интервалом между диагностированием не менее 3 месяцев. Каждый вопрос оценивается по трёхбалльной системе:

2 балла – если знает в полном объеме;

1 балл – если знает не в полном объеме;

0 баллов – если знаний совсем нет.

Максимальная сумма баллов, набранных за собеседование, составит 20 баллов, или 100%. По результатам проведенного собеседования, можно судить о выполнении теоретического блока учебной программы:

100%-75% - программный материал усвоен в допустимом объеме и на хорошем уровне.

74%-50% - программный материал усвоен на удовлетворительном уровне;

ниже 50% - программный материал усвоен не на удовлетворительном уровне.

Результаты собеседования сводиться в таблицу 1, содержащие сведения о выполнении заданий каждым учащимся.

Результаты диагностики теоретических знаний учащихся Таблица 1

№ п/п	**Ф.И. учащегося**	**Количество баллов по разделам программы**					**Сумма баллов**	**%**
1								
2								
Средний процент усвоения программы в кружковом объединении								

Сравнение ответов учащихся в начале, середине и конце учебного года позволит сделать вывод о базовых знаниях детей на начало учебного года и об освоении ими учебной программы в целом и отдельных ее тем в частности, а также об эффективности применяемых педагогических методов и форм работы.

Результаты стартового, промежуточного и итогового мониторинга теоретических знаний учащихся Таблица 2

№ п/п	**Ф.И. учащегося**	**Старт**		**Промежуточное собеседование**		**Итог**		**% освоения программы**
		баллы	**%**	**баллы**	**%**	**баллы**	**%**	
1								
2								
Средний процент усвоения программы в кружковом объединении								

Критерии оценки и обработки результатов физической подготовки учащихся

Отслеживание физического развития учащихся в процессе обучения производиться два раза: в начале учебного года и в конце учебного года по возрастным оценочным нормативам для девочек и мальчиков (**приложение 2).**

За выполнение теста, соответствующего его возрасту, учащийся получает количество баллов:

«отлично» - 20б.

«хорошо» - 10б.

«удовлетворительно» - 5б.

«неудовлетворительно» - 2б.

Содержание программных тестов:

Тест 1 – бег на 30 метров

Тест 2 – прыжок в длину с места

Тест 3 – бросок набивного меча

Тест 4 – гибкость

Тест 5 – равновесие

Максимальная сумма баллов, набранных за выполнение пяти тестов, составит 100 баллов, или 100%. Результаты аттестации сводятся в таблицы, содержащие сведения о выполнении тестов каждым учащимся и усредненные данные по группе учащихся и по всем группам туристского объединения.

По результатам аттестации можно отследить изменение физического развития каждого учащегося и всей группы на протяжении учебного года.

Протокол результатов диагностирования физического развития учащихся Таблица 3

№ п/п	**Ф.И. учащегося**	**Количество баллов за каждый тест**					**Сумма баллов**	**%**
		Тест 1	**Тест 2**	**Тест 3**	**Тест 4**	**Тест 5**		
1								
2								
							Средний процент в группе	

Критерии оценки и обработки результатов практических навыков учащихся

Проверка усвоения практических навыков осуществляется два раза в год на занятиях с помощью специально разработанных 10 практических заданий **(приложение 3).**

Результаты сводятся в таблицы, содержащие сведения о выполнении каждым ребенком предложенных заданий.

Каждое задание оценивается по трёхбалльной системе:

2 балла – если задание выполнили в полном объеме

1 балл – если задание выполнили, но не в полном объеме

0 баллов – если задание совсем не выполнили

Максимальная сумма баллов набранных за выполнение заданий, составляет 20 баллов или 100%.

По результатам выполнения заданий, можно судить о практическом усвоении учащимися разделов программы:

100%-75% - программный материал усвоен в допустимом объеме и на хорошем уровне;

74%-50% - программный материал усвоен на удовлетворительном уровне;

ниже 50% - программный материал усвоен не на удовлетворительном уровне.

Протокол результатов диагностирования практических знаний учащихся Таблица 4

№	**Ф.И. учащегося**	**Задания**										**Сумма баллов**	**%**
		1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**		
1													
2													
												Средний процент усвоения программы	

Условия реализации программы

Практический опыт многолетней работы показывает, что в выборе методов обучения, в организации учебного процесса необходимо учитывать специфику данной программы, и для успешной ее реализации необходимо соблюдение следующих условий.

1. Кадровое обеспечение:

Педагог, работающий по данной программе, должен иметь высшее или среднее профессиональное образование, обладать профессиональными знаниями в хореографическом творчестве, знать специфику дополнительного образования, иметь практические навыки в сфере организации интерактивной деятельности детей.

2.*Материально-техническое обеспечение:*

Помещение, в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.4.3172-14 – 3 кв.м. на одного человека. Техническое оснащение: компьютер, фотоаппарат, USB накопитель, диски с аудиозаписями и видеозаписями, аппаратура для музыкального сопровождения занятий (музыкальный центр, а для занятий классическим танцем необходимо фортепиано), наличие хореографического класса с зеркальным оформлением стен; наличие оборудованных раздевалок; при возможности наличие концертного зала; наличие репетиционной и концертной одежды и обуви; аппаратура для музыкального сопровождения занятий.

3. Информационное обеспечение:

Специальная литература. Аудио-, видео-, фотоматериалы. Интернет источники.

Формы реализации Программы

Формы реализации Программы носят интегративный характер, т. е. позволяют решать задачи двух и более образовательных областей, развития двух и более видов детской деятельности.

Игра — это не только ведущий вид деятельности дошкольников, она является основной формой реализации Программы, успешно используется при организации двигательной, познавательно-исследовательской, коммуникативной деятельности.

Дошкольный возраст самоценен тем, что позволяет ребёнку «осуществлять разные виды свободной деятельности — играть, рисовать, музицировать, слушать сказки и рассказы, конструировать, помогать взрослым по дому и саду и т. д. Эти виды деятельности ребёнок осуществляет по собственному желанию, сам процесс их выполнения и их итоги прежде всего радуют самих детей и окружающих взрослых, не имея при этом каких-либо жёстких норм и правил.

Но вместе с тем многообразие этих видов деятельности (именно многообразие) даёт детям достаточно много знаний, умений и даже навыков, а главное — развивает их чувства, мышление, воображение, память, внимание, волю, нравственные качества, тягу к общению со сверстниками и взрослыми. Таким опосредованным образом и решаются в дошкольном возрасте развивающие-образовательные задачи» (Давыдов В. В. Теория развивающего обучения. — М., 1996.).

Образовательные и учебные форматы

(используемые в программе формы, методы, приемы и педагогические технологии)

Формы образовательной деятельности

По составу участников: фронтальные; групповые; индивидуальные; в парах (при постановке сольного танца или дуэта).

По способу организации учебно –воспитательной деятельности: учебное занятие (разучивание новых танцевальных элементов); постановочное занятие (постановка и разучивание танца на основе уже знакомых движений и связок); творческое занятие (выполнение творческих заданий воспитанниками); репетиционная деятельность; концертная деятельность (праздник, конкурс, фестиваль.); работа с родителями; досуговые.

Занятие делится на 2 части: подготовительную (разминка) и основную (непосредственно работа над танцами)

Хореографическая деятельность включает выполнение следующих заданий:

- музыкально-ритмические упражнения на освоение, закрепление музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения;
- пляски: парные, народно-тематические;
- игры: сюжетные, несюжетные с пением, музыкально-дидактические;
- хороводы;
- построения, перестроения;
- упражнения с предметами: шарами, лентами, цветами, мячами и пр.;
- задания на танцевальное и игровое творчество

Формы и режимы занятий

Каждое занятие состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

1. Подготовительная часть занятия занимает 5-15% от общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой.
2. Основная часть занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей.
3. Заключительная часть занятия длится от 5 до 10% общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, эмоциональная релаксация. В конце занятия подводится итог.

Большое место в дошкольном обучении занимают *методы обучения* и делятся на:

Метод показа. Разучивание нового движения, позы педагог предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстаёт в законченном варианте. Обучающиеся сразу видят художественное воплощение образа, что стимулирует воображение. Особенно в начале работы, педагог может выполнять упражнения вместе с детьми, чтобы увеличить их и усилить эмоционально-двигательный ответ на музыку.

Словесный метод. Разговорная речь, тесно связанная с движением, жестом и музыкальной интонацией, оказывается тем самым мостиком, который служит соединительным звеном между движением и музыкой. Словесное объяснение должно быть кратким, точным, образным и конкретным. Детей с первых же уроков нужно познакомить со специальными терминами. В словесном методе очень важна и интонация и то, с какой силой сказано слово. Рассчитывать на то, что дети сами научатся чувствовать музыку, вряд ли возможно. Педагог своими пояснениями должен помочь детям приобрести умение согласовывать движения с музыкой.

Импровизационный метод. Педагог зачастую сталкивается с мышечной зажатостью детей, стеснительностью. Именно этот метод поможет детям раскрепоститься, обрести внутреннюю и внешнюю свободу и уверенность.

Игровой метод. При обучении детей движениям хорошо использовать игровые приёмы, способствующие эмоционально-образному уточнению представлений о характере движений (например, бежим легко, как лисичка: нужно прыгать как зайчик).

Концентрический метод. Данный метод заключается в том, что педагог по мере усвоения детьми определённых движений, танцевальных композиций вновь возвращается к пройденному материалу, но уже предлагает всё более сложные упражнения и задания. Занятия по ритмике сопровождают подлинные народные мелодии, популярные песни для детей, лучшие образцы русской отечественной музыки, что способствует развитию и воспитанию музыкального вкуса детей.

Метод хоре коррекции - внутренняя регуляция, активность и адаптация к окружающей среде.

С помощью музыки, музыкального движения, музыкально-пластических игр, музыкально-психологических

В данной программе реализуются разнообразные *приемы и педагогические технологии*, так как они направлены на создание оптимальных условий для развития детей:

1. Технологии развивающего обучения
2. Игровые технологии
3. Технологии сотрудничества
4. Здоровье сберегающие технологии
5. Личностно-ориентированный подход
6. Технологии проблемного обучения
7. Технология исследовательской деятельности

Материально-техническое обеспечение

Комплекс технических средств обучения

№	Наименование туристского снаряжения	Един. измерения
1.	Музыкальный центр	1 шт
2.	Аудиоаппаратура	1 шт
3.	Переносная мультимедийная установка	1 шт
4.	Пианино	1 шт
5.	Детские музыкальные инструменты	15 шт
6.	Различные виды театра, ширмы	6 шт
7.	Шкаф для используемых муз. руководителем пособий, игрушек, атрибутов	1 шт
8.	Модули	3 шт
9.	Компьютер	1 шт
10.	Телевизор	1 шт
11.	Гимнастические ленты	15 шт
12.	Флажки	20 шт
13.	Игровое, функциональное, и спортивное оборудование	12 шт
14.	Оборудование для ходьбы, бега, равновесия	10 шт
15.	Элементы костюмов	25 шт
16.	Различные виды театров (в соответствии с возрастом)	4 шт
17.	Предметы декорации	20 шт
18.	Набор аудиозаписей	18 шт
19.	Музыкальные игрушки (озвученные, не озвученные)	10 шт
20.	Комната для хранения сценических костюмов , различного инвентаря	1 шт

Методическое обеспечение программы

Учебно-методический комплекс (УМК) для педагога:

№п/п	Вид методической продукции	Название	Кол-во
1.	Демонстрационные материалы (наглядные пособия)	Демонстрационный материал по хореографическому искусству «Наши чувства и эмоции»	**1 шт**
2.	Таблицы	Хореографическая терминология	3 шт
		Классическая хореография	5 шт
		Классический танец	10 шт
		Позиции ног	1 шт
		Позиции рук в хореографии	1 шт
3.	Наглядно-дидактическое пособие	«Позиции рук»	1 шт
		«Позиции ног»	1 шт
		«Эскизы костюмов»	15 шт
4.	Видеоматериалы	«Конкурсная детская хореография»	1 шт
		«Русский танец»	5 шт
		«Детские танцы»	10 шт
		«Ритмическая мозаика» И.А. Буренина	10 шт
5.	Картотека «Танцевальные игры»	Кот и мыши	1 шт
		Ласточки, воробьи и петухи	1 шт
		Подснежник расцветает	1 шт
		Веселый автобус	1 шт
6.	Дидактический материал к разделу "Основы ритмики, хореографии, сценического движения"	Тренировочные упражнения разминки “Миксер”, “Пружина”, “Кошка лезет под забор”, “Собачка”, “Гусиный шаг” и т.д.	12 шт
		Элементы акробатики «Кувырок назад», «Кузнечик», «Лягушка» , «Каскад».	10 шт
7.	Сборник «Танцевальные игры»	«Цепочка», «Стоп-кадр», «Ищем друг друга», «Крылья», «Лебединое озеро», «Веселый под», «Танцуют все» и т .д.	20 шт

Учебно-методический комплекс (УМК) для детей:

№п/п	Вид продукции	Название
1.	Диапозитивы:	Современная хореография
		Стили современной хореографии: Джаз, Бальные, Модерн. Contemporary.
		Танцевальные студии современных стилей
2.	Видео комплекты Видео(аудио)материалы	Танец с цветочками (видео + аудио), Танец "Веселые малыши" (видео + аудио), Снежинке летайте (видео + аудио), Бабочки (видео + аудио), Схемы танцев, Танцевальная аэробика, Йога как танец.
3.	Аудио сборники	Народно-сценический танец, Музыка и песни для занятий танцами с дошкольниками
4.	Методички	Учимся танцевать - играя (методичка)
5.	Презентации	Основные построения (презентация), Направления движения (презентация), Уроки классического танца.

Список литературы

1. Амелина М.Н. Классический танец в системе дополнительного образования / М.Н. Амелина, В.Н. Карпенко, И.А. Карпенко. - М.: Русайнс, 2018. - 416 с.
2. Асмолов А. Г. Ребенок в культуре взрослых / А. Г. Асмолов, Н. А. Пастернак. - М.: Издательство Юрайт, 2019. — 150 с.
3. Бабунова Т. М. Дошкольная педагогика / Т.М. Бабунова. - М.: Сфера, 2017. - 208 с.
4. Базарова Н. Азбука классического танца. Первые три года обучения / Н. Базарова, В. Мей. - М.: Искусство, 2016. - 208 с.
5. Базарова Н. П. Азбука классического танца / Н.П. Базарова, В.П. Мей. - М.: Лань, 2017. - 240 с.
6. Базарова Н.П. Классический танец: Учебное пособие / Н.П. Базарова. - СПб.: Планета Музыки, 2019. - 204 с.
7. Бахрушин Ю. А. История русского балета / Ю.А. Бахрушин. - М.: Просвещение, 2018. - 288 с.
8. Бачинин В. Введение в классический танец / В. Бачинин, Ю. Сандулов. - СПб.: Планета Музыки, 2016. - 60 с.
9. Бочарова Н. И. Педагогика досуга. Организация досуга детей в семье: учеб. пособие для академического бакалавриата / Н. И. Бочарова, О. Г. Тихонова. — 2-е изд., испр, и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 218 с.
10. Васильева-Рождественская М. Историко-бытовой танец / М. Васильева-Рождественская. - М.: Искусство, 2017. - 392 с.
11. Васильева-Рождественская М. Историко-бытовой танец / М. Васильева-Рождественская. - М.: Искусство, 2017. - 392 с.
12. Генов Г.В. Театр для малышей. - М.: Просвещение, 2017. - 154 с.
13. Гусев Г.П.: Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. - М.: Владос, 2003
14. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала / Г.П. Гусев. - М.: Книга по Требованию, 2018. - 208 с.
15. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала / Г.П. Гусев. - М.: Книга по Требованию, 2018. - 208 с.
16. Звездочкин В.А.: Классический танец. - Ростов на/Д: Феникс, 2003. -132с.
17. Козлова С. А. Дошкольная педагогика / С.А. Козлова, Т.А. Куликова. -М.: Академия,2017-414 с.
18. Лазарев М. Л. Здравствуй! Книга песен. В 4 частях / М.Л. Лазарев. - М.: Мнемозина,2017.-112 с.
19. Людмила Малахова Музыкальное воспитание детей дошкольного возраста / Малахова Людмила. - М.: Феникс, 2018. - 835 с.
20. Меднис Н.В. Введение в классический танец: Учебное пособие, стер / Н.В. Меднис, С.Г. Ткаченко. - СПб.: Лань, 2016. - 60 с.
21. Мельдаль К. Поэтика и практика хореографии: моногр. / К. Мельдаль. - М.: Кабинетный ученый, 2015. - 981 с.
22. Некрылова А.Ф. Русские народные городские праздники, увеселения и зрелища / А.Ф. Некрылова. - М.: ЁЁ Медиа, 2019. - 785 с.
23. Никитин, В. Ю. Мастерство хореографа в современном танце. Учебное пособие / В.Ю. Никитин. - М.: ГИТИС, 2017. - 472 с
24. Одинцова И.В. Звуки. Ритмика. Интонация / И.В. Одинцова. - М.: Флинта, 2018. - 702 с.
25. Радынова О. П. Теория и методика музыкального воспитания: учебник для СПО / О. П. Радынова, Л. Н. Комиссарова; под общ. ред. О. П. Радыновой. — 3-е изд., испр. и доп.- М.: Издательство Юрайт, 2019. — 293 с.
26. Рыжова Н.В. Артикуляционная гимнастика для малышей / Н.В. Рыжова. -М.: Сфера,2017.-507 с.
27. Фирилёва Ж. Е. Танцы и игры под музыку для детей дошкольного возраста. Учебно-методическое пособие / Ж.Е. Фирилёва, А.И. Рябчиков, О.В. Загрядская. - М.: Лань, Планета музыки, 2016. - 160 с.
28. Шаграева О. А. Детская психология. Теоретический и практический курс / О.А. Шаграева. - М.: Владос, 2016. - 368 с.
29. Шаповаленко, И. В. Психология развития и возрастная психология: учебник и практикум для СПО / И. В. Шаповаленко. -3-е изд., перераб. и доп. -М.: Издательство Юрайт, 2019. — 575 с.
30. Эйдельман Л.Н. Формирование осанки у дошкольников средствами хореографии и классического танца. // Известия Российского Государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2016. № 105. С. 124-128.

Приложение 1

Вопросы для собеседования

1. Какие направления хореографии ты знаешь? (Народный танец, классический танец, эстрадная хореография, современная хореография, уличные танцы)
2. Какие простейшие танцевальные элементы ты знаешь?
3. Как называется подготовительное движение для исполнения упражнений? (реверанс, поклон, *preparation*)
4. Назови приспособление, служащее опорой танцовщикам? (*станок,* палка, обруч)
5. Что такое партерная гимнастика? (*гимнастика на полу*, гимнастика у станка, гимнастика на улице)
6. Сколько позиций рук в классическом танце? (2, *4,* 3)
7. Назови обувь балерины? (балетки, джазовки, *пуанты*);
8. Как называется балетная юбка? (*пачка*, зонтик, бабочка)
9. Что такое детская йога?
10. Как называются танцы, в которых применяют «потешки»?

Приложение 2

Таблица нормативов для детей дошкольного возраста

(Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. Пособие для студ. высш. учебных заведений/Эмма Яковлевна Степаненкова. -2-е изд., испр. -М. Издательский центр «Академия», 2006. -368с.)

№	Упражнения	Мальчики			Девочки		
		5 лет	6 лет	7 лет	5 лет	6 лет	7 лет
1	Бег 30 м	9,2 сек	8,5 сек	7,9 сек	9,8 сек	9 сек	8,3 сек
2	Прыжок в длину с места	81,2 см	91,8 см	102,4 см	66 см	80 см	94 см
3	Бросок набивного мяча	270 см	228,5 см	187 см	221 см	179,5 см	138 см
4	Гибкость	2 см	4,5 см	7 см	4 см	6 см	8 см
5	Равновесие	7,0 сек	9,4 сек	11,8 сек	9,4 сек	11,8 сек	14,2 сек

Приложение 3

Практические задания для учащихся

1. Показ позиции ног, рук по программе.
2. Строевые приёмы. Показ танцевальных номеров по программе.
3. Показ элементов народного танца.
4. Показ элементов классического танца на середине зала по программе.
5. Показ упражнения для формирования выворотности стоп «Жучок», «Лягушка», «Бабочка».
6. Показ упражнения для формирования правильной осанки «Куколки», «Бабочка».
7. Показ упражнения для формирования танцевального шага «Лягушка» с переходом через поперечный шпагат.
8. Показ основных упражнений*:* roll up, roll down, release, stretching, twist, flat back, deep body bend.
9. Показ основных гимнастических упражнений (по выбору): выпады в сторону и глубокие выпады, «Бабочка», растяжка «Четвёрка», наклоны головы, растяжка поверхности шеи, плеч, спины, «Берёзка», поза собаки и кошки, прогиб назад стоя, наклоны, растяжка партерная, растяжка на четвереньках.
10. Показ основных упражнений детской йоги (по выбору): «Кренделёк», «Спокойствие», «Самолётик», «Кобра», «Слоник», «Чертик из коробочки», «Выдра», «Йога», «Лев», «Устрица».

Приложение 4

Терминологический словарь

Preparation [препарасъон] - подготовительное движение, выполняемое перед началом упражнения. Крестом - выполнение элементов в следующих направлениях: вперед, в сторону, назад, в сторону или в обратном направлении.
Адаптация – процесс активного приспособления ребенка к условиям социальной среды с помощью мероприятий по установлению соответствия поведения воспитанника принятым в обществе правилам, нормам и ценностям или корректировке несоответствия такого поведения; вид взаимодействия его с социальной средой.
Анкетирование – метод получения информации, основанный на опросе людей для получения сведений о фактическом положении дел.
Апломб – устойчивость или равновесие, главным стержнем которого является позвоночник.
Арабеск – основная поза классического танца.
Балет - вид сценического искусства.
Беседа – метод получения информации на основе вербальной коммуникации; относится к методам опроса.
Болеро - испанский парный танец.
Волна — целостное движение с последовательным выведением вперед и назад звеньев тела снизу вверх; может выполняться рукой (рука-ми).
Выворотность – раскрытие ног в тазобедренном и голеностопном суставе.
Выкрут - переход из виса спереди в вис сзади или наоборот, вы-полняемый вращением в плечевых суставах.
Жест, язык жестов – система жестов и телодвижений, используемая в танцевальной лексике.
Завязка – событие, порождающее конфликт, она начинает развитие действия в танце.
Классический танец – вид хореографической пластики, построенный на определенных и строгих законах.
Классический экзерсис – комплект упражнений и движение, который исполняется сначала у станка, затем на середине зала.
Комбинация - совокупность элементов и соединений с четко выраженным начальным (вскок, запрыгивание) и конечным (как пра-вило, соскок) элементами.
Композиция – сочинение хореографа из различных танцевально-пластических элементов, образующее единое целое.
Концовка – окончательное движение, характерное для мужского танца.
Координация – соответствие и согласие всего тела.
Кувырок — вращательное движение тела с последовательным ка-санием опоры и переворачиванием через голову.
Мамбо - латиноамериканский танец.
Мост — максимально прогнутое положение тела с опорой ногами (ногой) и поднятыми вверх руками (рукой).
Музыкально-подвижные игры – ведущий вид деятельности дошкольника, связанный с приемами имитации, подражания, соревнований, образных сравнений и ролевых ситуаций.
Наглядность – предполагает непосредственное зрительное восприятие.
Натянутый подъем – стопа опущена пальцами книзу, носок оттянут вниз.
Переворот — вращательное движение тела с полным переворачи-ванием через голову и опорой руками (рукой).
Перепляс - русский массовый танец.
Подбор репертуара – творческий и индивидуальный процесс для каждой группы воспитанников.
Подъем сокращенный – стопа тыльной поверхностью поднята к передней поверхности голени.
Поза – статичное положение тела, выражающее определенное состояние и настроение.
Позиции ног – точная пропорция, которая определяет расположение выворотных ног, их удаление или сближение и тело при этом находится в состоянии покоя или в движении.
Позиции рук – правильная постановка отдельных частей: кисти, пальцев, локтя, плеча.

Поочередные **-** движения, выполняющиеся сначала одной ко-нечностью (рукой или ногой), затем другой.
Последовательные - движения, выполняющиеся одно за дру-гим с отставанием второй конечности на часть (обычно половину) амп-литуды.
Постановка тела – корпус в вертикальном положении, позвоночник вытянут, плечи и грудная клетка раскрыты, лопатка оттянута к пояснице, голова держится прямо.
Практика – материальная, целеполагающая деятельность человека.
Прыжки опорные - выполняются с дополнительной опорой (толчком) руками или рукой при полете над снарядом.
Прыжок — свободный полет после толчка ногами или одной ногой.
Релеве – поднимание на пальцах.
Репертуар – подбор произведений, исполняемых в концертах.
Репетиция – подготовительное, пробное исполнение произведения.
Рефлексия – внутренняя деятельность человека, ориентированная на самопознание, осмысление своих действий и состояний. Это не просто знание и понимание субъектом самого себя, но и выявление того, как другие знают и понимают «рефлектирующего», его личностные особенности, эмоциональные реакции и когнитивные (связанные с познанием) представления.
Рисунок танца – исходный материал, рожденный традицией народа и обязательной характеристикой каждой хореографической композиции.
Ритмика – выразительное движение, тесно связанное с музыкой.
Роль – образ, воплощенный в сценической версии.
Самостоятельная работа – способность личности к деятельности, совершаемой без вмешательства со стороны.
Стопа – сложный в анатомическом и функциональном отношении аппарат, являющий опорой тела человека и регулятор функции равновесия.
Сюжет – система событий в произведении, раскрывающая его основной конфликт.
Танцевальный шаг – амплитуда, способствующая высоте прыжка, который обеспечивает широту и свободу движений.
Умение – освоенный способ выполнение действия.
Форс -необходимое подготовительное движение руками для выполнения пируэтов,
Чарлстон - американский бальный танец.
Школа танца – внутренний слой, который несет в себе исполнитель, трактующий то или иное танцевальное произведение.
Элемент - кратчайшее гимнастическое упражнение, характеризу-ющееся законченностью и невозможностью расчленения на составляю-щие элементы.
Эмоциональный настрой – свойство человека, характеризующее содержание, качество и динамику его эмоций и чувств.
Яблочко - матросский танец.
Язык танца – создания мира общения чувств и эмоционального контакта.

Приложение 5

Описание ритмических упражнений

«Тик- так»- наклоны головы в стороны. При этом дети произносят слова «тик-так».

«Динь-дон»- наклоны головы вперёд- назад. При этом дети произносят слова «динь- дон».

«Нехочуха»- повороты головы вправо- влево. При этом дети произносят слова «не хочу, не буду».

«Колобок»- вращение головы. Педагог рассказывает о том, как колобок катится по дорожке.

«Гуси»- шея вытягивается вперед, и дети «шипят», имитирую шипение гусей.

«Ничего не знаю»- дети приподнимают плечи вверх и говорят «ничего не знаю». По мере усвоения добавляется поворот корпуса.

«Елочка»- Сначала правой рукой (следить, чтобы дети не сгибали локоть) имитируя веточку елочки приподнимают плечо в сторону на 3 движения плечом, аналогично дети исполняют движение левой рукой. По мере усвоения движение делается одновременно двумя руками.

«Здороваемся с пальчиками»- пальчиковая гимнастика.

«Замочек»- дети замыкают пальцы в замочек и совершают круговые движения запястий рук.

«Волны»- руки в «замке», совершают волнообразные движения запястий рук.

«Рогатка»- держа руки перед собой, не сгибая локоть, отогнуть пальцы одной руки с помощью другой.

«Шарики»- в игровой форме проучиваются позы рук классического танца.

«Дружные ножки»- с помощью игровой формы проучиваются позиции ног в классическом танце.

«Бабушки- дедушки»- упражнение направлено на работу плечевого пояса, при этом плечи вначале поднимаются вверх и при опускании направляются вниз-вперед.

«Циркуль»- совершают вращательные движения туловищем сначала в одну сторону, затем в другую.

«Страусы»- данное упражнение исполняется по принципу «складочки», дети совершают наклон вперёд, ноги прямые, руками стараются коснуться пола. Педагог говорит: «страусы гуляют» -руки подняты вверх и ладонь лежит на ладони так, что это напоминает голову страуса, при этом дети поочередно поднимают колено вверх. Педагог говорит: «страус испугался»- происходит наклон корпуса (как бы сложиться пополам).

«Коробочка»- лежа на животе, опираясь на руки, происходит прогиб корпуса. Ноги согнуты в коленях так, чтобы при прогибе, голова могла коснуться ног.

«Бабочка»- упражнение направлено на развитие подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра. Дети сидят на полу, ноги согнуты в коленях, бедра отведены назад в стороны, стопы соединены подошвенной частью. Дети раскачивают колени и стараются как можно ниже положить их на пол.

«Лягушка»- данное упражнение развивает выворотность и танцевальный шаг. Исполняется лёжа на животе. Бедра отвести, колени согнуты, стопы касаются друг друга подошвенной частью.

Приложение 6

Описание народных игр и потешек

1.Вышли мышки:

Вышли мышки как-то раз (Ходьба на месте или продвигаясь вперед в колонне.)
Поглядеть, который час. (Повороты влево, вправо, пальцы «трубочкой» перед глазами.)
Раз, два, три, четыре (Хлопки над головой в ладоши.)
Мышки дернули за гири. (Руки вверх и приседание с опусканием рук "дернули за гири".)
Вдруг раздался страшный звон, (Хлопки перед собой.)
Убежали мышки вон. (Бег на месте или к своему месту.)

2. «Солнышко и тучка»:

Солнышко, солнышко, выгляни в окошечко!
Твои детки плачут, по камушкам скачут. (Дети строятся в колонну по одному).
Выглянуло солнышко и зовёт гулять.
Как приятно с солнышком вместе нам шагать! (Ходьба в колонне по одному).
Выглянуло солнышко, светит высоко.
По тропинке с солнышком нам бежать легко (Бег друг за другом).
По тропинке с солнышком нам шагать легко.
Ярко светит солнышко, светит высоко. (Ходьба в колонне по одному). Вдруг мы тучку увидали.
От неё мы побежали.
Мы бежали, мы бежали, мы от тучки убегали. (Бег друг за другом). Снова солнышко сияет, наши детушки шагают.
Дружно, весело идут и совсем не устают. (Ходьба).
Солнышко скрывается – туча надвигается.
Будем солнышко искать, будем с солнышком играть! (Перестроение в круг).
Где же солнышко-калаколышко? (И.П. стоя, ноги слегка расставлены, руки вниз. Поднять плечи – «удивиться», вернуться в И. П. (4 раза.)
Скрылось солнышко за тучку. Нету солнышка. (И. П. – стоя ноги на ширине плеч, руки на пояс. Поворот вправо – И. П., влево – И. П. (по 2 раза в каждую сторону.)
Показался солнца лучик – стало нам светлее.
Справа лучик, слева – лучик, стало веселее. (И. П. – то же. Присесть, руки вперёд, ладони вверх – И. П. (4 раза.)
Ты ладошки нам погрей, наше солнышко,
Наше солнышко-колоколышко. (Прыжки на двух ногах. На произнесение слов 2-й раз – ходьба на месте. (2 раза.)
Солнцу рады все на свете.
И воробушки, и дети.
Солнышко и тучка рядышком живут.
По утрам ребяток поиграть зовут.
С солнцем вместе мы шагали и от тучки убегали.
Завтра будем мы опять в солнце, тучку все играть (Ходьба друг за другом).

3. «Цветочные ворота»:

Необходимо выбрать двух участников, которые встанут в любом углу класса и будут изображать «цветочные ворота» (поднимая и опуская соединённые руки). Все остальные участники – «пчёлки», которые живут за цветочными воротами.
Ход игры:
Когда звучит быстрая музыка – ворота открываются (поднять соединённые руки вверх), а пчёлки вылетают на полянку собирать мёд.
Когда звучит медленная музыка – ворота закрываются (медленно опустить соединённые руки вниз), а те пчёлки, которые не успели залететь в них, выходят из игры.

Игра продолжается до тех пор, пока не останется два последних участника, которые становятся «цветочными воротами».

4. «Плетень»:

Дети, берутся за руки и становятся четырьмя шеренгами (одна напротив другой). Под музыку русской народной мелодии каждая из шеренг по очереди идет навстречу противоположной шеренге и кланяется. После поклона дети возвращаются на прежнее место. С началом веселой плясовой дети выходят из своих шеренг, расходятся по всей комнате, танцуют, используя известные плясовые движения. Как только музыка закончится, каждая шеренга должна занять свое первоначальное место, а дети быстро и правильно “заплести плетень” (взяться за руки крест-накрест).

5. «Челночек»:

Дети делятся на две команды и встают в две шеренги, лицом друг к другу, руками образуя «воротца». С началом звучания быстрой, веселой музыки первый ребенок в шеренге «челночком» пробегает через все «воротца». Когда он достигает конца шеренги, двигаться в том же порядке начинает следующий. Выигрывает команда, которая быстрее закончит перемещения.

6. «Челночки»:

Дети, стоящие в две шеренги лицом друг к другу, берутся за руки. Движение легкими шагами в такт музыке начинает первая пара: она выдвигается из шеренги в сторону, огибает соседнюю пару, проходит между этой и следующей парами, выдвигается в другую сторону шеренги и продолжает движение челночком между остальными парами. Пара, следующая за ведущей, ждет, когда «челночек» уйдет вглубь шеренги на расстояние двух пар, и начинает аналогичное движение. Челночки доходят до конца шеренги и возвращаются обратно на свое место тем же способом. Первой окажется на своем месте ведущая пара. Ее задача делать шаги на месте до тех пор, пока все остальные пары не закончат движение. После этого она назначает новую фигуру.

7. «Ручеек»:

Дети выстраиваются парами в колонну, взявшись за руку с партнером, лицом к ведущей паре. Ведущая пара поворачивается, встает напротив всей колонны и начинает движение вглубь ручейка. Первая пара пропускает идущих через воротца поднятых рук, а следующая за ней, наоборот, сама проходит через воротца идущей в глубь ручейка пары и т.д. Ведущая пара, дошедшая до конца ручейка, поворачивается по ходу шеренги, становясь ее завершением. Каждая следующая пара, оказавшись на месте ведущей, в свою очередь, поворачивается лицом к шеренге и начинает движение вглубь ручейка. Движение продолжается до тех пор, пока ведущая пара не оказывается на своем месте, дожидаясь, когда и все остальные придут на свои места. Затем назначается следующая фигура.

8. «Вьюн»:

Дети встают в колонну парами лицом к ведущей паре, но отпускают руки партнера и отодвигаются в стороны, образуя две шеренги. Ведущая пара поворачивается лицом друг к другу, как бы закругляя шеренгу. Дети ведущей пары берутся за правые руки и обходят друг друга, левой рукой ухватываясь за левую руку стоящего в противоположной шеренге. Движение, начатое ведущей парой, продолжается по всей шеренге всеми, когда до них дойдет очередь, и до тех пор, пока все, начиная с ведущей пары, не окажутся на своих местах. Далее фигуры танца снова могут назначаться ведущей парой и исполняться до тех пор, пока звучит песня.

Приложение 7

Описание упражнений детской йоги

1. Кренделек

Посадите ребёнка на коврик так, чтобы его туловище было перпендикулярно ногам, которые вытянуты вперёд. Далее малыш должен скрестить ноги перед собой, чтобы получилось подобие позы лотоса, однако закидывать ступни вверх не нужно. После того как чадо заняло начальное положение, попросите его опереться левой рукой на правое колено. При этом правая рука должна оттягиваться назад. В процессе выполнения малыш слегка прогибает спину и набирает полную грудь воздуха.

Все упражнения в йоге для детей выполняются медленно и плавно. Любые быстрые движения или рывки могут привести к травме.

Выполнение асаны продолжается с повторением этого действия, только с другой рукой.

2. Спокойствие

Далее следует упражнение, которое используется для медитации. Этой асаной можно заменить перерыв между упражнениями. Попросите малыша сесть по-турецки, скрестив ноги перед собой. Внимательно посмотрите на положение, так как чадо должно сидеть ровно, колени должны быть на одной линии. Далее просим малыша положить кисти рук на колени ладонями вверх, прогнуться в спине и глубоко вдохнуть, чтобы полностью напомнить лёгкие воздухом. Повторить асану можно 3-5 раз.

3. Самолетик

Дитя должно лечь животом на подстилку, после чего поднять прямые руки и ноги, отрывая лишь верхнюю часть туловища от пола. Голова при этом устремляется вверх. Попросите, чтобы чадо на секунду фиксировало тело в верхней точке. В процессе выполнения нужно глубоко дышать.

4. Кобра

Асана особенно полезна для тех детей, у которых есть проблемы с позвоночником (сколиоз, лордоз). Упражнение укрепляет мышцы спины и поясничного отдела. Малыш должен лечь на живот, после чего подтянуть согнутые в локтях руки под себя, чтобы они расположились под грудной клеткой. Далее, опираясь на локти и предплечья, чадо должно приподнять туловище без помощи ног. Нижние конечности должны быть прямыми. Все асаны выполняются только за час до еды, либо через 2 часа после приёма пищи. Пренебрежение этим правилом может привести к тошноте, болям в желудке или рвоте.

В процессе поднятия туловища, локти располагаются не по обеим сторонам от груди, а под ней, что является важным. Во время выполнения нужно делать медленный полный вдох грудью.

5. Слоник

Ваше чадо должно стать ровно, поставить ноги на ширине плеч. Далее малыш наклоняется вперёд так, чтобы угол между туловищем и ногами был приближен к прямому. Попросите его направить руки вниз и сомкнуть их. В процессе выполнения, малыш должен медленно качать сомкнутыми руками из стороны в сторону, при этом оставаясь в статичной позе. Дыхание ровное и глубокое.

Йога для детей: польза, особенности, упражнения с описанием и пояснениями

6. Чертик из коробочки

Ребёнок садится на подстилку, вытягивая ноги вперёд. Затем он должен подтянуть колени к груди так, чтобы согнутые конечности было удобно обхватывать руками. Далее чадо кладёт голову на колени, обжимая ноги руками.

Во время опускания головы на колени нужно полностью выдохнуть, а на вдохе прогнуть спину и поднять голову вверх. Всё выполняется медленно и плавно.

7. Выдра
Ребенок ложится на живот, вытягивая руки перед собой. Ноги должны быть прямыми. Далее малыш начинает медленно поднимать голову и туловище, напрягая верхние конечности. В процессе поднятия передней части тела, ребёнок подтягивает руки под себя, чтобы они, в конечном итоге, были перпендикулярны ногам. В процессе выполнения ноги остаются неподвижными, таз прижат к полу. Спина должна прогибаться, чтобы асана была выполнена правильно.

8. Йога
Наиболее простая асана, которая позволяет наладить и успокоить дыхание. Малыш становится прямо, расстояние между ногами минимальное. Медленно поднимает руки вверх, чтобы образовалась английская буква «Y», параллельно наполняет лёгкие кислородом. В этом положении можно немного задержаться, после чего повторить выполнение заново.

9. Лев
Ребёнок должен встать на колени так, чтобы корпус продолжал линию бёдер. Далее попросите его опустить грудную клетку на бёдра так, чтобы в процессе выполнения опустил седалище на пятки. Руки нужно держать перед собой, ладонями вниз. Далее нужно сделать медленный вдох полной грудью, после чего перенести центр тяжести на прямые руки, устремившись вперёд, и зарычать, выпуская воздух. В конце вернуться в исходное положение.

10. Устрица
Малыш должен сесть прямо, после чего соединить ноги перед собой подошва к подошве. Далее ему слегка наклониться вперёд, и положить руки под колени так, чтобы локти касались поверхности пола. Медленно вдыхая и выдыхая воздух, ребёнок должен неспешно коснуться лбом соединённых подошв. Кисти рук в процессе выполнения могут удерживать ноги в статичном положении.

Терминологический словарик по классическому танцу

Танец - ритмичные, выразительные движения, обычно выстраиваемые в определённую композицию и исполняемые с музыкальным сопровождением.

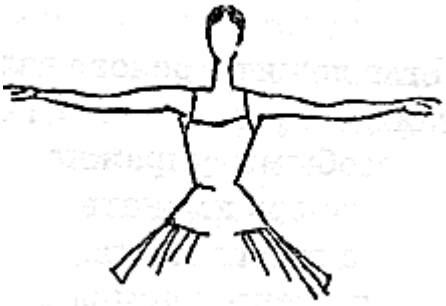
Балет- (фр. ballet, от лат. ballo — танцую) — вид искусства, основанный на неразрывной связи между собой музыки и танца.

Позиции рук:

Подготовит. положение

***Подготовительное положение позиции рук*:**
Руки слегка свободно опущены книзу, округлены в и локтях и расположены перед корпусом, образуя овал. Пальцы сгруппированы, как указано выше. Кисти почти соприкасаются.

Первая позиция рук:
Руки, сохраняя округлость, поднимаются на высоту диафрагмы. Во время движения их следует поддерживать в 2-ух опорных точках — в локтях и пальцах — на одном уровне. Перед тем, как приступить к изучению наиболее трудной второй позиции, следует освоить третью позицию. По своему построению она аналогична первой позиции.



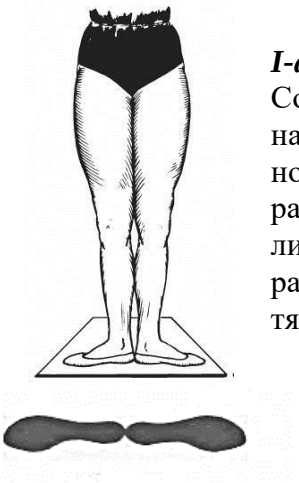
II позиция

Вторая позиция рук:
Руки из первоначального подготовительного положения приподнимаются в 1-вую позицию. Сохраняя округлость, они постепенно раскрываются в стороны, начиная движение от самих пальцев. При этом они поддерживаются в двух опорных точках — в и локтях — на одном уровне. В конце движения руки находятся чуть впереди корпуса, с продолжением в линию раскрытых и опущенных плеч

III позиция

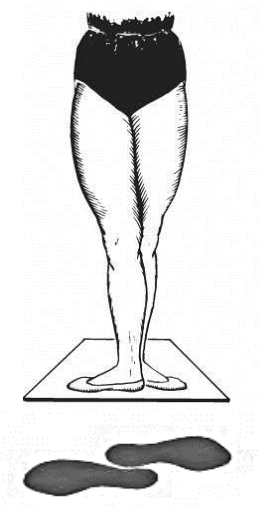
Третья позиция рук:
Руки из подготовительного положения поднимаются в первую позицию. Сохраняя округлость, они поднимаются наверх, как бы заключая голову в овальную рамку.

Позиции ног-

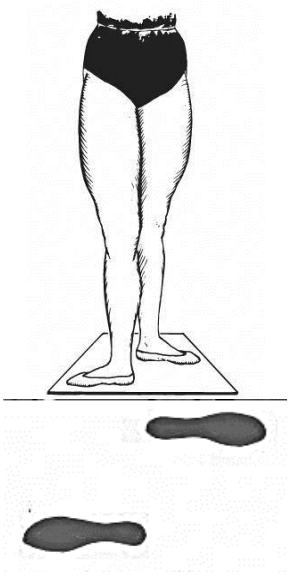


I-ая позиция ног:
Сомкнутая стойка носки наружу. Пятки сомкнуты, носки наружу. Ноги расположены на одной линии с равномерным распределением центра тяжести по всей стопе

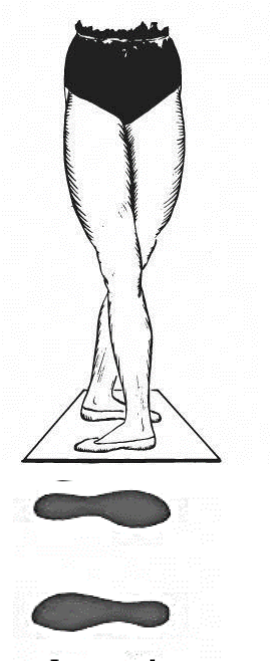
II –ая позиция ног:
Широкая стойка ноги врозь носки наружу. Ноги расположены друг от друга на одной линии на расстоянии одной стопы с равномерным распределением центра тяжести между стопами



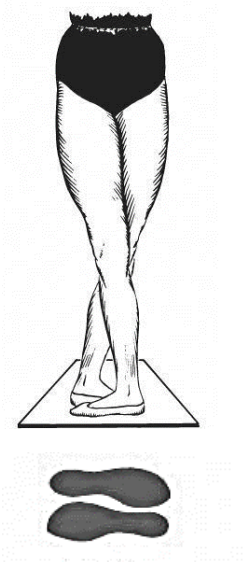
III –ая позиция ног:
Правая приставлена к середине левой стопы (носки наружу)



IV –ая позиция ног:
Стойка ноги врозь, правая перед левой (на расстоянии одной стопы) носки наружу (выполняется с обеих ног)



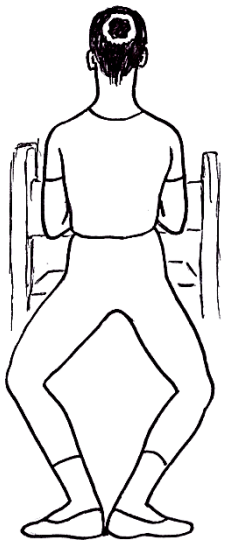
V – пятая позиция ног:
Сомкнутая стойка правая перед левой, носки наружу (правая пятка сомкнута с носком левой, выполняется с обеих ног)



VI – ая позиция ног:
Сомкнутая стойка (пятки и носки сомкнуты)

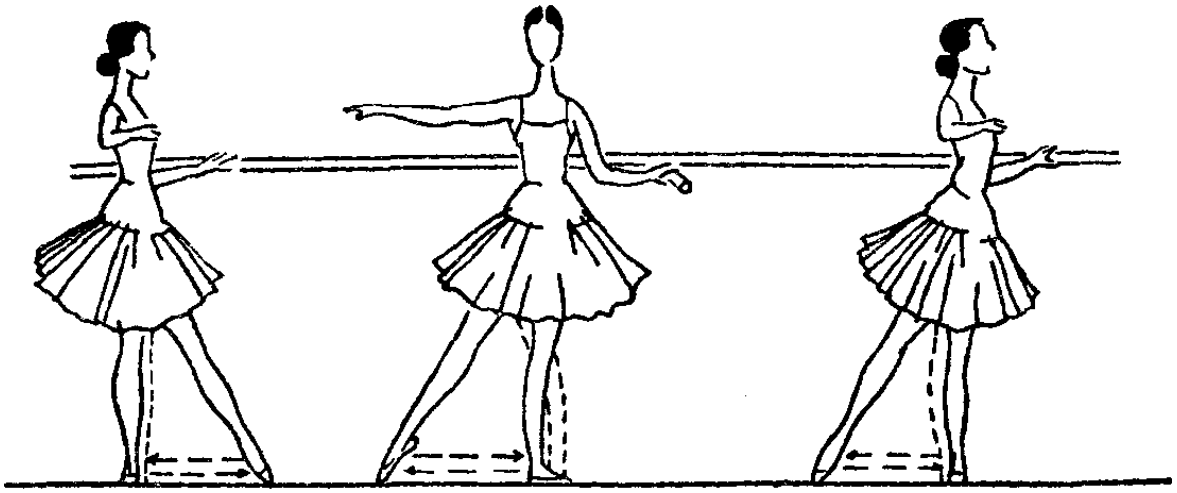
Plié — это приседание (мягкая пружинка)

Demi plie (маленькое приседание)

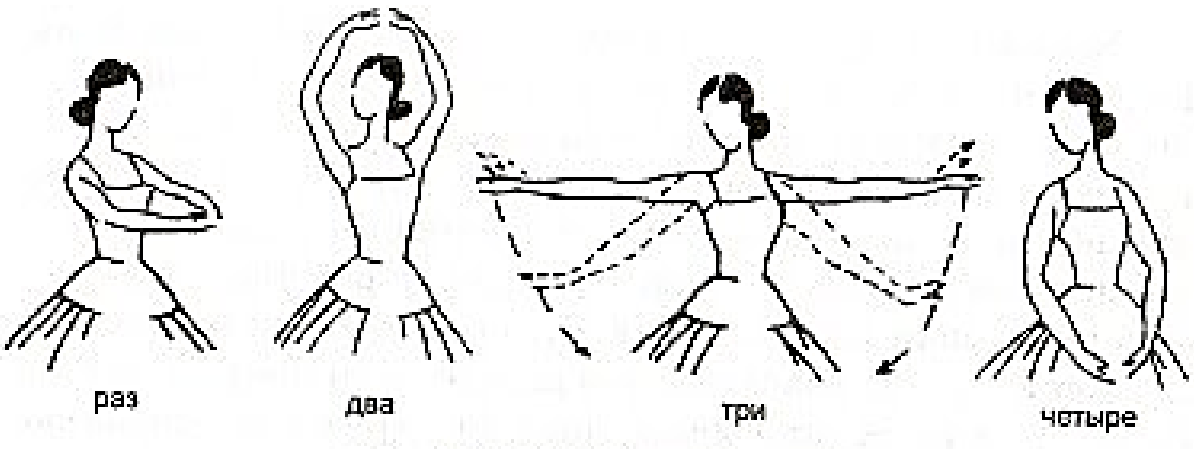


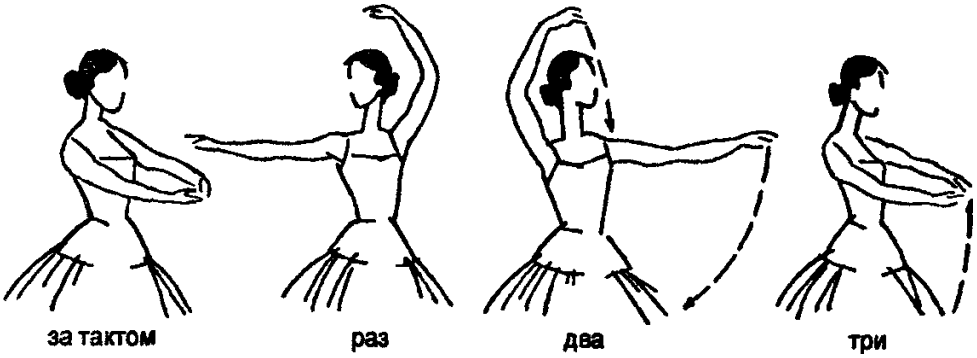
Grand plie (глубокое приседание)

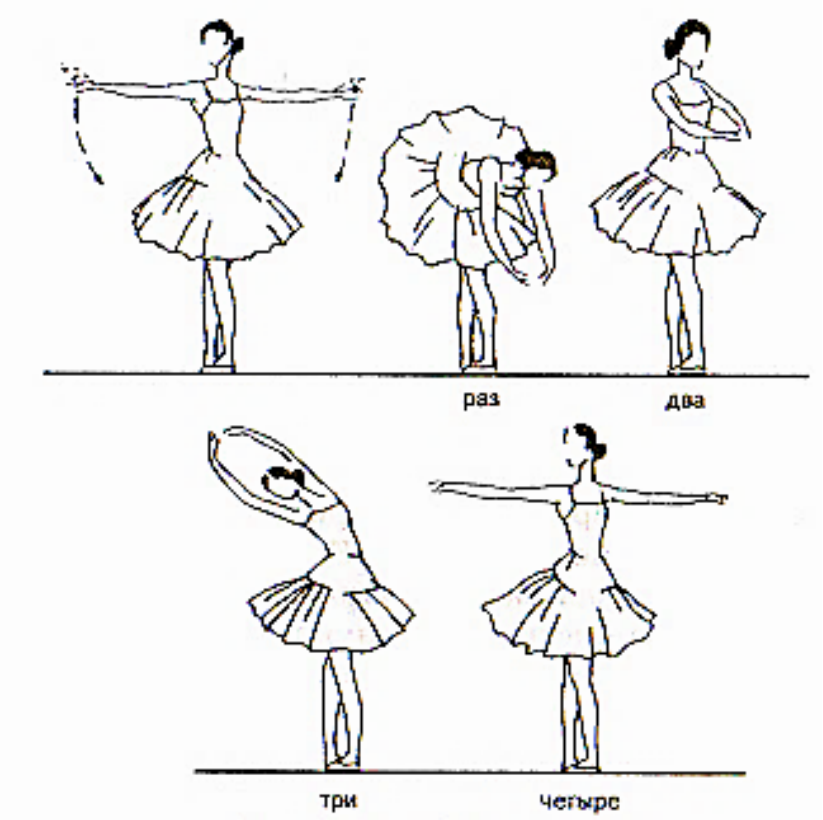
Battement tendu – выдвижение ноги вперёд, в сторону и назад, не отрывая носка от пола. Исполняется из I, V позиций ног.



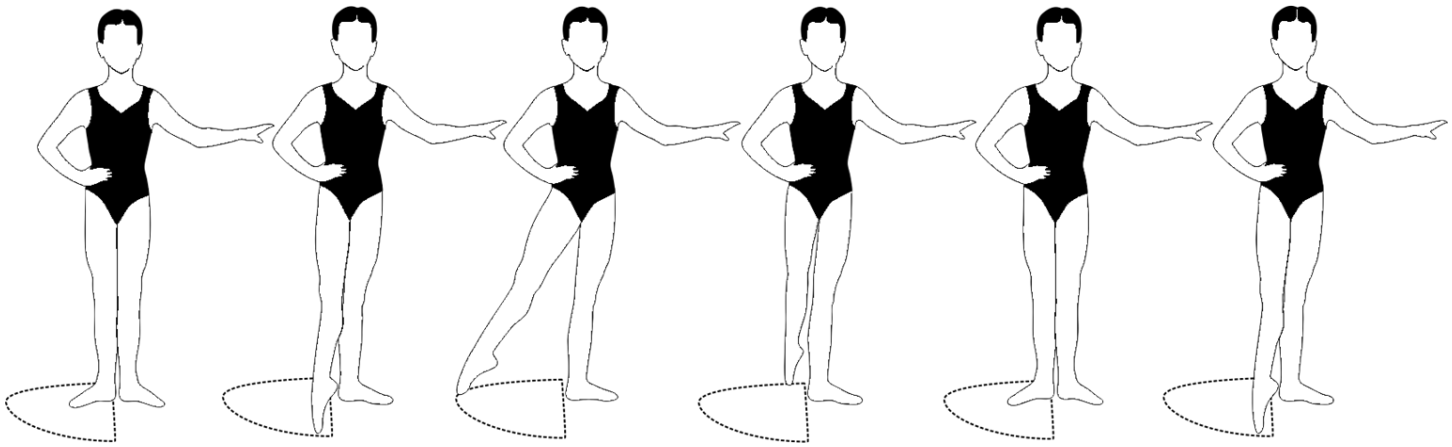
Пор де бра (PORT DE BRAS)- движения рук, с участием поворота или наклона головы и корпуса.







Rond de jampe par terre – круг ногой по полу по точкам battement tende, не отрывая носка от пола. Исполняется из I позиции ног



Приложение 9

Особенности постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций.

Приложение 10

Календарный учебный график

N п/п	Дата проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Место проведения
1.		Знакомство с правилами поведения до, вовремя и после занятий.	1 ч	учебное занятие	Собеседование	Группа ДОУ
2.		Виды ритмических упражнений	1 ч	комбинированное занятие	Наблюдение	Группа ДОУ
3.		Видах танцевальных шагов, бега и прыжков.	1 ч	учебное занятие	Практические задания	Группа ДОУ
4.		Шаг с носка; с подъемом бедра на 90 градусов; в глубоком плие	1 ч	учебное занятие	Практические задания	Группа ДОУ
5.		Шаги на полу пальцах; приставной шаг в сторону, переменный шаг	1 ч	учебное занятие	Практические задания	Группа ДОУ
6.		Перескоки; бег с отбрасыванием ног назад или вперед	1 ч	учебное занятие	Практические задания	Группа ДОУ
7.		Подскоки в продвижении, на месте; боковой галоп; шаг польки	1 ч	учебное занятие	Практические задания	Группа ДОУ
8.		Разминка по кругу и на середине зала	1 ч	учебное занятие	Практические задания	Группа ДОУ
9.		Упражнения для улучшения гибкости шеи	1 ч	физкультурно-оздоровительное	Наблюдение	Спорт. зал ДОУ
10.		Упражнения для улучшения плечевого пояса, плечевых и локтевых суставов	1 ч	физкультурно-оздоровительное	Наблюдение	Спорт. зал ДОУ
11.		Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага	1 ч	физкультурно-оздоровительное	Наблюдение	Спорт. зал ДОУ
12.		Разминка по кругу и на середине зала	1 ч	учебное занятие	Практические задания	Группа ДОУ
13.		Шаги на полу пальцах; приставной шаг в сторону, переменный шаг	1 ч	учебное занятие	Практические задания	Группа ДОУ
14.		Простейшие танцевальные элементы	1 ч	учебное занятие	Практические задания	Группа ДОУ
15.		Простейшие построения: линия колонка	1 ч	учебное занятие	Практические задания	Группа ДОУ
16.		Круг; сужение и расширение круга; различие правой, левой руки, ноги, плеча.	1 ч	учебное занятие	Практические задания	Группа ДОУ
17.		Простейшие построения: линия колонка	1 ч	учебное занятие	Практические задания	Группа ДОУ

18.		Повороты вправо, влево; пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7)	1 ч	учебное занятие	Практические задания	Группа ДОУ
19.		Простейшие построения: линия колонка	1 ч	учебное занятие	Практические задания	Группа ДОУ
20.		Партерная гимнастика	1 ч	учебное занятие	Практические задания	Группа ДОУ
21.		Упражнение для выворотности стоп «Жучок»	1 ч	физкультурно-оздоровительное	Наблюдение	Спорт. зал ДОУ
22.		Упражнение для формирования танцевального шага (растяжки)	1 ч	физкультурно-оздоровительное	Наблюдение	Спорт. зал ДОУ
23.		Танцевальный шаг «Лягушка» с переходом через поперечный шпагат.	1 ч	Практическое занятие	Творческая работа	Группа ДОУ
24.		Упражнение для развития выворотности ног сидя и лёжа на спине.	1 ч	физкультурно-оздоровительное	Наблюдение	Спорт. зал ДОУ
25.		Упражнения «Березка», «Орешек», «Лодочка».	1 ч	физкультурно-оздоровительное	Наблюдение	Спорт. зал ДОУ
26.		Танцевальная ритмика	1 ч	учебное занятие	Практические задания	Группа ДОУ
27.		Ритмические разминки и упражнения	1 ч	учебное занятие	Практические задания	Группа ДОУ
28.		Разучивание танцевальных игр	1 ч	учебное занятие	Практические задания	Группа ДОУ
29.		Танцевальные игры: «Разноцветная игра», «Красная шапочка»	1 ч	учебное занятие	Практические задания	Группа ДОУ
30.		Характеристика строевых упражнений и шагов.	1 ч	физкультурно-оздоровительное	Наблюдение	Спорт. зал ДОУ
31.		Основные шаги: активный марш на месте	1 ч	занятие – тренировка	Практические задания	Группа ДОУ
32.		Ходьба на носках, с высоким подниманием колена, с вытяжением носка вперёд	1 ч	занятие – тренировка	Практические задания	Группа ДОУ
33.		Основы классического танца	1 ч	занятие – тренировка	Практические задания	Группа ДОУ
34.		Терминология по классическому танцу	1 ч	комбинированное занятие	собеседование	Группа ДОУ
35.		Изучение поклона для девочек и мальчиков.	1 ч	занятие – тренировка	Наблюдение	Группа ДОУ

36.		Изучение позиции ног (I, VI), рук (I, II, III)	1 ч	занятие – тренировка	Наблюдение	Группа ДОУ
37.		Постановка корпуса (композиция «Ёлочка»)	1 ч	занятие – тренировка	Наблюдение	Группа ДОУ
38.		Позиции рук (I, II, III и подготовительное положение) на основе композиции «Шарик».	1 ч	занятие – тренировка	Наблюдение	Группа ДОУ
39.		Элементы современного танца (джаз-танец).	1 ч	комбинированное занятие	Практическая работа	Группа ДОУ
40.		Упражнения: roll up, roll down, release, stretching, twist, flat back, deep body bend.	1 ч	физкультурно-оздоровительное	Наблюдение	Спорт. зал ДОУ
41.		Современные направления в хореографии (хип-хоп).	1 ч	физкультурно-оздоровительное	Наблюдение	Спорт. зал ДОУ
42.		Игра- танец с постановкой позиций рук и ног.	1 ч	физкультурно-оздоровительное	Наблюдение	Спорт. зал ДОУ
43.		Элементы народного сценического танца в виде игр	1 ч	учебное занятие	Практическая работа	Группа ДОУ
44.		Особенности постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций.	1 ч	комбинированное занятие	Наблюдение	Группа ДОУ
45.		Изучение потешек и народных хороводных игр	1 ч	учебное занятие	Наблюдение	Группа ДОУ
46.		Разучивание народных хороводных игр: «Каравай»	1 ч	учебное занятие	Наблюдение	Группа ДОУ
47.		Упражнения партерной гимнастики.	1 ч	физкультурно-оздоровительное	Наблюдение	Спорт. зал ДОУ
48.		Основные упражнения: выпады в сторону и глубокие выпады	1 ч	занятие – тренировка	Наблюдение	Группа ДОУ
49.		Наклоны головы, растяжка поверхности шеи, плеч, спины, «Берёзка»	1 ч	занятие – тренировка	Наблюдение	Группа ДОУ
50.		Поза собаки и кошки, прогиб назад стоя, наклоны, растяжка партерная и на четвереньках.	1 ч	занятие – тренировка	Наблюдение	Группа ДОУ
51.		Танцевальные этюды и сценические номера	1 ч	учебное занятие	Практическая работа	Группа ДОУ

52.		Постановка тематических номеров к мероприятиям	1 ч	учебное занятие	Практические задания	Группа ДОУ
53.		Постановка тематических номеров к мероприятиям	1 ч	учебное занятие	Практические задания	Группа ДОУ
54.		Постановка тематических номеров к мероприятиям	1 ч	учебное занятие	Практические задания	Группа ДОУ
55.		Основные задачи йоги для детей	1 ч	учебное занятие	Практическая работа	Группа ДОУ
56.		Основные упражнения: «Кренделёк», «Спокойствие», «Самолётик», «Кобра», «Слоник», «Выдра», «Йога».	1 ч	занятие – тренировка	зачет	Группа ДОУ
		ИТОГО:	**56ч**			