

Управление образования администрации
ЗАТО г. Радужный Владимирской области
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования Центр внешкольной работы «Лад»
ЗАТО г. Радужный Владимирской области

«РЕКОМЕНДОВАНА»
Экспертным советом
МБОУ ДО ЦВР «Лад»
«07» мая 2024 г. протокол №1

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ ДО ЦВР «Лад»
 Е.Ю.Лобанова
«07» мая 2024 г.
Приказ №_70_____

Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая программа
«Шаг вперед»

направленность: художественная

уровень: стартовый, базовый, продвинутый

возраст учащихся: 10-12 лет

срок реализации: 1 год (72 часа)

автор программы:

Костина Елена Владимировна

педагог

дополнительного образования

г. Радужный

2024

Содержание

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка	3
1.1.1. Направленность программы – социально-гуманитарная.	3
1.1.2. Актуальность программы.....	3
1.1.3. Значимость для конкретного региона, муниципалитета.....	4
1.1.4. Отличительные особенности программы.	4
1.1.5. Новизна программы.....	4
1.1.6. Адресат программы.....	5
1.1.7. Сроки реализации программы.....	5
1.1.8. Уровень программы.....	5
1.1.9. Особенности организации образовательного процесса.....	5
1.1.10. Форма обучения и режим занятий.....	5
1.2. Цель и задачи программы	5
1.3. Содержание программы.....	6
1.3.1. Учебный план.....	7
1.4. Планируемые результаты.....	9

Раздел № 2 Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график.....	10
2.2. Условия реализации программы.....	14
2.3. Формы аттестации.....	14
2.4. Оценочные материалы.....	15
2.5. Методические материалы.....	15
2.6. Рабочие программы (модули) курсов, дисциплин программы	16
2.7. Список литературы.....	17

Приложения20

№ 1. Мониторинг личностно развития в процессе освоения программы	20
№2 Диагностическая карта по мониторингу освоения программы ДО.....	22
№3 Тренировочные упражнения.....	24

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1. 1. Пояснительная записка

Программа художественной направленности, составлена на основе методических пособий Т. Барышниковой «Азбука хореографии», Л.В. Богомолова «Основы танцевальной культуры», Е.П. Раевской «Музыкально-двигательные упражнения», С.И. Бекина «Музыка и движение» и личного опыта. Разработана в соответствии с нормативными документами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 08.12.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2021)
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24.04.2015 № 729-р «Концепция развития дополнительного образования детей»
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

1. 1.1. Направленность программы – социально-гуманитарная.

1.1.2. Актуальность программы

Воспитательный потенциал программ социально-гуманитарной направленности достаточно широк – это духовно-нравственное, гражданско-патриотическое воспитание, социальная адаптация, развитие патриотических чувств, раскрытие творческого потенциала детей. Программы социально-гуманитарной направленности решают задачи формирования у обучающихся нравственно-этических ценностей, накопленных предыдущими поколениями, воспитание культуры общения, *воспитание у школьников любви к своему краю, его истории, культуре, природе, направлены на развитие социальной самостоятельности и ответственности*, развитие коммуникативных способностей и навыков, воспитание гуманных чувств: толерантности, доброжелательности, ответственности за другого, умение подчиняться и руководить и многие другие, воспитание уважения к труду, позитивного преобразования мира.

Программы социально-гуманитарной направленности подразделяются на четыре вида программ:

Освоение обучающимися различных сторон социальной действительности способствует развитию активной гражданской позиции, патриотизму, формированию базовых национальных ценностей: жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, служение Отечеству и ответственность за его судьбу, крепкая семья и т.д. (в соответствии с Указом Президента РФ «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей» от 09.11.2022 № 809.

Актуальность данной программы состоит в том, что она направлена на синтез классической, народной, историко-бытовой и современной хореографии, а также включает набор интегрированных дисциплин, которые помогают обучающимся адаптироваться к репетиционно-постановочной работе. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что позволяет выстроить индивидуальный план развития каждого обучающегося.

1.1.3. Значимость для конкретного региона, муниципалитета

Программы социально-гуманитарной направленности тесным образом связаны с региональным социально-экономическим и социокультурным потребностям Владимирской области, и направлены, прежде всего, на ознакомление обучающихся с народными традициями, культурой, сложившейся в нашей многонациональной стране, а также изучение культурного национального наследия нашего региона проживания, его социо-экономических условий развития. Все это способствует формированию гражданской идентичности, национального самосознания подрастающего человека, гражданина своей страны.

Программы предусматривают участие обучающихся детей и подростков в районных, окружных, городских конкурсах, турнирах, фестивалях, мастер-классах, патриотических акциях и слетах хореографического искусства. При активном участии обучающихся организуются праздники, концертные программы, театрализованные представления, посвященные памятным датам: Дню России, Дню города, Дню народного единства, Дню Защитника Отечества, Дню Победы; сохраняются традиции празднования народных праздников, организуются встречи с ветеранами войны, труда, людьми, прославившими отчизну

1.1.4. Отличительные особенности программы.

Особенностью проектирования и реализации программ по социально-гуманитарному направлению является его построение на содержании проектов и мероприятий Общероссийского общественно-государственного движения детей и молодежи «Движение первых» (далее – РДДМ), созданной в соответствии с Федеральным законом № 261-ФЗ от 14.07.2022 «О российском движении детей и молодежи».

Данная программа - совмещает несколько танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся в течение всего курса обучения.

1.1.5. Новизна программы заключается в ее направленности на приоритетность достижения личностных результатов освоения программы посредством развития социальной активности обучающихся, общей культуры, мировоззрения, ценностно-смысловых установок *в логике формирования социально значимых знаний, отношений и опыта в различных видах воспитывающей деятельности.*

Базовый уровень (11- 14 лет) формирование позитивных отношений обучающихся к базовым ценностям общества (образование, наука, человечество, природа), ценностного отношения к социальной реальности в целом

Приоритетность связана с возрастными возможностями детей и подростков, и не означает *игнорирования других составляющих общей цели воспитания. Приоритет – то, чему педагогам, работающим со школьниками конкретной возрастной категории, предстоит уделять большее, но не единственное внимание.*

1.1.6. Адресат программы:

Данная программа предназначена для обучающихся детей 9-11-лет.

1.1.7. Сроки реализации программы.

Срок освоения программы - 1 год

Возраст обучающихся:

1 год обучения – 10-12 лет

1.1.8. Уровень программы.

Программа базового уровня.

1.1.9. Особенности организации образовательного процесса:

С учетом выбранных форм – традиционная, сетевая, модульная, с использованием ДОТ, с использованием электронного обучения.

Для работы по программе «Шаг вперед» сформирована группа, в зависимости от возраста и физической подготовленности. Состав групп постоянный.

1.1.10. Форма обучения и режим занятий Обучение в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, осуществляется в очной. Допускается сочетание различных форм очной, очно-заочной и заочной.(ФЗ ст.17, п.2,4).

2 уровень (базовый) – применение накопленных знаний в рамках урока и концертно-сценических мероприятий.

Срок реализации – 1 год, 72ч

Режим занятий

два занятия по 2 академических часа в неделю.

1.2. Цель и задачи программы

Цель - формирование нравственно-этических ценностей на основе освоение гуманитарных знаний и формирование готовности к самореализации детей в системе социальных отношений на основе формирования нового уровня социальной компетентности и развития социальной одаренности, накопленных предыдущими поколениями.

Задачи:

- расширение системы представлений и знаний в области гуманитарных наук;
- развитие социальной одаренности и социальной компетентности как способности к жизнедеятельности в обществе на основе присвоенных ценностей, знания норм, прав и обязанностей, умений эффективно взаимодействовать с окружающими и быстро адекватно адаптироваться в изменяющемся мире;

- развитие «универсальных» компетенций (критическое мышление, креативность, умение работать в команде, коммуникативные навыки, навыки разрешения конфликтов, способность принимать решения, овладение умениями социального проектирования и др.); «современной грамотности» (базовые умения действовать в типовых жизненных ситуациях, в меняющихся социально-экономических условиях (финансовая, правовая, информационная и др.)); развитие личностных качеств и социально-эмоционального интеллекта (ответственность, инициативность, стремление к саморазвитию и самопознанию, саморегулирование, эмпатийность, мотивации достижений и др.);

- развитие личностного и профессионального самоопределения (ориентации детей на группу профессий «человек – человек»).

Задачи программы:

Возраст	Задачи программы
---------	------------------

обучающихся	Личностные (воспитательные)	Метапредметные (развивающие)	Предметные (обучающие)
10-12 лет	Формировать интерес к явлениям социальной жизни, элементарные социальные умения (коммуникативность, рефлексия, лидерские качества, культуру общения, дружелюбие), способствующие адаптации, формировать понимание общечеловеческих ценностей.	Формировать познавательные, коммуникативные и регулятивные УУД	На базовом и углубленном уровнях формировать основы знаний в области социальных и гуманитарных наук

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный план – содержит название разделов и тем программы, количество теоретических и практических часов и формы аттестации (контроля), оформляется в табличной форме (ФЗ ст.2 п.22);

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема	Количество часов			Форма контроля
		Все го	Тео рия	Прак тика	
1	<i>Учебно-тренировочная работа</i>				
1.1	Вводное занятие. Техника безопасности. Практические задания по выявлению «О» ЗУН	2	2	-	Собеседование, выполнение тестов
1.2	Партерный экзерсис	8	-	8	Педагогическое наблюдение
1.3	Азбука музыкального движения	6	-	6	Педагогическое наблюдение
1.4	Элементы классического танца	4	1	3	Педагогическое наблюдение
1.5	Элементы народно-сценического танца	4	1	3	Педагогическое наблюдение
1.6	Элементы эстрадного танца	14	-	14	Педагогическое наблюдение
1.7	Работа над репертуаром	16	-	16	Педагогическое наблюдение
2.	<i>Сценическое движение.</i>				
2.1	Творческая деятельность.	12	-	12	Педагогическое наблюдение. Концертная деятельность. Участие в конкур

					сах
2.2	Музыкально-танцевальные игры.	4	-	5	Педагогическое наблюдение
3.	<i>Мероприятия воспитательного характера</i>				
3.1	Диагностика. Беседы об искусстве Прослушивание музыки, посещение концертов	2	-	2	Собеседование. Педагогическое наблюдение
	Итого	72	3	69	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Учебно-тренировочная работа

Тема 1.1: Вводное занятие. (2 час)

Цель: Познакомится с детьми. Создать непринужденную обстановку на занятии. Дать понятие танец, темп, ритм. Провести инструктаж по технике безопасности. Диагностика ЗУН "0"

Содержание материала: Для знакомства с уровнем знаний и умений учащихся проводится диагностика. Данный цикл занятий начинается со вступительной беседы, в которой раскрываются цели и задачи программы. Определяются основные правила этики, безопасности и гигиены.

Тема 1.2: Партерный экзерсис. (8 час)

Цель: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Подготовиться к традиционному классическому экзерсису у станка. Развивать пластичность тела.

Содержание материала: комплекс упражнений направленный на улучшение эластичности мышц и связок, повышение гибкости суставов. (Приложение 5)

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки), коврики,, магнитофон, диски (детские мелодии).

Тема 1.3: Азбука музыкального движения. (6час)

Цель: Научить детей двигаться под музыку и перестраиваться. Привить детям театральные навыки, в виде работы над образными упражнениями. Основные понятия: музыка, темп, такт. (Приложение 4)

Содержание материала:

Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм). Практическое освоение понятия «мелодия и движение». Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 4/4, 2/4. контрастная музыка: быстрая - медленная, веселая - грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево. Соотнесенье пространственных построений с музыкой. Музыкально-пространственные упражнения.

Методическое обеспечение: специальная форма(шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки,)

Тема 1.4: Элементы классического танца. (4час)

Цель: Развивать выворотность ног и силу ног, правильную постановку тела. Правильно поставить отдельные кости рук: кисти, пальцы, локти, плечи.

Содержание материала: Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

Практическая работа: позиции и положение ног и рук. Растяжки в игровой форме. Постановка корпуса (в выворотной позиции, лицом к станку со второго полугодия - держась за станок одной рукой). Позиции ног - по 1, 2, 3-й. Позиции рук -

подготовительная, 1, 2, 3 (разучивается на середине, при неполной выворотности ног), затем держась одной рукой, тоя боком к станку.

Деми плие - складывание, сгибание, приседание, развивает выворотность, беда, эластичность и силу ног; изучается лицом к станку по 1,2, 3-й позициям.

Батман тандю - движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъеме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног (изучается лицом к станку по 1, 3-й позициям, вначале в сторону, вперед, в конце года - назад).

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки),

Тема 1.5: Элементы народно-сценического танца.(4 час)

Цель: Научить элементам русского танца и характерным чертам исполнения. Прививать детям любовь к народным танцам.

Содержание материала: Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов.

Практические занятия. Русский танец. Позиция рук - 1, 2, 3 - на талии. Шаги танцевальные, с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп - удар всей стопой 4 шаг с притопом в сторону; тройной притоп.

«Ковырялочка» - поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении и ребром каблука в открытом положении, без подскоков.

Ход в полуприседании, проскальзывание на одной ноге на низких полупальцах с одновременным подъемом другой согнутой ноги в прямом положении, с тремя последующими переступами на месте, с передвижениями вперед, назад с поворотом. Притоп в полуприседании; перескок на всю ступню с двумя с двумя последующими поочередными ударами всей стопой по 6-й позиции.

"Танцевальный шаг"- выполняя по линиям, по диагонали.

"Танцевальный шаг" с притопом на счёт "4"- выполняя по линиям, по диагонали.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки),

Тема 1.6: Элементы эстрадного танца. (14 час)

Цель: Познакомить детей с особенностями танцевальных стилей, с движениями этих танцев.

Содержание материала: Теория. Особенности эстрадного танца.

Практические занятия.

Позиции рук. (показ учителя). Простейшая композиции. Работа рук, тела, головы, корпуса, в разных направлениях эстрадного танца.

Проучивание танцевальных элементов "Галоп"-прямой, боковой, "Подскоки", "Полька".

Методическое обеспечение: специальная форма(шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки),

Тема 1.7.: Работа над репертуаром. (16 час)

Цель: постановка танца, отработка движений, техника исполнения.

Содержание материала: Танец «Семечки», "Весёлые карандаши", "Моя победа"

Методическое обеспечение: подбор музыкального оформления.

Раздел 2. Сценическое движение.

Теме 2.1: Творческая деятельность.(12 час)

Цель: Развитие мизансценического мышления и пластического воображения детей.

Содержание материала:

Этюды.

- Практическая работа: художник, перелет птиц, шторм на море, лиса и зайцы, дождь в лесу, прогулка в парке.

Музыкально-танцевальные игры:

- Практическая работа: паучок, чей кружок быстрее соберется, сова, кот и мыши, кто скорее?, магазин игрушек.

Методическое обеспечение: специальная форма(шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки), магнитофон, флэш-накопители..

Тема 2.2.: Музыкально-танцевальные игры. (2час)

Цель: Вырабатывать выразительность, точность и индивидуальность в манере исполнения упражнений. Положительно воздействовать на эмоциональное состояние детей при помощи музыки.

Содержание материала:

- Танцевально-ритмические упражнения – «Весёлый счёт», стихи А.Барто «Наша Таня», "Матросская шапка", "Идёт бычок качается", Самолёт"
- Музыкальные игры – переноска мяча, воротца, змейка, запомни мелодию.

Методическое обеспечение: специальная форма(шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки)

Раздел 3. Мероприятия воспитательного характера.

Тема 3.1. Беседы об искусстве, прослушивание музыки. Посещение концертов.(4час)

Цель: приобрести общую эстетическую и танцевальную культуру. Развить тонкое восприятие хореографического искусства.

Содержание материала: ознакомление детей с искусством хореографии. Идеи добра и зла, персонажи.

Практическая работа: прослушивание музыкальных фрагментов : мультфильм "Балерина".
Посещение концертов танцкласса, просмотр видео концертов танцкласса.

1.4. Планируемые результаты:

9-11 лет

	Планируемые результаты		
	Личностные	Метапредметные	Предметные
Чего достигаем?	Сформирован интерес к явлениям социальной жизни, социальные умения (коммуникативность, рефлексия, лидерские качества, культура общения, дружелюбие), понимание общечеловеческих ценностей.	Сформированы познавательные, коммуникативные и регулятивные УУД на уровне требований начального общего образования	На базовом и углубленном уровнях сформированы основы знаний в области социальных и гуманитарных наук
Как оцениваем? (способы)	<i>Количественные:</i> 1. Количество детей, включенных в	<i>Количественные:</i> 1. Количество детей, включенных в	<i>Количественные:</i> 1. Количество детей, включенных в

оценки)	реализацию проектов и мероприятий по хореографии художественной направленности. 2. Количество победителей – участников конкурсов хореографического искусства. Количество обучающихся, включенных в реализацию проектов и мероприятий танцкласса по танцевальным направлениям. <i>Качественные:</i> Педагогическое наблюдение	реализацию проектов и мероприятий по хореографии художественной направленности. 2. Количество победителей – участников конкурсов хореографического искусства. Количество обучающихся, включенных в реализацию проектов и мероприятий танцкласса по танцевальным направлениям. <i>Качественные:</i> Педагогическое наблюдение, педагогическая диагностика	реализацию проектов и мероприятий по хореографии художественной направленности. 2. Количество победителей – участников конкурсов хореографического искусства. Количество обучающихся, включенных в реализацию проектов и мероприятий танцкласса по танцевальным направлениям. <i>Качественные:</i> Педагогическое наблюдение, тестирование
---------	---	---	---

Раздел № 2 Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график.

Календарный учебный график определяет количество учебных недель и количество учебных дней, продолжительность каникул, даты начала и окончания учебных периодов/этапов; определяет даты проведения занятия и т.д. Календарный учебный график является обязательным приложением к дополнительной общеобразовательной программе и составляется для каждой группы.

Календарный учебный график

Учебный график группы первого стартового уровня обучения 2023 -2024 уч. год						
№	число	число	форма	кол-во час	Тема занятия	Форма контроля

1	2-8.09		лекция	2/2	Вводное занятие. Техника безопасности. Практические задания по выявлению ЗУН	Собеседование, выполнение тестов
2	9-15.09		Теория/ практикум	2/2	Партерный экзерсис	Педагогическое наблюдение.
3	5-11.09		Практикум	2/2	Партерный экзерсис	Педагогическое наблюдение.
4	16-22.09		Теория/ Практикум	2/2	Партерный экзерсис	Педагогическое наблюдение.
5	23-29.09		Практикум	2/2	Партерный экзерсис	Педагогическое наблюдение.
6	23-29.09		Практикум	2/2	Азбука музыкального движения	Педагогическое наблюдение.
7	1-6.10		Теория/ практикум	2/2	Азбука музыкального движения	Педагогическое наблюдение.
8	7-13.10		Теория/ практикум	2/2	Азбука музыкального движения	Педагогическое наблюдение.
9	14-20.10		Теория/ практикум	2/2	Элементы классического танца	Педагогическое наблюдение.
10	21-27.10		Теория/ практикум	2/2	Элементы классического танца	Педагогическое наблюдение.
11	28-3.11		Теория/ практикум	2/2	Элементы народно-сценического танца	Педагогическое наблюдение.
12	4-10.11		Теория/ практикум	2/2	Элементы народно-сценического танца	Педагогическое наблюдение.
13	11-17.11		Теория/ практикум	2/2	Элементы эстрадного танца	Педагогическое наблюдение.
14	11-17.11		Теория/ практикум	2/2	Элементы эстрадного танца	Педагогическое наблюдение.
15	18-24.11		Теория/ практикум	2/2	Элементы эстрадного танца	Педагогическое наблюдение.
16	25-30.11		Теория/ практикум	2/2	Элементы эстрадного танца	Педагогическое наблюдение.
17	2-8.12		Теория/ Практикум	2/2	Элементы эстрадного танца	Педагогическое наблюдение.
18	9-15.12		Практикум	2/2	Элементы эстрадного танца	Педагогическое наблюдение.
19	16-22.12		Практикум	2/2	Элементы эстрадного танца	Педагогическое наблюдение.
20	23-29.12		Практикум	2/2	Работа над репертуаром	Педагогическое наблюдение.
21	23-29.12		Теория/ Практикум	2/2	Работа над репертуаром	Педагогическое наблюдение.
22	13-19.01		Практикум	2/2	Работа над репертуаром	Педагогическое наблюдение.
23	13-19.01		Практикум	2/2	Работа над репертуаром	Педагогическое наблюдение.
24	27-02.02		Практикум	2/2	Работа над репертуаром	Педагогическое наблюдение.

25	03-09.02		Теория/ Практикум	2/2	Работа над репертуаром	Педагогическое наблюдение.
26	10-16.02		Теория/ Практикум	2/2	Работа над репертуаром	Педагогическое наблюдение.
27	17-23.02		Практикум	2/2	Работа над репертуаром	Педагогическое наблюдение.
28	24-02.03		Практикум	2/2	Творческая деятельность.	Педагогическое наблюдение. Концертная деятельность. Участие в конкурсах
29	03-09.03		Практикум	2/2	Творческая деятельность.	Педагогическое наблюдение. Концертная деятельность. Участие в конкурсах
30	10-16.03		Практикум	2/2	Творческая деятельность.	Педагогическое наблюдение. Концертная деятельность. Участие в конкурсах
31	17-23.03		Практикум	2/2	Творческая деятельность.	Педагогическое наблюдение. Концертная деятельность. Участие в конкурсах
32	24-30.03		Теория/ Практикум	2/2	Творческая деятельность.	Педагогическое наблюдение. Концертная деятельность. Участие в конкурсах
33	31-06.04		Практикум	2/2	Творческая деятельность.	Педагогическое наблюдение. Концертная деятельность. Участие в конкурсах
34	07-13.04		Практикум	2/2		
35	14-20.04		Теория/ Практикум	2/2	Элементы эстрадного танца	Педагогическое наблюдение.
36	21-27.04		Практикум	2/2	Элементы эстрадного танца	Педагогическое наблюдение.
37	28-04.05		Практикум	2/2	Элементы эстрадного танца	Педагогическое наблюдение.
38	05-11.05		Практикум	2/2	Элементы эстрадного танца	Педагогическое наблюдение.
39	май		Практикум	2/2	Музыкально-танцевальные игры.	Педагогическое наблюдение
40	май		Практикум	2/2	Диагностика. Беседы об искусстве, Прослушивание музыки, посещение концертов	Собеседование. Педагогическое наблюдение. выполнение тестов

2.2. Условия реализации программы:

Материально-техническое обеспечение

Материально-техническая база образовательной организации соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда. Образовательная организация соблюдает своевременные сроки текущего и капитального ремонта.

Для реализации программы в образовательной организации имеются в наличии:

1. кабинет хореографии, оснащенный зеркалами, фортепиано, аудиоаппаратурой;
2. специально оборудованный актовый зал для выступлений;
3. раздевалка;
4. костюмы и танцевальная обувь для концертных номеров;
5. коврики, кубики, резинки, скакалки для партерной гимнастики

Информационное обеспечение

1. Фотоальбомы;

2. Видеотека;

3. Фонотека

Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования с высшим образованием, высшей квалификационной категорией, имеющий курсовую подготовку по профилю. Проводит занятия совместно с концертмейстером со средне - специальным образованием, высшей квалификационной категорией, имеющий курсовую подготовку по профилю.

2.3. Формы аттестации

Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» (ст.75) и приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» проведение итоговой аттестации по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам не предусмотрено.

Оценка образовательных результатов учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе должна носить вариативный характер (Концепция, гл. I). Инструменты оценки достижений детей и подростков должны способствовать росту их самооценки и познавательных интересов, а также диагностировать мотивацию достижений личности (Концепция, гл. III).

В систему отслеживания результатов (диагностики) входят:

- Педагогические наблюдения на занятиях за уровнем взаимоотношений группы;
- Промежуточная и итоговая аттестация каждого ребёнка в форме участия в отчётных концертах для родителей;
- Оценивание результатов участия детей в концертах Центра внешкольной работы "Лад", в конкурсах, фестивалях детского творчества и т.д.

По каждому году обучения в программе определён прогнозируемый результат.

2.4. Оценочные материалы.

На различных этапах обучения используются различные виды и формы контроля. Форма предварительного контроля:

– устный опрос.

Формы текущего контроля:

- наблюдение;
- устный опрос;
- самоконтроль;
- взаимоконтроль;
- тестирование.

Формы промежуточного контроля:

- обследование умений и навыков работы по изготовлению мягкой игрушки.

Итоговые формы контроля:

- диагностические карты;
- критерии освоения образовательной программы на каждый год обучения.

Формы подведения итогов реализации образовательного процесса (по завершению процесса обучения):

- итоговые и открытые занятия;
- участие обучающихся в концертах, конкурсах различного уровня.

Текущая оценка знаний и умений учащегося производится педагогом каждое занятие в процессе наблюдения за деятельностью учащихся. Также в процессе каждого занятия учащимися осуществляется самоконтроль и взаимоконтроль. Результат педагогических наблюдений фиксируется в диагностической карте два раза в году: в декабре (промежуточный этап контроля), в апреле-мае (итоговый этап). Заполнение диагностических карт осуществляется согласно критериям, самостоятельно разработанным педагогом на каждый год обучения. Анализ диагностических карт дает возможность педагогу оценить эффективность образовательного процесса, осуществить его коррекцию и доработку.

2.5. Методические материалы

Методы обучения

В образовательном процессе используются следующие методы по способу организации занятий:

- словесный (рассказ, беседа, анализ проделанной работы);
- наглядный (показ иллюстраций, образцов, пособий, приемов работы педагогом, работа по образцу, наблюдение);
- практический (показ хореографических движений и выполнение их 14 обучающимися, творческие задания).

по способу усвоения изучаемого материала:

- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы практической деятельности.

Формы организации образовательного процесса

- фронтальная – в которой обучающиеся одновременно выполняют одинаковые, общие для всех упражнения или движения;
- коллективная - в которой обучающиеся рассматриваются как целостный коллектив, имеющий своих лидеров (при самостоятельной постановке хореографических композиций);
- групповая - в которой обучение проводится с группой обучающихся (три и более), имеющих общее задание и взаимодействующих между собой;
- индивидуальная - используемая для работы с обучающимися по усвоению сложного материала и подготовки к сольному номеру.

Формы организации учебного занятия:

- традиционные (учебное теоретическое занятие, на котором осваивается новый танцевальный материал);
- практические (учебное практическое занятие, на котором осваивается новый танцевальный материал, через упражнения и разучивание новых движений);
- репетиция (служит для отработки и повторения танцевальных номеров к выступлению)
- танцевально-игровые (обеспечивают обучающимся раскрепощенность, и развитие танцевальных, музыкальных и театральных способностей);
- концертные (наивысшая форма организации показа танцевальных номеров хореографического коллектива, где обучающиеся демонстрируют достигнутые успехи, творческий рост, свои способности).

Педагогические технологии

Используемые педагогические технологии по преобладающему методу:

- объяснительно-иллюстративные;

- развивающие;
 - творческие;
- По подходу к ребенку:
- гуманно-личностные;
 - технологии сотрудничества;
 - технологии свободного воспитания.

Алгоритм учебного занятия

- I часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.
- II часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. Повторение репертуарных постановок. По длительности – 2/3 общего времени занятия.
- III часть включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2–3 минуты.

Дидактический материал

Инструкции по охране труда и технике безопасности:

- по охране труда для педагогов дополнительного образования (в кабинете);
- по охране труда при осуществлении образовательного процесса в кабинете ЦВР «Лад» (для обучающихся)
- по охране труда, для педагогических работников ЦВР «Лад», при несчастных случаях с обучающимися, происшедшими во время образовательного процесса.
- Демонстрационный, наглядный иллюстрированный материал: Фотографии/картинки костюмов разных народностей мира, видео выступлений, фильмы, записи балетов.
- Методические и оценочные материалы, оформленные в виде УМК.

2.6. Рабочие программы (модули) курсов, дисциплин программы;

Приложение №3,4

2.7. Список литературы

Материалы для обучающихся:

- Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 2001.
- История костюма/(Серия «Учебники XXI века»). Ростов н/Д: «Феникс»,2001.
- Детская энциклопедия. Сто любимых книг. Аргументы и факты детям,№9-2008.
- Детская энциклопедия. О театре. Аргументы и факты детям,№3-2008

Материалы для педагогов

- Аббулин Э.Б. Теория и практика музыкального обучения в общеобразовательной школе. – М.: Просвещение, 1983.
- Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 2001.
- Богомолова Л.В. Основы танцевальной культуры.- М.: Новая школа, 1993.
- Музыкально-двигательные упражнения: Сост. Е.П. Раевская и др.- М.: Просвещение, 1991.
- Музыка и движение(упражнения, игры и пляски, для детей 6-7 лет): Сост. С.И. Бекина и др. – М.: Просвещение, 1984. Большая книга необходимых знаний дошкольника / М. Силиной, Т. Горбачевой. – М.,2007.
- Евдокимова Е.С. Технология проектирования в ДОУ. - М.,2006.
- Новикова Т. Проектные технологии на уроках и во внеурочной деятельности // Народное образование, 2000. - №7.

- Пахомова Н.Ю.Метод учебного проекта в образовательном учреждении. М., 2003.
- Проектный метод в деятельности дошкольного учреждения / Авт. – сост. Л.С. Киселева, Т.А.Данилина. М,2003.
- Савенova А.И. Детская одаренность – развитие средствами искусства.М.,1999.
- Сергеев И.С. Как организовать проектную деятельность учащихся.,2003
- Программа для хореографических отделений детских школ искусств Балдиной Л.П.
- Музыкальное сопровождение и оформление праздников.-Волгоград: Учитель, 2004.
- Панкеев И.А.Русские праздники и игры. – М.: ООО Изд-во «Яуза», 1999

Библиографический список

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 08.12.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2021) [Электронный ресурс] // Консультант Плюс http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ .
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24.04.2015 № 729-р «Концепция развития дополнительного образования детей» [Электронный ресурс] // Консультант Плюс http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_168200/
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» [Электронный ресурс] // Консультант Плюс http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_180402/
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» [Электронный ресурс] // <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202209270013>
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» [Электронный ресурс] // Консультант Плюс http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_339668/
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Минпросвещения РФ от 09.11.2018 № 196» [Электронный ресурс] // Законы, кодексы и нормативно-правовые акты Российской Федерации

- <https://legalacts.ru/doc/prikaz-minprosveshchenija-rossii-ot-30092020-n-533-o-vnesenii/>
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» [Электронный ресурс] // Гаран.РУ <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74993644/>
 8. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Министерством образования и науки России совместно с ГАОУ ВО МГПУ, ФГАУ ФИРО, АНО ДПО «Открытое образование», 2015 г.) (письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242) [Электронный ресурс] // Законы, кодексы и нормативно-правовые акты Российской Федерации <https://legalacts.ru/doc/pismo-minobrnauki-rossii-ot-18112015-n-09-3242-o-napravlenii/>
 9. Единый национальный портал дополнительного образования детей [Электронный ресурс] <http://dop.edu.ru/article/28/sotsialnogumanitarnaya-napravlennost>
 10. Арсеньева, Т.Н. Теоретико-практические основания развития школьного добровольческого движения [Текст] / Т.Н. Арсеньева, В.А. Зотова, Д.Д. Маслова, Д.Е. Покровский, А.С. Федорова. – М. Из-во..., 2018. – 209 с. <https://disk.yandex.ru/i/y9Vht3BBXe0cAQ>
 11. Белорыбкина, Е.А. Методическое пособие «РДШ» в школе. [Текст] / Е.А. Белорыбкина, Б.Н. Головин, И.А. Горбенко, А.А. Гусев, Н.Н. Долина., Д.В. Епов, Е.А. Леванова, З.И. Петрина, Т.В. Пушкарева, А.С. Прутченков, Е.Г. Родионова, М.В. Телушкин, И.И. Фришман – Москва: ООГДЮО «Российское движение школьников», 2018. – 76 с. https://rdsh.education/media/redactor/Методическое_пособие_«РДШ»_в_школе.pdf
 12. Преображенская, А. В. Технологии мотивации специалистов в области воспитания к социально-значимой деятельности [Текст] : учебно-методическое пособие /, А.В. Преображенская, Е. А. Леванова, Л. Ю. Бондарева, О. С. Пашук, Е. В. Сухушина, А. А. Толкачев. – Москва : РУДН, 2019. – 44 с. : ил. <https://rdsh.education/media/catalog/2020/05/96c68309-ceb0-477e-b6fb-a36758085d28.pdf>

МОНИТОРИНГ

ОСВОЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Баллы
1. Теоретическая подготовка ребенка.			
1.1. Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Соответствие Теоретических знаний ребенка программным требованиям	Минимальный уровень (ребенок овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой); Средний уровень (объем усвоенных знаний составляет более ½); Максимальный уровень (ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период)	1 5 10
1.2. Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность	Минимальный уровень (ребенок, как правило, избегает употреблять специальные термины); Средний уровень (ребенок сочетает	1

	использования специальной терминологией	специальную терминологию с бытовой); Максимальный уровень(специальные термины употребляет осознанно в полном соответствии с их содержанием).	5 10
ВЫВОД:	Уровень теоретической подготовки	Низкий Средний Высокий	2 - 6 7 - 14 15 - 20
2. Практическая подготовка ребенка.			
2.1. Практические умения и навыки, Предусмотренные программой (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	Минимальный уровень (ребенок овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков);	1
		Средний уровень (объем освоенных умений и навыков составляет более ½);	5 10
2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением	Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения	Максимальный уровень (ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период).	1
		Минимальный уровень умений (ребенок испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием); Средний уровень (работает с оборудованием с помощью педагога); Максимальный уровень (работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	5 10
2.3. Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	Начальный (элементарный) уровень развития креативности (ребенок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога); Репродуктивный уровень (выполняет в основном задания на основе образца); Творческий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества).	1 5 10
ВЫВОД:	Уровень практической подготовки	Низкий Средний Высокий	3 -10 11-22 23-30
3. Общеучебные умения и навыки ребенка.			
3.1. Учебно-интеллектуальные умения:	Самостоятельность в подборе и анализе литературы	Минимальный уровень умений (обучающийся испытывает серьезные затруднений при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога); Средний уровень (работает с литературой	1
3.1.1. Умение подбирать и анализировать специальную литературу			5 10

		с помощью педагога или родителей); Максимальный уровень (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей).	
3.1.2. Умение пользоваться компьютерными источниками информации	Самостоятельность в использовании компьютерными источниками информации	Уровни – по аналогии с п. 3.1.1.	1 5 10
3.1.3. Умение осуществлять учебно-исследовательскую работу (писать рефераты, проводить самостоятельные учебные исследования)	Самостоятельность в учебно-исследовательской работе	Уровни – по аналогии с п. 3.1.1.	1 5 10
3.2. Учебно-коммуникативные умения: 3.2.1. Умение слушать и слышать педагога 3.2.2. Умение выступать перед аудиторией 3.2.3. Умение вести полемику, участвовать в дискуссии	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога Свобода владения и подачи обучающимися подготовленной информации Самостоятельность в построении дискуссионного выступления, логика в построении доказательств	Уровни - по аналогии с п. 3.1.1. Уровни - по аналогии с п. 3.1.1. Уровни - по аналогии с п. 3.1.1.	1 5 10 1 5 10 1 5 10
3.3. Учебно-организационные умения и навыки: 3.3.1. Умение организовать свое рабочее (учебное) место 3.3.2. Навыки	Способность самостоятельно готовить свое рабочее место к деятельности и убирать его за собой Соответствие реальных навыков соблюдения правил	Уровни – по аналогии с п. 3.1.1. Минимальный уровень (ребенок овладел менее чем ½ объема навыков соблюдения правил безопасности, предусмотренных	1 5 10 1

соблюдения в процессе деятельности правил безопасности	безопасности программным требованиям	программой); Средний уровень (объем усвоенных навыков составляет более ½); Максимальный уровень (ребенок освоил практически весь объем навыков, предусмотренных программой за конкретный период).	5 10
3.3.3. Умение аккуратно выполнять работу	Аккуратность и ответственность в работе	Удовлетворительно Хорошо Отлично	1 5 10
ВЫВОД:	Уровень общеучебных умений и навыков	Низкий Средний Высокий	9-30 31-62 63-90
Заключение	Результат обучения ребенка по дополнительной образовательной программе	Низкий Средний Высокий	до 46 47-98 99-140

Приложение №2

**МОНИТОРИНГ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА
В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Кол-во баллов
I. Организационно-волевые качества.			
1.1. Терпение	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определенного времени, преодолевать трудности.	Терпения хватает менее чем на ½ занятия. Терпения хватает более чем на ½ занятия. Терпения хватает на все занятие.	1 5 10
1.2. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям.	Волевые усилия ребенка побуждаются извне. Иногда – самим ребенком.	1 5

		Всегда – самим ребенком.	10
1.3. Самоконтроль	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия).	Ребенок постоянно действует под воздействием контроля извне. Периодически контролирует себя сам. Постоянно контролирует себя сам.	1 5 10
ВЫВОД:	Уровень сформированности организационно-волевых качеств	Низкий Средний Высокий	До 3 4 – 15 16 - 30
II. Ориентационные качества			
2.1. Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям.	Завышенная. Заниженная. Нормальная.	1 5 10
2.2. Интерес к занятиям в детском объединении	Осознанное участие ребенка в освоении образовательной программы.	Интерес к занятиям продиктован ребенку извне. Интерес периодически поддерживается самим ребенком. Интерес постоянно поддерживается ребенком самостоятельно.	1 5 10
ВЫВОД:	Уровень сформированности ориентационных качеств	Низкий Средний Высокий	До 2 3 – 10 11 - 20
III. Поведенческие качества			
3.1. Конфликтность (отношение ребенка к столкновению интересов (спору) процессе взаимодействия)	Способность занять определенную позицию в конфликтной ситуации.	Периодически провоцирует конфликты. Сам в конфликтах не участвует, старается их избежать. Пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты.	1 5 10
3.2. Тип сотрудничества (отношение ребенка к общим делам детского объединения)	Умение воспринимать общие дела как свои собственные.	Избегает участия в общих делах. Участвует при побуждении извне. Инициативен в общих делах.	1 5 10
ВЫВОД:	Уровень сформированности поведенческих качеств	Низкий Средний Высокий	До 2 3 – 10 11 - 20

ЗАКЛЮЧЕНИЕ	Результат личностного развития ребенка	Низкий	0 – 7
	в процессе освоения им дополнительной образовательной программы	Средний	8 – 37
		Высокий	38 - 70

Приложение 3

1. Тренировочные упражнения.

Комплекс тренировочных упражнений способствует более полному физическому и пластическому развитию мышечного аппарата у детей, укреплению мышц, связок, суставов для исполнения разнообразных элементов, комбинаций различных танцев. Кроме того, вырабатывается правильное дыхание, которое снимает утомление организма, особенно при длительных нагрузках. Первый месяц упражнения выполняются по 4 – 6 раз, затем по 8 – 10 и т.д.

- **Упражнения на расслабление и напряжение мышц тела.**

Упражнение . Исходное положение – расслабиться, лежа на спине.

На счет раз – два – три – четыре надо вытянуть ноги и пальцы ног; напрячь мышцы тела, затем на счет пять – шесть – семь – восемь полностью расслабиться.

- **Упражнения для развития гибкости плечевого и поясничного суставов.**

Упражнение . Исходное положение – стоя на коленях.

Согнуть спину назад и вытянутыми руками достать до носка ноги. Медленно перебирая руками, взяться за колени, бедра при этом должны быть максимально выдвинуты вперед.

- **Упражнение на укрепление брюшного пресса.**

Упражнение. Исходное положение – лежа на спине, развернуть ноги внутренней стороной

наружу (выворотно).

Медленно поднимать то одну, то другую или обе ноги вверх, то вытягивая, то сокращая их в

I позицию. Это упражнение также исправляет недостатки осанки.

- **Упражнения на улучшение гибкости позвоночника.**

Упражнение . Исходное положение – сидя, ноги согнуты, грудь прижата к бедрам, руками взяться за пятки.

На счет раз – два – три – четыре попытаться выпрямить ноги, не отрывая туловища

от ног; на счет пять – шесть – семь – восемь вернуться в исходное положение. Повторить 12 раз.

- **Упражнения для развития выворотности суставов ног и танцевального шага.**

Упражнение. Исходное положение – лечь на живот.

Бедра отвести, колени согнуть, стопы касаются друг друга подошвенной частью.

Спину максимально прогнуть назад, удерживая стопы и бедра на полу. Лучше это упражнение выполнять вдвоем, чтобы партнер помогал удерживать стопы и бедра на полу

Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов.

Упражнение . Исходное положение – сесть на пол с опорой на руки.

Поочередно сгибать ноги как при езде на велосипеде. Повторить 10 – 12 раз.

Упражнение . Исходное положение – стоя на коленях, руки на поясе.

На счет раз – два сесть вправо; на счет три – четыре вернуться в исходное положение. То же в другую сторону. Повторить 10 – 12 раз.

Упражнение . Исходное положение – стоя на коленях носки врозь, руки на поясе.

На счет раз – два сесть на пол между носками; на счет три – четыре вернуться в исходное положение.

Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.

Упражнение . Исходное положение – сесть на пол с опорой на руки сзади.

На счет раз носки на себя; на счет два вытянуть носки, стараясь коснуться большими пальцами пола. Повторить 16 раз.

Упражнения на исправление осанки.

Упражнение . Исходное положение – лежа на животе.

Поднять вытянутые ноги назад над полом, прогнуться, руки назад. Удерживайте это положение некоторое время. Затем опустить ноги и руки на пол, расслабить мышцы.

Можно также выполнять это упражнение с поднятыми руками, стараясь поднимать руки как можно выше над головой.

Упражнение . Исходное положение – лежа на животе, руки за голову, ноги вместе. Стопы вытянуты или находятся по I позиции. Стопы удерживает партнер.

Выполняйте прогиб назад, удерживая бедра и живот на полу.

Упражнение . Исходное положение – встать в упор на коленях.

Раз – мах правой ногой назад, левая рука поднимается вверх. Два – исходное положение. Три – мах левой ногой назад, правая рука поднимается вверх. Руку стараться поднимать как можно выше.

Упражнение . Исходное положение – сесть, скрестив ноги (“по – турецки”). Руки в стороны.

Наклон вправо, правая рука за спину, левая поднимается вверх. Вернуться в исходное положение. Повторить в другую сторону. Делается еще разворот в талии вперед и назад.

Упражнение. “Кошечка”. Исходное положение – упор на коленях.

Раз – два спину прогнуть, голову поднять до предела вверх. Три – четыре – спину выгнуть, голову опустить вниз.

Упражнение . “Колечко”. Исходное положение – лежа на животе.

Упираясь на руки, прогнуть спину назад. Согнув ноги в коленях, стараться коснуться ногами головы.

На усмотрение педагога можно вводить в урок и другие элементы гимнастики.

3. Музыкально – ритмические упражнения.

Это начальный этап обучения танцу, какое бы направление танцевального творчества не избрал позже ребенок. Без чувства ритма заниматься совершенствованием своего тела и души ребенку будет ужасно трудно, а иногда и невозможно. Уметь слушать музыку – это значит заставить себя подчинить все: движение рук, ног, корпуса, головы, четкому соответствию музыкального размера и ритма звучащей мелодии.

- Хлопок на сильную долю музыки М.р. 2/4, 3/4, 4/4.
- Хлопок на вторую долю музыки М.р. 2/4, 3/4, 4/4.
- Ріепод музыку.
- Подскоки, галоп, приставные шаги (вступая на сильную долю и заканчивая в конце муз. темы).
- Танцевально – ритмические игры: “Змея”, “Паучок”, “Магазин игрушек”.

4. Танцевальные элементы.

- Танцевальный шаг
- Подскоки
- Галоп
- Боковой галоп
- Галоп в повороте
- Шаг польки и др.