

**ОБЛАСТНАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ БЮДЖЕТНАЯ НЕТИПОВАЯ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
«ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЁЖИ»**

Рассмотрена и принята на заседании  
педагогического совета  
от «29» мая 2020 г.  
Протокол № 3

Утверждаю:

Исполняющий обязанности  
директора ОГБН ОО «ДТДМ»  
Т.Ю. Сергеева

Приказ № «155-од» от «29» мая 2020 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
художественной направленности  
«Лаборатория детского танца»  
(платные образовательные услуги)**

**Уровень программы – стартовый**

Объединение Детский хореографический коллектив "Улыбка"

Срок реализации программы – **1 год (72 часа)**

Возраст обучающихся: **4-5 лет**

Автор-разработчик:  
педагог дополнительного образования  
**Бондарчук Ольга Александровна**

г. Ульяновск, 2020 г.

## **Структура дополнительной общеразвивающей программы**

### **1. Комплекс основных характеристик программы**

- |                            |           |
|----------------------------|-----------|
| 1.1. Пояснительная записка | 3-6 стр.  |
| 1.2. Содержание программы  | 7-12 стр. |

### **2. Комплекс организационно-педагогических условий**

- |   |             |
|---|-------------|
| 2.1. Календарный учебный график             | 13- 14 стр. |
| 2.2. Условия реализации программы           | 15 стр.     |
| 2.3. Формы аттестации и оценочные материалы | 15 стр.     |
| 2.4. Методические материалы                 | 15 стр.     |
| 2.5. Список литературы                      | 16 стр.     |

## **1. Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1. Пояснительная записка.**

#### **Нормативно-правовое обеспечение программы**

Программа разработана в соответствии со следующими документами:

- Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273);
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726;
- Письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Минобрнауки РФ от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 "Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (внеурочные разноуровневые программы)";
- СанПин 2.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- СанПин 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- Письмо Минобрнауки России от 28 апреля 2017 г. № ВК – 1232/09 «О направлении методических рекомендаций» вместе с Методическими рекомендациями по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей»;
- СанПин 2.2.2/2.4.1340-03 «Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы»;
- Письмо Министерства образования и науки Ульяновской области от 21.04.2020 №2822 Методические рекомендации «О реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;
- Устав ОГБН ОО «Дворец творчества детей и молодёжи»;
- Локальные акты ОГБН ОО «Дворец творчества детей и молодёжи».

**Уровень освоения программы:** стартовый.

**Направленность (профиль) программы.** Данная дополнительная общеразвивающая программа «Лаборатория детского танца» (далее – Программа) имеет художественную направленность.

**Актуальность** создания данной программы заключается в значительной популярности хореографии как искусства среди дошкольников, большинство из которых приходят в хореографические коллективы по воле родителей. Родители стремятся привлечь ребенка к занятиям хореографией с самого раннего возраста, поскольку замечено, что ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников. Однако только от педагога, от методов его преподавания зависит то, с каким интересом будет подходить ребенок к занятиям и каких результатов он достигнет. Данная Программа предоставляет широкие возможности обучения основам хореографического искусства.

**Новизна программы** - совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся в течение всего курса обучения.

**Отличительной особенностью программы** является то, что в ней представлены различные разделы, обучение по которым проводится с использованием нетрадиционных видов упражнений: игропластики, пальчиковой гимнастики, логоритмическими и театральными играми. Предполагается, что освоение основных разделов Программы поможет естественному развитию организма обучающегося, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем, создаст необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой. Все это будет способствовать укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

**Педагогическая целесообразность программы** определена тем, что ориентирует на приобщение каждого обучающегося к танцевально-музыкальной культуре, на применение полученных знаний и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства.

**Дополнительность программы.** Предмет «хореография» не включен в систему дошкольного образования, что обеспечивает дополнительную данную программы.

**Адресат программы:** дети дошкольного возраста - 4-5 лет.

Дети 4-5 лет проявляют большую самостоятельность и активную любознательность. Это период вопросов. Ребенок начинает осмысливать связь между явлениями, событиями, делать простейшие обобщения, в том числе и по

отношению к музыке. Значительно укрепляется двигательный аппарат. Освоение основных видов движений (ходьба, бег, прыжки) в процессе занятий физкультурой дает возможность шире их использовать в музыкально-ритмических играх, танцах. Дети способны запомнить последовательность движений, прислушиваясь к музыке. В этом возрасте более отчетливо выявляются интересы к разным видам музыкальной деятельности.

**Объём программы: 72 часа.**

	Теория	Практика	Итого по программе
Ритмика	3	21	24
Игровая технология	3	21	24
Партерная гимнастика	2	22	24
	8	64	72

**Формы обучения и виды занятий:** Форма обучения - очная, с использованием ресурсов электронного обучения, при необходимости использование дистанционных технологий.

Основной формой организации образовательного процесса является групповое занятие. Структура занятий включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

*Подготовительная часть занятия.*

Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части являются строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения выполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

*Основная часть занятия.* Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций и т.д.

Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление (экзерсисы); хореографические упражнения; элементы современного, бального, народного танца; танцевальные композиции; постановочная работа.

Методические особенности. На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание

и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

*Заключительная часть занятия.* Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени.

Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

Методические особенности. В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогают учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

**Срок освоения программы:** 1 учебный год.

**Режим занятий:** 2 раза в неделю, 1 академический час (академический час при работе с детьми до 7 лет, в соответствии с нормами СанПиН, равен 30 минутам).

**Цель программы** - способствовать эстетическому, духовному и физическому развитию дошкольников через хореографию, раскрытию индивидуальных возможностей личности обучающихся.

#### **Задачи -**

Образовательные: дать первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности; формировать танцевальные способности (музыкально-двигательные, художественно-творческие).

Развивающие: развивать чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку; развивать танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве; пробуждать фантазию, способность к импровизации; развивать артистизм, умение исполнять ролевые танцы.

Воспитательные: воспитывать художественный вкус, интерес к танцевальному искусству; строить в коллективе отношения на основе взаимопомощи и сотворчества; прививать обучающимся любовь к танцу.

#### **Планируемые результаты:**

а) уметь правильно владеть приемами музыкального движения, средствами пластики выражать задаваемый образ;

б) уметь общаться в коллективе, проявлять творческую инициативу.

*Личностными* результатами освоения программы являются: способность умело применять полученные знания в собственной творческой деятельности, развитие образного мышления и творческого воображения, развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, овладение начальными навыками

адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире, развитие самостоятельности и личной ответственности.

*Метапредметными* результатами освоения программы являются: формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха, освоение способов решения проблем творческого и поискового характера, умение организовать самостоятельную деятельность, выбирать средства для реализации творческого замысла, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, готовность слушать собеседника и вести диалог, готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий, способность оценивать, анализировать результаты творческой деятельности: собственной и своих сверстников.

*Предметными* результатами освоения программы являются: умение творчески мыслить, самостоятельно находить решения поставленных задач, способность высказывать свое мнение о творческой работе, умение обсуждать коллективные результаты творческой деятельности, выполнять гимнастические комплексы, выполнять акробатические элементы.

## 1.2. Содержание программы

### 1.2.1. Учебный план

№ п/ п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестация/ контроль
		Всего	Теория	Практика	
1. Ритмика		24			
1	Вводное занятие. Постановка корпуса и головы. Разучивание разминки		1	5	наблюдение
2	Путешествие в мир танца. Ориентирование в пространстве танцкласса и сцены.		1	5	наблюдение
3	Танцевальные шаги: с носка, с пятки, на полупальцах, маршевый шаг, галоп, подскоки, легкий бег, бег «лошадки».		1	5	наблюдение
4	Построение и перестроение. Рисунок танца.		1	5	наблюдение
2. Игровая технология		24			
5	Темп, ритм, такт, музыкальное вступление.		1	5	наблюдение
6	Театральные игры: "Одно и то же, но по-разному", "Где мы были, мы не скажем, а что делали — покажем!", "Можно перейти ваш мост?".		1	5	наблюдение
7	Логоритмические игры: «Черепашка», «Повар-булочка», «Сидели 2 медведя», «Колесо», «Хорошо в реке купаться»		1	5	наблюдение
8	Пальчиковые игры: «Паучина», «Дружная семья», «Грибы», и т.д.		1	5	наблюдение
3. Партерная гимнастика		24			
9	Упражнения, укрепляющие мышцы спины.		1	1	наблюдение
10	Упражнения, развивающие подъем стопы.		1	1	наблюдение
11	Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.		1	1	наблюдение
12	Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.		1	1	наблюдение
13	Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов.		1	1	наблюдение
14	Упражнения, развивающие выворотность ног.		1	1	наблюдение
15	Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.		1	3	наблюдение
16	Репетиционно - постановочная работа		2	6	наблюдение
Итого		72	17	55	

## 1.2.2. Содержание учебного плана

### Раздел 1. Ритмика.

*Теория.* Строение музыкального произведения. Знакомство со строением музыкального произведения. Понятия: вступление, части, музыкальная фраза. Умение менять движение в зависимости от смены музыкальных частей, фраз. Маршевая и танцевальная музыка. Особенности танцевальных жанров: вальса, польки, галопа. Каждое занятие начинается с комплекса упражнений, развивающих физические данные ребенка: упражнения для опорно-двигательного аппарата, упражнения для различных частей тела: головы, шеи, плечевого пояса, рук, корпуса, ног; подбор упражнений, способствующих разогреву мышц, развитию координации, скорости мышечной реакции; ритмическая основа упражнений должна соответствовать музыкальному материалу.

*Практика: Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса:*

- наклоны головы вперед, назад и в сторону;
- повороты головы вправо, влево;
- круговые движения головы по полукругу и по целому кругу;
- вытягивание шеи вперед и в стороны;
- подъем и опускание плеч вверх, вниз, вместе и поочередно;
- круговые движения плечами вперед и назад, двумя вместе и поочередно.

*Упражнения для рук:*

- подъем и опускание вверх-вниз;
- разведение в сторону;
- сгибание рук в локтях;
- круговые движения «мельница»;
- круговые махи одной рукой и двумя вместе;
- отведение согнутых в локтях рук в стороны;

*Для кистей рук:*

- сгибание кистей вниз, вверх;
- отведение вправо, влево;
- вращение кистей наружу, внутрь;

*Упражнения для корпуса:*

- наклоны вперед, в сторону;
- перегибы назад;
- повороты корпуса «пилка»;
- круговые движения в поясе;
- смещения корпуса от талии в стороны;
- расслабление и напряжение мышц корпуса (ронять корпус);

*Упражнения для ног:*

- полуприседания;
- подъем на полупальцы;
- подъем согнутой в колене ноги;
- разворот согнутой ноги;

*Для ступней ног:*

- сгибание и разгибание ноги в голеностопном суставе;
- отведение стопы наружу в суставе, внутрь;
- круговые движения стопы.

#### *Прыжки:*

- на обеих ногах;
- на одной ноге (по два, четыре, восемь на каждой);
- прыжки с просветом (из 6 позиции на 2 позицию и обратную);
- перескоки с одной ноги на другую с отведением работающей ноги на носок или пятку вперед и в стороны;
- подскоки;
- легкий бег.

#### *Виды шагов и ходов:*

- танцевальный шаг с носка;
- маршевый шаг на месте;
- шаги на полупальцах;
- легкий бег с поджатыми ногами;
- прыжки с вытянутыми ногами;
- прыжки с поджатыми ногами;
- подскоки на месте и с продвижением.

#### *Путешествие в мир танца. Ориентирование в пространстве танцкласса и сцены.*

1. Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных (шеренга, колонна), объёмных (круг, «цепочка»);

2. Изучение разноплановых рисунков и фигур:

- линейных (плоскостных) - шеренга горизонтальная; колонна горизонтальная;

- объёмных - круг; «цепочка»;

3. Изучение приёмов перестроения из одноплановых рисунков и фигур в разноплановые:

из линейных в линейные:

- из шеренги горизонтальной в шеренгу горизонтальную;
- из колонны горизонтальной в шеренгу горизонтальную.

из объёмных в объёмные:

- сужение и расширение круга;
- из круга в «цепочку»;

из объёмных в линейные и наоборот:

- из круга в горизонтальную шеренгу;
- из круга в горизонтальную колонну;
- из горизонтальной шеренги в круг;
- из колонны горизонтальной в «цепочку».

#### **Раздел 2. Игровые технологии:**

*Теория.* «Человеком можно стать, только играя», - утверждал Ф.Шиллер. По его мнению, человек в игре и посредством игры творит себя и мир, в котором живет. С позиции личностного подхода игра представляет поле, в рамках которого происходит самоопределение и идет процесс «взращивания»

личности. Личностное самоопределение - это не что иное, как попытка самому себе ответить на вопрос: «Что есть «Я» в этом мире?». Лишь воспринимая себя в соответствии с другими, можно сформироваться как личность. Личностный подход реализуется посредством деятельности, которая имеет не только внешние атрибуты совместности, но и своим внутренним содержанием предполагает сотрудничество, саморазвитие субъектов учебной деятельности, проявление их личностных функций: мотивирующей, о последующей, коллизийной, критической ориентирующей автономности, творчески преобразующей и самореализующей. Игра в достаточной мере способствует становлению этих функций. Роль игры в обществе исторически менялась, но она всегда была фактором развития культуры.

Особое место игра всегда занимала и продолжает занимать в сфере культуры и искусства. В искусстве танца игра, по мнению И. Хейзинга, присутствует в еще большей мере. «...О каком бы народе или эпохе не шла речь, - пишет он, - всегда можно сказать в самом полном смысле слова, что Танец есть сама Игра, более того, представляет собой одну из самых чистых и совершенных форм игры».

Игровое качество по-разному раскрывается во всех формах танца. Наиболее отчетливо его можно наблюдать, с одной стороны, в хороводе и в фигурном танце, с другой - в сольном танце, одним словом, там, где танец есть зрелище или же ритмический строй и движение, как, например, в менуэте или кадрили.

*Практика.* Темп, ритм, такт, музыкальное вступление.

### **Игра «Запев-Припев»**

Дети делятся на команды, строятся в колонну по двое. У играющих в каждой руке по флажку.

На запев (куплет) дети двигаются строевым шагом в обход площадки, размахивая флажками над головой. На припев поворачиваются лицом друг к другу, встают на одно колено и стучат палочкой флажка по полу в темп музыка. Команда, игрок которой ошибается, получает штрафное очко. Выигрывает команда с наименьшим числом штрафных очков.

### **Игра «Музыкальные змейки»**

Играющие делятся на три группы, построенные в колонны в определенном месте площадки. Каждая колонна детей выбирает себе определенную мелодию. Например, первая группа выбирает вальс, вторая - польку, третья - танго. Выбрать можно также три разные детские песни из мультфильма или сказок.

Как только звучала одна из мелодий, колонна, выбравшая ее, должна двигаться по залу в любом направлении за впереди стоящим. Но если вдруг зазвучала другая мелодия, начинает двигаться выбравшая ее другая команда, а первая останавливается, принимая основную стойку или упор присев. Музыка может звучать в любом порядке.

Если зазвучит музыка, не выбранная командами, или сигнал руководителя «На свои места!», то все команды бегут и строятся на свои

первоначальные места. Выигрывает команда, которая построится раньше и не ошибется при узнавании своей мелодии.

**Театральные игры.** Основные направления развития театрализованных игр в дошкольном возрасте заключаются в постепенном переходе ребенка от индивидуальной игры к групповой, где исполняют роли 3 и более человек; от театрализованных постановок под наблюдением взрослых к самостоятельной игровой деятельности; от имитации действий литературных персонажей к осознанию собственных эмоций.

### **Игра "Одно и то же, но по-разному"**

Данная игра позволяет детям развивать воображение, фантазию, веру, умение объяснять свое поведение и действия предлагаемыми обстоятельствами, а не вымышленными причинами.

### **Игра "Где мы были, мы не скажем, а что делали — покажем!"**

Цель игры: научить детей принимать совместные решения, побудить к импровизации, поощрить попытки участвовать в коллективном разговоре, развить творческое воображение.

### **Игра "Можно перейти ваш мост?"**

За основу данной игры была взята популярная английская сказка.

Суть игры: все дети выстраиваются на одной стороне комнаты в одну шеренгу. Ведущий выбирает одного ребенка, который будет "контролером". Он становится напротив шеренги детей у противоположной стены. Задача ведущего объяснить всем детям, что "контролер" и все дети стоят на разных берегах реки, которые соединяются мостиком. Этот мостик можно обозначить лентой или веревкой.

Далее ребята задают вопрос "контролеру": «Можно ли перейти Ваш мостик?». А контролер отвечает: "Можете прыгать по мосту те, у кого в одежде присутствует желтый цвет. И так каждый раз водящий придумывает для ребят новое движение и новый цвет.

### **Логоритмические игры.**

Логопедическая ритмика — одно из звеньев коррекционной педагогики. Она связывает воедино слово (звук), музыку и движения.

Логоритмические игры направлены на всестороннее развитие ребёнка, совершенствование его речи, овладение двигательными навыками, умение ориентироваться в окружающем мире, понимание смысла предлагаемых заданий, на способность преодолевать трудности, творчески проявлять себя.

### **Пальчиковые игры.**

Основные задачи гимнастики:

- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- развитие силы мышц, укрепление суставов и повышение их подвижности;
- развитие выносливости и постановка дыхания;
- выработка навыков высокой культуры движений

### **Практика.**

1. Упражнения, укрепляющие мышцы спины;

- «День — ночь»

- «Змейка»
- «Рыбка».
- 2. Упражнения, развивающие подъем стопы:
  - вытягивание и сокращение стопы,
  - круговые движения стопой.
- 3. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника:
  - «лодочка»,
  - «складочка»,
  - «колечко».
- 4. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса
  - «ступеньки»,
  - «ножницы».
- 5. Упражнения развивающие подвижность тазобедренного сустава:
  - «Неваляшка»,
  - «Passe' с разворотом колена».
- 6. Упражнения развивающие выворотность ног:
  - «Бабочка»,
  - «Лягушка».
- 7. Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага:
  - «Боковая растяжка»,
  - «Растяжка с наклоном вперед»,
  - «Часы».

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий.

### 2.1. Календарный учебный график.

**Место проведения:** ОГБУ ДОДТДМ, ауд.201.

**Время проведения занятий:**

**Изменения расписания занятий:**

N п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Дата планируемая (число, месяц)	Дата фактическая (число, месяц)	Причина изменения даты
<b>Раздел 1. Ритмика</b>							
1-6	Вводное занятие. Постановка корпуса и головы. Разучивание разминки	6	Рассказ, показ	наблюдение			
7- 12	Путешествие в мир танца. Ориентирование в пространстве танцкласса и сцены.	6	Рассказ, показ	наблюдение			
13- 18	Танцевальные шаги: с носка, с пятки, на полупальцах, маршевый шаг, галоп, подскоки, легкий бег, бег «лошадки».	6	Рассказ, показ	наблюдение			
19- 24	Построение и перестроение. Рисунок танца.	6	Рассказ, показ	наблюдение			
<b>Раздел 2. Игровая технология</b>							
25- 30	Темп, ритм, такт, музыкальное вступление.	6	Рассказ, показ	наблюдение			
31- 36	Театральные игры: "Одно и то же, но по-разному", "Где мы были, мы не скажем, а что делали покажем!", "Можно перейти ваш мост?".	6	Рассказ, показ	наблюдение			

37-42	Логоритмические игры: «Черепашка», «Повар-булочка», «Сидели 2 медведя», «Колесо», «Хорошо в реке купаться»	6	Рассказ, показ	наблюдение			
43-48	Пальчиковые игры: «Паучина», «Дружная семья», «Грибы», и т.д.	6	Рассказ, показ	наблюдение			
<b>Раздел 3. Партерная гимнастика</b>							
49-50	Упражнения, укрепляющие мышцы спины.	2	Рассказ, показ	наблюдение			
51-52	Упражнения, развивающие подъем стопы.	2	Рассказ, показ	наблюдение			
53-54	Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.	2	Рассказ, показ	наблюдение			
55-56	Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.	2	Рассказ, показ	наблюдение			
57-58	Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов.	2	Рассказ, показ	наблюдение			
59-60	Упражнения, развивающие выворотность ног.	2	Рассказ, показ	наблюдение			
61-64	Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.	4	Рассказ, показ	наблюдение			
65-72	Репетиционно - постановочная работа	8	Рассказ, показ	наблюдение			
	<b>Итого:</b>	<b>72</b>					

## **2.2. Условия реализации программы**

Занятия хореографией необходимо проводить в танцевальном зале, оборудованном станками, зеркалами, зал должен хорошо проветриваться.

Техническое оснащение: музыкальный центр (магнитофон), MP3, CD диски, USB-флешки, гимнастические коврики.

## **2.3. Формы аттестации и оценочные материалы**

1. Входная диагностика проводится перед началом обучения и предназначена для выявления уровня подготовленности детей к усвоению программы.

Формы контроля: беседа, тестирование физических данных и чувства ритма.

2. Промежуточная диагностика проводится в середине учебного года (декабрь).

Формы контроля: контрольное занятие.

3. Итоговая диагностика проводится после завершения всей учебной программы.

Формы контроля: открытое занятие.

## **2.4. Методические материалы**

Документация учебного кабинета:

1. Нормативные документы и учебная литература.
2. Правила техники безопасности работы в учебном кабинете и инструктажа обучающихся по технике безопасности.
3. Электронный УМК:
  1. Видеоурок «Танец-игра для детей 4-5». А. Любашин, зима -2011.
  2. Видеоурок «Эстрадный танец для детей 4-7 лет». А.Уфимцева, лето - 2011.
  3. Видеоурок «Афро-джаз и джаз модерн». Т.Тарабанова, весна -2008.
  4. Видеоурок «Народный танец для детей дошкольного возраста» М.Агеев, лето – 2011.
  5. Видеоурок «Разминка в стиле хип-хоп». А. Иванова, Весна- 2017.
  6. Видеоурок «игра «Хаги-Зумба». А.Уфимцева, весна -2016.
  7. Видеоурок «Урок по кругу». А.Уфимцева, лето-2015.
  8. Видеоурок «Игра Бонифаций». А.Уфимцева, весна-2014.
  9. Видеоурок «Методика классического танца для дошколят и младших школьников» Л.Савина, лето-2017.
  10. Видеоурок «Развитие данных детей младшего возраста», Е.Барткайтис.

## 2.5. Список литературы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. – СПб: Просвещение, 1996.
2. Белкина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет. – М.: Просвещение, 1984.
3. Бриске И.Э. Мир танца для детей. – Челябинск, 2005.
4. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – Л.: Просвещение, 1980.
5. Захаров В.М. Радуга русского танца. – М.: Вита, 1986.
6. Константинова А.И. Игровой стретчинг. – СПб.: Вита, 1993.
7. Константинова Л.Э. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. – СПб: Просвещение, 1994.
8. Макарова Е.П. Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стретчингом. – СПб: Искусство, 1993.
9. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие – М.: Владос, 2003.
10. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». – М.: Линка – Пресс, 2006.
11. Уральская В.И. Рождение танца. – М.: Вартус, 1982.
12. Усова О.В. Театр танца О.Усовой. Методическое пособие. – Шадринск: Изд-во ПО «Исеть», 2002 – 175 с
13. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе»: Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 2000.

### Список используемой литературы для обучающихся

1. Александрова Н. «Балет. Мини-энциклопедия для детей» -М.: Познавательная история, 2016.
2. Раскраска: «Раскрась танец» (классический танец) - М.: Dancess Russia.ru
3. Раскраска: «Раскрась народный танец» - М.: Dancess Russia.ru
4. Лора Ли. «Хочу все знать о балете! Детская энциклопедия». – М.: Аванта 2018 г.
5. Мохова Полина «Балет. Книга о безграничных возможностях» - Миф детство, 2017.
6. Херфуртнер Рудольф «Золушка или торжество добродетели. Комическая опера Джоаккино Россини» - Контент, 2018.
7. Зуза Хэммерле «Щелкунчик. Балет-сказка Петра Ильича Чайковского» - Контент, 2018
8. Марко Зимза «Лебединое озеро Балет Петра Ильича Чайковского» - Контент, 2018
9. Макдоналд Марианн «Бал бабочек» - М.: 2018