



Комитет по образованию

**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дом детского творчества Курортного района Санкт-Петербурга
«На реке Сестре»**

ПРИНЯТА:
Решением
Педагогического совета:
Протокол № 1
От «01» сентября 2020г.:

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 94 от «01» сентября 2020 г.
Директор ГБУ ДО ДДТ «На реке Сестре»
_____ М.В.Куканова



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«ТАНЦЕВАЛЬНАЯ РИТМИКА»

Возраст учащихся: 6 – 12 лет

Срок реализации: 3 года

Уровень программы – общекультурный

**Разработчик – Колодий Н.А.,
педагог дополнительного образования**

2020

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Название программы	«Танцевальная ритмика»
Сведения об авторе	ФИО: Колодий Наталия Анатольевна
	Место работы :ДДТ « На Реке Сестре»
	Должность: педагог дополнительного образования
Год разработки	2018. корректировка 2020
Направленность	Художественная. Танцевальное
Возраст учащихся	6 – 12 лет
Уровень	Общекультурный
Адресат программы	Программа основана на возрастных особенностях развития познавательных способностей, и физиологии ребенка. В младшем школьном возрасте используется несложная координация, упор делается на развитие музыкальности, чувства ритма, и укрепление опорно-двигательного аппарата. По мере взросления учащихся координация усложняется, включаются новые, все более сложные элементы, движения приобретают необходимую выразительность и эмоциональную окраску. Все это придает программе отличительные черты от других программ и делают ее более выразительной.
Срок реализации	3 года 360 часов
Актуальность	Программа адаптирована для реализации в условиях временного ограничения занятий в очной (контактной) форме и включает все необходимые инструменты электронного обучения с использованием дистанционных образовательных технологий
Новизна	Новизна данной программы состоит в ее вариантности и содержит в себе элементы трех программ: «Танцевально-ритмическая гимнастика», «Бальные танцы и элементы хореографии», «Народный и современный танец».
Цель	Укрепление физического и психического здоровья обучающихся, создание возможности использования навыков и умений хореографии в танцевальных постановках, приобщение учащихся к искусству танца, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, посредством занятий в танцевальном коллективе.
Ожидаемые результаты	Обучающиеся будут уметь: - правильно и согласованно выполнять танцевальные упражнения и танцы под музыку; -иметь определенный двигательный запас ля выполнен программного материала; -уметь выражать характер движения различных танцевальных направлений.
Материально-техническая база	Занятия проводятся в спортивном, актовом, танцевальном зале или другом приспособленном для этого помещении, отвечает гигиеническим требованиям – размеры, освещенность, вентиляция и покрытие пола, оборудование- магнитофон.
Форма занятий	Фронтальная, групповая, круговая, индивидуальная
Режим занятий	1 год обучения 72 часа .1 раз в неделю по 2 уч. часа 2 год обучения -144 часа. 2 раза в неделю по 2 уч. часа 3 год обучения -144 часа. 2 раз в неделю по 2 уч. часа С использованием дистанционных образовательных технологий: он-лайн не более 30 минут в день
Формы подведения итогов	Освоение программы осуществляется через использование различных способов проверки: - текущий контроль знаний в процессе устного опроса; - текущий контроль умений и навыков в процессе наблюдения за индивидуальной работой; - взаимоконтроль; - контроль умений и навыков в рамках открытых уроков и концертов. -творческий отчет. Итоги, для групп 1 года обучения, подводятся в форме открытого занятия в конце 1-го полугодия, и итогового открытого занятия в конце 2-го полугодия. Использование танцевальных миниатюр хореографической группы в постановке спектаклей.

2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная программа «Танцевальная ритмика», разработана для предоставления образовательных услуг обучающимся младшего школьного возраста Государственного бюджетного учреждения дополнительного образования Курортного района Санкт-Петербурга «На реке Сестре».

Данная программа «общекультурного» уровня сложности предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предполагаемого для освоения содержания в смешанной (очно-дистанционной) форме обучения.

На сегодняшний день особую популярность приобретает детское та танцевальные программ, в которых используются специальные упражнения для согласования движения с музыкой.

Программа «Танцевальная ритмика» является многофункциональной и может основываться на разных компонентах двигательной активности ребенка. Единственной основой этих компонентов должны стать ритмические единицы, соразмерные во времени, пространстве и по степени мышечных усилий.

Нормативные документы :

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа составлена в соответствии с

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Далее – ФЗ № 273).
2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р (Далее – Концепция).
3. «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» от 29 мая 2015 г. № 996-р;
4. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации (Минпросвещение России) от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Письмо Министерство образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 18.11.2015г.
6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Распоряжение Комитета по образованию №617-р) от 01.03.2017г.
7. СанПин 2.4.3172-14: «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
8. «Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ среднего, профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением ЭО и ДОТ» от 24.03.2020г.
9. Приложение к письму Комитета по Образованию от 14.08.2020 № 03-28-6734/20-0-0 О подготовке организаций Санкт-Петербурга , осуществляющих образовательную деятельность , к началу 2020-2021 учебного года.

2.1. Направленность данной программы – художественная

2.2. Отличительные особенности Танец как сценическое искусство имеет свою специфику и, следовательно, свою систему воспитания и обучения, она очень актуальна в современном мире в силу того, что потребность в движении генетически заложена в человеческом организме и обусловлена всем ходом его эволюционного развития.

Дополнительная образовательная программа направлена на свободное развитие личности ребёнка, поддержание его физического и психического здоровья, формирование его учебно-предметной, социальной, информационно-коммуникативной, креативной компетентностей, на формирование и развитие желания к продолжению образования и профессиональному самоопределению.

Так же отличительной особенностью данной программы является дистанционное ознакомление обучающихся с тематическими блоками, освоение каждого из которых предполагает работу с конкретным видом материалов.

Данная программа предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность и возможность освоения содержания в смешанной форме обучения (очно-дистанционной)

2.3. Актуальность-

Программа «Танцевальная ритмика» адаптирована для реализации ее в условиях временного ограничения занятий в очной (контактной) форме и включает все необходимые инструменты электронного обучения при изучении разделов, блоков, тем. Новизну программы определяет использование ИКТ технологий при изучении отдельных тем, разделов программы. Этим определяется актуальность.

Актуальность данной программы, с точки зрения современности и социальной значимости в обществе состоит в том, чтобы отвечать потребностям общества и быть ориентированной на эффективное решение актуальных проблем учащихся, соответствовать государственной политике в области дополнительного образования и социальному заказу общества.

Данная программа направлена на формирование и развитие творческих способностей учащихся, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию их свободного времени. Дополнительное образование учащихся обеспечивает их адаптацию к жизни в обществе, профессиональную ориентацию, а также выявление и поддержку детей, проявивших выдающиеся способности. Дополнительные общеобразовательные программы для детей должны учитывать возрастные и индивидуальные особенности детей.

2.4. Адресат. Учащиеся: девочки и мальчики 6-12 лет.

Программа основана на возрастных особенностях развития познавательных способностей, и физиологии ребенка. В младшем школьном возрасте используется несложная координация, упор делается на развитие музыкальности, чувства ритма, и укрепление опорно-двигательного аппарата. По мере взросления учащихся координация усложняется, включаются новые, все более сложные элементы, движения приобретают необходимую выразительность и эмоциональную окраску. Все это придает программе отличительные черты от других программ и делают ее более выразительной.

2.5. Объем и срок реализации программы:

Уровень программы – ознакомительный (общекультурный)

Сроки реализации программы: 3 года обучения (216 час.).

Форма обучения: смешанная (очная с элементами дистанционного обучения)

1 год обучения – 72 часа; 1 раз в неделю по 2 учебных часа, длительностью по 45 минут при очной форме обучения.

2 год обучения -144 часа 2 раза в неделю по 2 учебных часа, длительностью по 45 минут при очной форме обучения.

3 год обучения - 144 часа 2 раза в неделю по 2 учебных часа, длительностью по 45 минут при очной форме обучения.

Продолжительность занятия 30 минут с перерывами 10 минут (при дистанционном обучении).

Первые 30 минут из которых отводится на работу в онлайн режиме, вторые – в офлайн режиме (в индивидуальной работе и онлайн консультировании).

В рамках онлайн занятий посредством платформ: Webinar, ZOOM, Youtube, Skype, Google и другие, педагог представляет теоретический материал по теме.

В офлайн режиме посредством социальных сетей и мессенджеров обучающимся передается видео, презентационный материал с инструкцией выполнения заданий, мастер-классы и другое.

Формы обучения и виды занятий по программе (в условиях смешанного обучения)

Учебные занятия могут проводиться со всем составом объединения, по группам и подгруппам, а также индивидуально (с наиболее способными детьми при подготовке к конкурсным мероприятиям или с детьми с особыми возможностями здоровья). Очное обучение проходит с применением электронного образовательного обучения и дистанционных образовательных технологий.

При дистанционном обучении по программе используются следующие формы дистанционных образовательных технологий:

- видео-занятия, лекции, мастер-классы;
- открытые электронные библиотеки, виртуальные музеи, выставки;
- сайты по творчеству данного направления;
- тесты, викторины по изученным теоретическим темам;
- адресные дистанционные консультации.

В организации дистанционного обучения по программе используются следующие платформы и сервисы: ZOOM, Googl Form, Skype, чаты в Viber, WatsUp, ВКонтакте и т.д.

В мессенджерах с начала обучения создается группа, через которую ежедневно происходит обмен информацией, в ходе которой обучающиеся получают теоретическую информацию, демонстрируются способы выполнения движений. Получение обратной связи организовывается в формате присылаемых в электронном виде фотографий и промежуточных результатов работы.

Учебно-методический комплекс включает электронные образовательные ресурсы для самостоятельной работы обучающихся (ссылки на мастер-классы, шаблоны, теоретический материал).

2.6. Цель и задачи программы.

Цель программы - укрепление физического и психического здоровья обучающихся создание возможности использования навыков и умений хореографии в театральных постановках, приобщение учащихся к искусству танца, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, посредством занятий в танцевальном коллективе.

Задачи:

Обучающие:

1. формирование знаний об основных хореографических понятиях;
2. обучение элементам бального танца, привить музыкальный вкус,
3. обучить работать в соответствии с музыкальным сопровождением, приобщить к искусству танца;
3. обучить умению ориентироваться во времени и пространстве,
4. обучение навыкам постановочной и концертной деятельности;
5. формирование навыка самостоятельного поиска информации в предоставленном перечне информационных онлайн-платформах, контентах, блогах и т.д.;
6. умение работать дистанционно в команде и индивидуально;
7. выполнять задания самостоятельно и коллективно (бесконтактно);

Развивающие:

1. формирование и развитие специальных навыков и умений по хореографии;
2. формирование и развитие познавательного интереса к хореографическому искусству и общей культуре личности;
3. формирование и развитие способностей к самостоятельной и коллективной работе;
4. развитие способности творческого выполнения практической деятельности;
5. развитие двигательной памяти
6. развитие навыка использования социальных сетей в образовательных целях и др.

Воспитательные:

1. воспитание эстетического восприятия;
2. воспитание всесторонне развитой личности, стремящейся к саморазвитию и самосовершенствованию;
3. создание условий для общения и адаптации к современной жизни на основе культурных ценностей;
4. формирование и развитие желания к продолжению образования и профессиональному самоопределению (готовности к трудовой деятельности).

2.7. Условия реализации программы: - программа реализуется разделами (модулями), часть тем отдана на самостоятельное изучение с последующим контролем за выполнением заданий.

Условия набора в коллектив и формирования групп

Обучаться по программе принимаются все желающие дети соответствующего возраста. Допускается дополнительный набор учащихся на второй и третий годы обучения по результатам собеседования.

Группы могут быть как одновозрастные, так и разновозрастные. В неоднородных группах рекомендуется выдерживать возрастной диапазон не более 3 лет.

Группы комплектуются по возрастам и на основании исходных данных способностей, которые определяются педагогом на пробном занятии. Педагог работает с детьми с учетом медицинских показаний, родителям необходимо предоставлять справку от врача об отсутствии противопоказаний к занятиям хореографией и физическим нагрузкам. Ребенок, имеющий медицинские противопоказания, не может быть зачислен в группу.

Возможен добор детей в течение года. Возможны группы сменного состава в зависимости от постановки танца.

Особенности набора детей:

Важную роль в комплектовании групп играет некоторая разница в возрасте детей, так как образовательный процесс протекает более благоприятно, поскольку старшие обучающиеся с готовностью выступают в роли наставников. Младшие по возрасту обучающиеся подтягиваются к уровню работ, к стилю поведения старших.

Наполняемость учебной группы по годам обучения:

1 год – не менее 12-15 человек

2 год - не менее 12 человек

3 год - не менее 10 человек.

Занятия проводятся в танцевальном зале с наличием зеркал и станков. Учащиеся имеют форму одежды для занятий.

Формы проведения занятий

Очно: Учебные занятия могут проводиться со всем составом с соблюдением социальной дистанции (сводная репетиция), по группам (по партиям) и подгруппам, а также индивидуально (с наиболее способными детьми при подготовке к конкурсным мероприятиям или с детьми с особыми возможностями здоровья).

В зависимости от содержания материала, его сложности, могут использоваться разные формы организации занятий.

При обучении с использованием дистанционных образовательных технологии по программе, используются следующие формы занятий:

- видео-занятия, видео-уроки, мастер-классы;
- виртуальные музыкальные гостиные;
- тесты, викторины по изученным теоретическим темам;
- адресные дистанционные консультации.

В организации дистанционного обучения по программе используются следующие платформы и сервисы: ВКонтакте.(группа созданная педагогом (<https://vk.com/club191171623>))

В мессенджерах с начала обучения создается группа, через которую согласно расписания происходит обмен информацией, в ходе которой обучающиеся получают теоретическую информацию. Получение обратной связи организовывается в формате присылаемых в электронном виде видео промежуточных результатов работы

Формы организации образовательного процесса: весь состав группы, работа по партиям, по подгруппам, индивидуальная работа.

практическое занятие, игра, зачет, конкурсы, экскурсии, беседа, открытое занятие, фестиваль, репетиция, концерт, музыкальная гостиная

При проведении занятий используются разнообразные **методы и приемы:**

- словесные (беседы о способах музыкальной выразительности, рассказы о композиторах)
- наглядные методы (показ, исполнение педагога; показ видео-материалов и иллюстраций);
- практический (танцевально-тренировочные упражнения)
- репродуктивный (воспроизведение и повторение учащимися танцевальных движений в соответствии с объяснением и показом педагога).

Типы занятий:

1. Теоретические (обучающее, контрольное).
2. Практические (тренировочное, репетиционно-тренировочное, диагностическое).
3. Комбинированные (интеграция различных типов занятий).

Форма организации деятельности учащихся на занятии:

групповая, фронтальная, коллективная, индивидуальная.

Материально-техническое обеспечение реализации образовательной программы: помещение, в котором проводятся занятия должно быть оснащено в соответствии с требованием СанПиН от 04.07.2014 №14

Для проведения занятий необходим зал или помещение, приспособленное для этого.

Окраска стен должна обеспечить охрану зрения детей, это светлые тона теплой зоны спектра.

Покрытие пола должно быть деревянное (паркет) или синтетическое.

Оборудование (гимнастические стенки, скамейки, хореографический станок) должны быть прикреплены, что обеспечивает безопасность детей на занятиях

Аудио и видеоаппаратура.

2.8. Планируемые результаты освоения программы

Личностные:

- - формирование мотивации к обучению и познанию, саморазвитию;
- - соблюдение правил поведения в зрительном зале, на сцене, во время выступлений, проведения концертов и спектаклей;
- - умение высказывать аргументированное мнение относительно выступления соучеников
- - умение оценивать качество и интересность массовых мероприятий, в которых принял участие
- - формирование эстетического вкуса;

Метапредметные:

- - Формирование умения понимать поставленную задачу и определять способы достижения результата
- - Научиться основам культуры межличностного общения и использовать правила этикета в жизни
- - Вести беседы на заданные темы
- - Чувствовать себя раскрепощенно

Предметные:

- - сформировать основные представления об эталоне певческого академического тона - певческая установка, дыхание, звукообразование, чистота интонации, дикция, ансамбль;
- - развитие навыков хорового исполнительства;
- - воспитание эстетического вкуса, расширение музыкального кругозора и любви к музыке;

2.9. Уровень программы: общекультурный

3. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Кол-во учебных недель	Кол-во Учебных часов	Режим занятий
1 год	14.09. (с 01.09. по 14.09 комплектование)	25.05.	36	72	1 раз в неделю по 2 часа Дистанционно: не более 30 минут онлайн
2 год	01,09	25,05	36	144	2 раза в неделю по 2 часа Дистанционно: не более 30 минут онлайн
3 год	01,09	25,09	36	144	2 раза в неделю по 2 часа Дистанционно: не более 30 минут онлайн

1 год 72 часа 2 часа в неделю

1.Продолжительность учебного года

Мордуль 1-9: 2-9

А) начало учебного года- 1 сентября

Б) окончание года- 31 декабря

Модуль 3-9: 4-9

А) начало учебного года- 1 января

Б) окончание учебного года- 25 мая или до окончания реализации программы

2. Количество учебных недель- 36,

Мордули 1 -2 - 4 месяца/16 недель;

Модули 3-4 - 5 месяцев / 20 недель

3. Сроки летних каникул- 1июня-31 августа

4. Занятия в объединении проводятся в соответствии с расписанием занятий.

5.Продолжительность занятия для обучающихся младшего школьного возраста - 45 минут., в дистанционной форме не более 30 минут.

6. Входной контроль проводится в сентябре.

7.Промежуточная аттестация обучающихся проводится в декабре..

8. Итоговая аттестация в мае.

3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН
Первого года обучения

№ п/п	Название разделов и тем	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
	1 полугодие	8,5	27,5	36	
	Модуль 1. Танцевально-ритмическая гимнастика	4,5	13,5	18	Входной контроль.
	Модуль 2 Бальные танцы и элементы хореографии	4	14	18	Промежуточный, итоговый
	2 полугодие	8,5	27,5	36	
	Модуль 2 Бальные танцы и элементы хореографии	4,5	13,5	18	промежуточный
	Модуль 4. Народный и современный танец	4	14	18	Промежуточный, ИТОГОВЫЙ

3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН
Второго года обучения

№ п/п	Название разделов и тем	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
	1 полугодие	32	40	72	
	Модуль 1. Танцевально-ритмическая гимнастика	9	27	36	Входной контроль.
	Модуль 2 Бальные танцы и элементы хореографии	7	29	36	Промежуточный, итоговый
	2 полугодие	32	40	72	
	Модуль 2 Бальные танцы и элементы хореографии	9	27	36	
	Модуль 4. Народный и современный танец	7	29	36	Промежуточный, итоговый

3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН
Третьего года обучения

№ п/п	Название разделов и тем	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
	1 полугодие	32	40	72	
	Модуль 1. Танцевально-ритмическая гимнастика	9	27	36	Входной контроль.
	Модуль 2 Бальные танцы и элементы хореографии	7	29	36	
	2 полугодие	32	40	72	
	Модуль 2 Бальные танцы и элементы хореографии	9	27	36	
	Модуль 4. Народный и современный танец	7	29	36	Итоговый контроль

4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

4.1. Особенности организации образовательного процесса первого года обучения.

При построении программы использовались принципы модульного изучения материала. В зависимости от условий обучения педагог может менять модули местами и вносить в программу коррективы. Допускается изучение отдельных тем, модулей в дистанционной форме.

4.2. Задачи 1 года обучения

Задачи:

Обучающие

Обучить учащихся танцевальным движениям: умению ориентироваться под музыку.

Воспитать в детях культуру здорового образа жизни. трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Привить чувство прекрасного и любовь к искусству, развитие коммуникативных способностей, обучающихся через учебно-практическую деятельность.

Формирование навыка самостоятельного поиска информации в предоставленном перечне информационных онлайн-платформах, контенте, блогах и т.д.;

Умение работать дистанционно в команде и индивидуально;

Выполнять задания самостоятельно и коллективно (бесконтактно);

Развивающие

Развитие творческих способностей детей.

- Развитие умения использовать различные приемы коммуникативной деятельности (умение организовать пространство общения, умение работать в режиме диалога и др.);

Содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата- формирование правильной осанки.

Совершенствовать кондиционные двигательные качества (мышечная сила, гибкость, выносливость, скоростная сила) и координационные способности.

Воспитательные:

Прививать интерес к занятиям танцами;

Воспитывать самостоятельность, раскрепощенность, умение творчески выражать эмоции и мысли в танцевальных движениях;

Поддерживать стремление к разумному лидерству, инициативности, трудолюбие, готовность к взаимопомощи;

Воспитывать уважение к педагогам, товарищам, партнерам по танцам;

Прививать навыки здорового образа жизни, личной и общественной гигиены, опрятности в костюме и внешнем виде.

4.3. Планируемые результаты

После завершения 1-го года каждый ребёнок может приобрести следующие знания:

1. Знать назначение танцевального класса и правила поведения в нем.
2. Причины травматизма и правила безопасности на занятиях.
3. Гигиенические требования к одежде и обуви для занятий.
4. Средства музыкальной выразительности для этого года обучения.

К концу 1-го года дети должны понимать:

1. Ориентироваться в зале, выполнять строевые и общеразвивающие упражнения.
2. Правильно и согласованно выполнять упражнения и танцы под музыку.
3. Выполнять комплексы движений этого года обучения.

Личностный результат:

- осознание своих интересов, стремление расширять свой кругозор в области танца;
- осознание своих эмоций, умение адекватно выражать их и контролировать;
- использование приобретенных на занятиях знаний в повседневной жизни.

Предметный результат:

- наличие знаний о правильной работе опорно-двигательного аппарата во время выполнения различных связок
- содействовать формированию навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений в танцах и танцевальных композициях.
- содействовать развитию творческих и созидательных способностей – мышления, воображения, находчивости, познавательной активности.

Метапредметный результат познавательные

- овладение умением работать с различными источниками информации;
- овладение умением представлять результаты своей работы;

Коммуникативные УУД:

- умение адекватно воспринимать устную речь;
- умение строить продуктивное речевое взаимодействие со сверстниками и взрослыми: работать в составе творческих групп, обмениваться информацией, отстаивать свою позицию, принимать или аргументировано отклонять точки зрения других.

регулятивные

- умение организовать выполнение заданий педагога, согласно установленным правилам работы, сделать выводы по результатам работы;
- умение работать по плану, сверять свои действия с целью и при необходимости исправлять ошибки самостоятельно;
- развитие навыков самооценки и самоанализа (почему получилось, почему не получилось).

Планируемые результаты оздоровительной работы с детьми:

- расширение двигательного опыта обучающихся при выполнении упражнений под музыку;
- исполнение танцев и танцевальных упражнений дает возможность хорошо ориентироваться в быту, среди сверстников, на танцевальной площадке, праздниках, вечерах и других культурных мероприятиях
- наличие благоприятной ситуации для развития возможностей ребенка справляться с тревогой, усталостью, пресыщением и перевозбуждением.
-

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Календарно-тематический план первого года обучения (72 часа)

Смешанная форма обучения (очная с дистанционными технологиями)

Дата занятия план	№ п/п	Название разделов и тем	Количество часов			Использование ресурсов и сетевой формы (технические средства)	Формы контроля. Обратная связь
			Теория	Практика	Общая кол-во часов		
1 полугодие					3 6		
		Модуль 1. Танцевально-ритмическая гимнастика	4,5	13,5	18		
	1.1	Вводные занятия. Назначение оборудования в зале. Правила поведения в танцевальном зале. Правила передвижения по условной разметке в зале.	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)
	1.2	Ритмика. Строевые упражнения Партерный экзерсис Танцевально-ритмическая гимнастика. Ритмические танцы.	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)
	1.3	Ритмика. Строевые упражнения Партерный экзерсис Специальные упражнения для согласования движений с музыкой и развитие музыкальной выразительности	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)
	1.4	Ритмика Строевые упражнения Музыкально-подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогику видео с выполнением задания
	1.5	Ритмика. Комплексы танцевально-ритмических упражнений. Музыкально-подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)
	1.6	Ритмика. Комплексы танцевально-ритмических упражнений. Музыкально-подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp,	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)

						ВКонтакте https://vk.com/club191171623	
1.7	Ритмика. Комплексы танцевально-ритмических упражнений. Музыкально-подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)	
1.8	Ритмика. Комплексы танцевально-ритмических упражнений. Музыкально-подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)	
1,9	Ритмика. Комплексы танцевально-ритмических упражнений. Музыкально-подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогику видео с выполнением задания	
	Модуль 2. Бальные танцы и элементы хореографии	4	14,	1 8			
2.1	Упражнения для усвоения ритма. Музыкально-подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)	
2.2	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. Ритмический фокстрот Музыкально-подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)	
2.3	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. Ритмический фокстрот Музыкально-подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)	
2.4	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. Медленный вальс Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогику видео с выполнением задания	

						ub191171623	
2.5	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание массовых танцев. Элементы хореографии. Музыкально-подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)	
2.6	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. Медленный вальс Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)	
2.7	Упражнения танцевальной азбуки. Элементы хореографии. Разучивание бальных танцев. Ритмический фокстрот Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)	
2.8	Упражнения танцевальной азбуки. Элементы хореографии. Разучивание массовых танцев. Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)	
2.9	Подведение итогов.		2	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогику видео с выполнением задания	
2 полугодие				3 6			
Модуль 3. Бальные танцы и элементы хореографии		4,5	13,5	18			
3.1	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. Массовые танцы Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)	
3.2	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. Массовые танцы Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)	

						ub191171623	
3.3	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. Массовые танцы Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальны е консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)	
3.4	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание массовых танцев. Массовые танцы Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальны е консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогику видео с выполнением задания	
3.5	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. Массовые танцы Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальны е консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)	
3.6	Упражнения танцевальной азбуки. Элементы хореографии. Разучивание бальных танцев Массовые танцы	0,5	1,5	2	Индивидуальны е консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)	
3.7	Упражнения танцевальной азбуки. Элементы хореографии. Разучивание массовых танцев. Массовые танцы Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальны е консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)	
3.8	Упражнения танцевальной азбуки. Элементы хореографии. Разучивание массовых танцев. Массовые танцы Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальны е консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)	
3.9	Упражнения танцевальной азбуки. Элементы хореографии. Разучивание массовых танцев. Массовые танцы Музыкально- подвижные игры	0,5	1,52	2	Индивидуальны е консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогику видео с выполнением задания	
	Модуль 4 Народный и современный танец	4	14	1 8			

4.1	Партерный экзерсис. Элементы народного характерного танца. Русский хоровод. Музыкально-подвижные игры.	0,5	1,5	2	Индивидуальны е консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)
4.2	Партерный экзерсис. Элементы народного характерного танца Русский хоровод. Музыкально-подвижные игры.	0,5	1,5	2	Индивидуальны е консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)
4.3	Партерный экзерсис. Элементы народного характерного танца Русский хоровод. Музыкально-подвижные игры.	0,5	1,5	2	Индивидуальны е консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)
4,4	Партерный экзерсис. Элементы народного характерного танца Полька. Музыкально- подвижные игры.	0,5	1,5	2	Индивидуальны е консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогику видео с выполнением задания
4.5	Партерный экзерсис. Элементы современного танца. Полька. Музыкально-подвижные игры.	0,5	1,5	2	Индивидуальны е консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)
4.6	Партерный экзерсис. Элементы современного танца. . Полька. Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальны е консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)
4.7	Партерный экзерсис. Элементы современного танца. Танец утят Музыкально- подвижные игры.	0,5	1,5	2	Индивидуальны е консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)
4.8	Партерный экзерсис. Элементы современного танца. Танец утят. Музыкально- подвижные игры.	0,5	1,5	2	Индивидуальны е консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)

						https://vk.com/club191171623	
	4.9	Итоговые занятия .Подведение итогов учебного года		2	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогику видео с выполнением задания

4.5. Содержание занятий 1 года обучения Содержание (72 часа)

Модуль 1. Танцевально-ритмическая гимнастика

Тема 1,1 Вводное занятие.

Теория:

1. Назначение спортивного зала и правила поведения в нем.
2. Предупреждение травматизма на занятиях
3. Гигиенические требования к одежде и обуви на занятиях.

Практика:

Ходьба и бег в музыкальном темпе, хлопки в такт музыки. Акцентированная ходьба в т.ч. на 1 и 3 счет. Движение руками в различном темпе. Различие динамики звука: громко-тихо. Хлопок или шаг вперед по очереди., муз. Размер 2/4. Гимнастическое дирижировали. Передать шагами структуру музыкального произведения (куплеты- шаги вперед, привет- шаги назад).

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,2

Теория

1. Правильность выполнения строевых упражнений.

Практика

1. Строевая стойка, повороты на месте, в движении, команды Равняйся! Смирно! Вольно! По порядку рассчитайся! Напра-во! Нале-во! Шагом марш! Группа стой! Построение в шеренгу, колонну, круг. Перестроение в две три шеренги, колонны по заданию педагога. Размыкание на вытянутые руки.
2. Разучивание ритмического танца «Танец сидя».
3. Музыкально-подвижные игры. Найди свое место. Цапля и лягушки.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,3

Теория

1. Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
2. Творческая игра «Кто я?»

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1.4.

Теория.

1. Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
2. Творческая игра «Магазин игрушек»

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,5

Теория.

1. Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Разучивание ритмического танца «Лавата»

3. Музыкально-подвижная игра «Дети и медведь»

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,6

Теория.

1. Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Разучивание ритмического танца «Лавата»

3. Музыкально-подвижная игра «Запев-припев»

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,7

Теория.

1. Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Разучивание ритмического танца «Мы пойдём сначала в право»

3. Музыкально-подвижная игра «Найди предмет»

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,8

Теория.

1. Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Разучивание ритмического танца «Мы пойдём сначала в право»

3. Музыкально-подвижная игра «Найди предмет»

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,9

Теория.

1. Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.
Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Разучивание ритмического танца «Полька сидя»

3. Музыкально-подвижная игра «Зоопарк»

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Модуль 2 Бальные танцы и элементы хореографии

Тема 2,1

Теория.

1. Правильность выполнения комплекса развивающих упражнений и базовых элементов бального танца.

Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Упражнения танцевальной азбуки. Поклон. Реверанс. Постановка корпуса. Головы. Шаги с каблука, носка. Перенос вес тела. Диагонали.

3. Разучивание массового танца «Кузнечик».

4. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,2

Теория.

1. Правильность выполнения комплекса развивающих упражнений и базовых элементов бального танца.

Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Упражнения танцевальной азбуки. Поклон. Реверанс. Постановка корпуса. Головы. Шаги с каблука, носка. Перенос вес тела. Диагонали.

3. Разучивание массового танца «Кузнечик».

4. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,3

Теория.

1.Этика взаимодействия партнера в паре. Правильность выполнения комплекса развивающих упражнений и базовых элементов бального танца.

Практика.

1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2.Упражнения танцевальной азбуки. Основные танцевальные позиции ног и рук. Постановка корпуса и головы . Осанка.

3, Разучивание массового танца «Кузнечик».

4.Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,4

Теория.

1.Этика взаимодействия партнера в паре. Правильность выполнения комплекса развивающих упражнений и базовых элементов бального танца.

Практика.

1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2.Упражнения танцевальной азбуки. Основные танцевальные позиции ног и рук. Постановка корпуса и головы . Осанка.

3, Разучивание массового танца «Большая прогулка».

4.Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,5

Теория.

1.Этика взаимодействия партнера в паре. Правильность выполнения комплекса развивающих упражнений и базовых элементов бального танца.

Практика.

1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2.Упражнения танцевальной азбуки. Основные танцевальные позиции ног и рук. Постановка корпуса и головы . Осанка.

3, Разучивание массового танца «Большая прогулка».

4.Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,6

Теория.

1.Этика взаимодействия партнера в паре. Правильность выполнения комплекса развивающих упражнений и базовых элементов бального танца. Основные направления в танцевальном зале.

Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
 - 2.Упражнения танцевальной азбуки. Основные танцевальные позиции ног и рук. Постановка корпуса и головы . Осанка. Разучивание шагов.
 - 3, Разучивание массового танца «Рассердились-помирились».
 - 4.Музыкально-подвижные игры.
- Самостоятельная работа:** разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,7

Теория.

- 1.Этика взаимодействия партнера в паре. Правильность выполнения комплекса развивающих упражнений и базовых элементов бального танца. Основные направления в танцевальном зале.

Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
- 2.Упражнения танцевальной азбуки. Основные танцевальные позиции ног и рук. Постановка корпуса и головы . Осанка. Разучивание шагов.
- 3, Разучивание массового танца «Рассердились-помирились».
- 4.Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,8

Теория.

- 1.Этика взаимодействия партнера в паре. Правильность выполнения комплекса развивающих упражнений и базовых элементов бального танца. Основные направления в танцевальном зале.

Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
- 2.Упражнения танцевальной азбуки. Основные танцевальные позиции ног и рук. Постановка корпуса и головы . Осанка. Разучивание шагов.
- 3, Подготовка к открытому уроку.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,8

Открытый урок.

Модуль 3. Бальные танцы и элементы хореографии.

Тема 3,1

Теория.

- 1.Этика взаимодействия партнера в паре. Правильность выполнения комплекса развивающих упражнений и базовых элементов бального танца. Основные направления в танцевальном зале.

Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Упражнения танцевальной азбуки. Основные танцевальные позиции ног и рук. Постановка корпуса и головы . Осанка. Разучивание шагов.
 3. Изучение основ классической хореографии. Demi plie.
 - 4, Повторение ранее пройденных массовых танцев.
 5. Музыкально-подвижные игры.
- Самостоятельная работа:** разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,2

Теория.

1. Этика взаимодействия партнера в паре. Правильность выполнения комплекса развивающих упражнений и базовых элементов бального танца. Основные направления в танцевальном зале. Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
2. Упражнения танцевальной азбуки. Основные танцевальные позиции ног и рук. Постановка корпуса и головы . Осанка. Разучивание шагов.
3. Изучение основ классической хореографии. Demi plie.
- 4, Повторение ранее пройденных массовых танцев.
5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,3

Теория.3,3

1. Этика взаимодействия партнера в паре. Правильность выполнения комплекса развивающих упражнений и базовых элементов бального танца. Основные направления в танцевальном зале. Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
2. Упражнения танцевальной азбуки. Основные танцевальные позиции ног и рук. Постановка корпуса и головы . Осанка. Разучивание шагов.
3. Изучение основ классической хореографии. Demi plie. Grand plie/
- 4, Разучивание классического бального танца «Па де грас»
5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,4

Теория.

1. Этика взаимодействия партнера в паре. Правильность выполнения комплекса развивающих упражнений и базовых элементов бального танца. Основные направления в танцевальном зале. Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Упражнения танцевальной азбуки. Основные танцевальные позиции ног и рук. Постановка корпуса и головы . Осанка. Разучивание шагов.
3. Изучение основ классической хореографии. Demi plie. Grand plie/
- 4, Разучивание классического бального танца «Маленький вальс»
5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,5

Теория.

1. Этика взаимодействия партнера в паре. Правильность выполнения комплекса развивающих упражнений и базовых элементов бального танца. Основные направления в танцевальном зале.

Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
2. Упражнения танцевальной азбуки. Основные танцевальные позиции ног и рук. Постановка корпуса и головы . Осанка. Разучивание шагов.
3. Изучение основ классической хореографии. Demi plie. Grand plie, позиции ног 1,2,3.
- 4, Разучивание классического бального танца «Маленький вальс»
5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,6

Теория.

1. Этика взаимодействия партнера в паре. Правильность выполнения комплекса развивающих упражнений и базовых элементов бального танца. Основные направления в танцевальном зале.

Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
2. Упражнения танцевальной азбуки. Основные танцевальные позиции ног и рук. Постановка корпуса и головы . Осанка. Разучивание шагов.
3. Изучение основ классической хореографии. Позиции рук: подготовительная, 1, 2, 3 (.
- 4, Разучивание классического бального танца «Берлинская полька»
5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,7

Теория.

1. Этика взаимодействия партнера в паре. Правильность выполнения комплекса развивающих упражнений и базовых элементов бального танца. Основные направления в танцевальном зале.

Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
- 2.Упражнения танцевальной азбуки. Основные танцевальные позиции ног и рук. Постановка корпуса и головы. Осанка. Разучивание шагов.
- 3.Изучение основ классической хореографии. Позиции рук: подготовительная, 1, 2, 3 (.
- 4, Разучивание диско танца «Бит-ритм»
- 5.Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,8

Теория.

- 1.Этика взаимодействия партнера в паре. Правильность выполнения комплекса развивающих упражнений и базовых элементов бального танца. Основные направления в танцевальном зале.

Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
- 2.Упражнения танцевальной азбуки. Основные танцевальные позиции ног и рук. Постановка корпуса и головы. Осанка. Разучивание шагов.
- 3.Изучение основ классической хореографии. Позиции рук: подготовительная, 1, 2, 3.
- 4, Разучивание диско танца «Бит-ритм»
- 5.Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,9

Теория.

- 1.Этика взаимодействия партнера в паре. Правильность выполнения комплекса развивающих упражнений и базовых элементов бального танца. Основные направления в танцевальном зале.

Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
- 2.Упражнения танцевальной азбуки. Основные танцевальные позиции ног и рук. Постановка корпуса и головы . Осанка. Разучивание шагов.
- 3.Изучение основ классической хореографии. Позиции рук: подготовительная, 1, 2, 3
- 4, Разучивание диско танца «Бит-ритм»
- 5.Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Модуль 4. Народный и современный танец

Тема 4,1

Теория

- 1.Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

- 1.Партерный экзерсис и 3 положения лежа. Вытягивание рук вверх, а ног вниз, разведение ног врозь., рук в стороны, Отведение одной ноги над полом, Поднимание ног назад.
- 2, Из упора сидя: вытягивание носков ног от себя и на себя, разведение ног в стороны. Поднимание согнутой и прямой ноги. Махи ногами вперед.
- 3.Подготовительные упражнения: Танцевальные позиции ног 1,2,3, Полуприседы и подъемы на носки. Танцевальные позиции рук: подготовительная 1,2,3. Перевод из одной позиции в другую.
Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,2

Теория

- 1.Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

- 1.Партерный экзерсис и 3 положения лежа. Вытягивание рук вверх, а ног вниз, разведение ног врозь., рук в стороны, Отведение одной ноги над полом, Поднимание ног назад.
- 2, Из упора сидя: вытягивание носков ног от себя и на себя, разведение ног в стороны. Поднимание согнутой и прямой ноги. Махи ногами вперед.
- 3.Подготовительные упражнения: Танцевальные позиции ног 1,2,3, Полуприседы и подъемы на носки. Танцевальные позиции рук: подготовительная 1,2,3. Перевод из одной позиции в другую.
4. Разучивание народного танца: «Русский хоровод»
- 5.Музыкально-подвижные игры.
Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,3

Теория

- 1.Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

- 1.Партерный экзерсис и 3 положения лежа. Вытягивание рук вверх, а ног вниз, разведение ног врозь., рук в стороны, Отведение одной ноги над полом, Поднимание ног назад.
- 2, Из упора сидя: вытягивание носков ног от себя и на себя, разведение ног в стороны. Поднимание согнутой и прямой ноги. Махи ногами вперед.
- 3.Подготовительные упражнения: Танцевальные позиции ног 1,2,3, Полуприседы и подъемы на носки. Танцевальные позиции рук: подготовительная 1,2,3. Перевод из одной позиции в другую.
4. Разучивание народного танца: «Русский хоровод»
- 5.Музыкально-подвижные игры.
Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,4

Теория

- 1.Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

- 1.Партерный экзерсис и 3 положения лежа. Вытягивание рук вверх, а ног вниз, разведение ног врозь., рук в стороны, Отведение одной ноги над полом, Поднимание ног назад.
- 2, Из упора сидя: вытягивание носков ног от себя и на себя, разведение ног в стороны. Поднимание согнутой и прямой ноги. Махи ногами вперед.

- 3.Подготовительные упражнения: Танцевальные позиции ног 1,2,3, Полуприседы и подъемы на носки. Танцевальные позиции рук: подготовительная 1,2,3. Перевод из одной позиции в другую.
4. Разучивание народного танца: «Русский хоровод»
- 5.Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,5

Теория

- 1.Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

- 1.Партерный экзерсис и 3 положения лежа. Вытягивание рук вверх, а ног вниз, разведение ног врозь., рук в стороны, Отведение одной ноги над полом, Поднимание ног назад.
- 2, Из упора сидя: вытягивание носков ног от себя и на себя, разведение ног в стороны. Поднимание согнутой и прямой ноги. Махи ногами вперед.
- 3.Подготовительные упражнения: Танцевальные позиции ног 1,2,3, Полуприседы и подъемы на носки. Танцевальные позиции рук: подготовительная 1,2,3. Перевод из одной позиции в другую.
4. Разучивание народного танца: «Полька-хлопушка»
- 5.Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,6

Теория

- 1.Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

- 1.Партерный экзерсис и 3 положения лежа. Вытягивание рук вверх, а ног вниз, разведение ног врозь., рук в стороны, Отведение одной ноги над полом, Поднимание ног назад.
- 2, Из упора сидя: вытягивание носков ног от себя и на себя, разведение ног в стороны. Поднимание согнутой и прямой ноги. Махи ногами вперед.
- 3.Подготовительные упражнения: элементы народного танца: выставление ноги в сторону, назад, вперед, крестом. Полуприсяд на одной ноге, другую- вперед на пятку. Шаг с подскоком.
4. Разучивание народного танца: «Полька-хлопушка»
- 5.Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,7

Теория

- 1.Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

- 1.Партерный экзерсис и 3 положения лежа. Вытягивание рук вверх, а ног вниз, разведение ног врозь., рук в стороны, Отведение одной ноги над полом, Поднимание ног назад.

2, Из упора сидя: вытягивание носков ног от себя и на себя, разведение ног в стороны. Поднимание согнутой и прямой ноги. Махи ногами вперед.

3.Подготовительные упражнения: элементы народного танца: выставление ноги в сторону, назад, вперед, крестом. Полуприсяд на одной ноге, другую- вперед на пятку. Шаг с подскоком.

4. Разучивание народного танца: «Полька-хлопушка»

5.Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,8

Теория

1.Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

1.Партерный экзерсис и 3 положения лежа. Вытягивание рук вверх, а ног вниз, разведение ног врозь., рук в стороны, Отведение одной ноги над полом, Поднимание ног назад.

2, Из упора сидя: вытягивание носков ног от себя и на себя, разведение ног в стороны. Поднимание согнутой и прямой ноги. Махи ногами вперед.

3.Подготовительные упражнения: элементы народного танца: выставление ноги в сторону, назад, вперед, крестом. Полуприсяд на одной ноге, другую- вперед на пятку. Шаг с подскоком.

4. Разучивание народного танца: «Полька-хлопушка»

5.Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,9

Итоговые концерты первого и второго полугодий, концерты для родителей, участие в совместных отчетных и праздничных концертах с другими коллективами хоровой студии.

5. ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

5.1. Формы аттестации

ЭТАПЫ КОНТРОЛЯ:

1. **входной контроль**, (предварительный) - прослушивание, собеседование. Входной контроль проводится в течение комплектования коллектива. На этом этапе определяется уровень музыкальной памяти, чувство ритма. Дети могут станцевать небольшую импровизацию под музыкальное сопровождение, отстучать несложный ритмический рисунок. Результаты заносятся в диагностическую карту №1.

2. **текущий** (проводится на каждом занятии в форме педагогического наблюдения). Педагог оценивает и мыслительную активность учащихся, и воображение, и память, и эмоциональность, и степень вовлеченности в творческий процесс во время занятий.

3. **промежуточный**, (в формах бесед-опросов и тестовых заданий позволяет провести анализ результативности освоения учащимися отдельных разделов учебного плана. Проводится после завершения изученного материала). Промежуточный контроль – это и открытое занятие в конце первого полугодия – концерт «Новогодняя сказка» в форме музыкально-танцевальной композиции. Оценочные результаты-впечатления заносятся в диагностическую карту №2.

4. **итоговый контроль** проводится в конце учебного года в форме - открытого занятия, зачеты, конкурсы, концерты, фестиваль. По сложившейся традиции, участие коллектива на конкурсе «Берега».

Оценка результатов обучения проводится через организацию работы в ГУГЛ классе

Формы фиксации результатов

- Диагностическая карта №1 «Выявление первоначального уровня, знаний, умений, возможности детей и их природных данных».

- Диагностическая карта №2 « Определения уровня освоения учащимися общеобразовательной программы».

Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса.

Методы организации занятия:

- словесный (устное изложение, беседа, анализ музыкального текста)

- наглядный (музыкальные иллюстрации педагога, наблюдения, прослушивание музыкального материала в записи, показ видеоматериалов, иллюстраций)

- практический (тренинг, упражнения).

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративный (дети воспринимают и усваивают готовую информацию)

- репродуктивный (учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности)

- частично-поисковый (решение поставленной задачи совместно с педагогом)

- исследовательский (самостоятельная творческая работа учащегося).

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности учащихся занятия:

- фронтальный, коллективный, индивидуально-фронтальный

Приёмы, используемые педагогом: игра, упражнения, решение проблемных ситуаций, диалог, устное изложение, беседа, анализ музыкального текста, музыкальные иллюстрации педагога, наблюдение, тренинг, прослушивание музыкального материала на электронных носителях.

Использование современных технологий:

- универсальные педагогические технологии;

- дифференцированного обучения;

- развивающего обучения;

- исполнительского обучения

- здоровьесберегающая

Дидактический материал: научная и специальная литература, репертуарные сборники, , таблицы танцевальных терминов, портреты композиторов, известных танцовщиков, видеозаписи

Карточки:

Карточки музыкальных терминов

Наглядный материал:

Портреты известных танцовщиков.

Электронные образовательные ресурсы:

Техническое оснащение занятий: фортепиано, аппаратура для прослушивания музыкальных записей. Ноутбук.

Психолого-педагогическое сопровождение образовательной программы - материалы педагогической диагностики обучающихся – наблюдение, анкетирование, тестирование.

Формы подведения итогов:

- индивидуальное торцевание;
- сдача партий;
- контроль за уровнем усвоения программы;
- фестивали, конкурсы, концерты;

Используются методы диагностики результата, которые позволяют правильно оценить достижения деятельности каждого участника хорового коллектива:

Предметные:

- метод контрольных заданий;

- зачет, контрольный опрос;
- диагностическая беседа;
- наблюдение.

Психологические:

- анкетирование;
- тестирование;
- метод незаконченного предложения;
- диагностическая беседа;
- наблюдение.

5.2. Диагностические материалы к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Танцевальная ритмика»

1. Входной контроль (диагностика)

Диагностическая карта № 1

«Выявление первоначального уровня, знаний, умений, возможности детей и их природных данных».

Фамилия	Ритм	Выворотность	Желание	Эмоциональность

Шкала оценки: 1 балл – низкий уровень; 2 балла – средний уровень; 3 балла – высокий уровень.
Общая сумма: 1-4 балла – низкий; 5-10 баллов – средний; 11-15 баллов – высокий.

Результаты заносятся в единый бланк:

2. **Текущий** (проводится на каждом занятии в форме педагогического наблюдения). Педагог оценивает и мыслительную активность учащихся, и воображение, и память, и эмоциональность, и степень вовлеченности в творческий процесс во время занятий.

3. **Промежуточный контроль.** Проводится в конце 1 полугодия.

Диагностическая карта № 2

«Определения уровня освоения учащимися общеобразовательной программы».

Фамилия	Параметры результативности Освоения программы			Общий балл
	Опыт освоения теории	Освоение Практической деятельности	Опыт Эмоционально- творческих отношений	

Шкала оценки: 1 балл – низкий уровень; 2 балла – средний уровень; 3 балла – высокий уровень.
Общая сумма: 1-4 балла – низкий; 5-10 баллов – средний; 11-15 баллов – высокий.

4. Итоговый контроль.

Диагностическая карта итогового занятия в форме концерта. (педагогом отмечаются соответствующие баллы)

ФИО	Освоение основных движений			Ориентация во времени			Ориентация в пространстве			Эмоциональность, артистичность исполнения			Рекомендации педагога для дальнейшего обучения.	
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1														

2	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	
3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	
4	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	
5	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	

Шкала оценки: 1 балл – низкий уровень;

2 балла – средний уровень;

3 балла – высокий уровень.

Общая сумма: 1-4 балла – низкий; 5-10 баллов – средний; 11-15 баллов – высокий.

К результатам обучения по программе относится анализ удовлетворенности родителей учебным процессом. Приложение:
анкета для родителей.

Педагогические технологии, методы, приемы и формы организации образовательного процесса

Методическое обеспечение программы включает в себя материалы, сгруппированные по разделам и включают в себя различные формы проведения занятий, (очно, дистанционно) и в том числе для самостоятельной работы.

Тема /раздел программы	Форма занятий	Приемы и методы организации образовательного процесса	Дидактический материал	Форма подведения итогов
Модуль 1 Танцевально-ритмическая гимнастика Темы 1.1-1.9	очно	Объяснение и показ педагога	Учебно-методические пособия	Входной контроль (приложение бланк)
	дистанционно	Наглядный, показ видеоматериалов	Интернет ресурсы. Работа в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623 https://vk.com/clubhoreograf	Объяснение материала при помощи VK vk.com/club191171623 ссылка на материал если есть
	Самостоятельная работа	Наглядный, просмотр видеоматериалов		vk.com/club191171623
Модуль 2 «Бальные танцы и элементы хореографии» Темы 2,1,-,9	очно	Объяснение и показ педагога	Учебно-методические пособия	Бланк диагностики
	дистанционно	Наглядный, показ видеоматериалов	Интернет ресурсы.	Объяснение материала при помощи VK
	Самостоятельная работа	Наглядный, просмотр видеоматериалов		vk.com/club191171623
Модули,3 «Бальные танцы и элементы хореографии» Темы 3,1-3,9	очно	Объяснение и показ педагога	Учебно-методические пособия	Промежуточный контроль Бланк диагностики
	дистанционно	Наглядный, показ видеоматериалов	Интернет ресурсы. Работа в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623 https://vk.com/clubhoreograf	Объяснение материала при помощи VK vk.com/club191171623 ссылка на материал если есть
	Самостоятельная работа	Наглядный, просмотр видеоматериалов		vk.com/club191171623
Модуль 4 Народный и современный танец Темы 4,1-4,9	очно	Объяснение и показ педагога	Учебно-методические пособия	Диагностическая карта
	дистанционно	Наглядный, показ видеоматериалов	Интернет ресурсы. Работа в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623 https://vk.com/clubhoreograf	Объяснение материала при помощи VK vk.com/club191171623 ссылка на материал если есть
	Самостоятельная работа	Наглядный просмотр видеоматериалов		vk.com/club191171623

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Календарно-тематический план второго года обучения (144 часа)

Смешанная форма обучения (очная с дистанционными технологиями)

Дата занятия план	№ n/n	Название разделов и тем	Количество часов			Использование ресурсов и сетевой формы (технические средства)	Формы контроля. Обратная связь
			Теория	Практика	Общая кол-во часов		
1 полугодие					72		
		Модуль 1. Танцевально-ритмическая гимнастика	9	27	36		
	1.1	Вводные занятия. Назначение оборудования в зале. Правила поведения в танцевальном зале. Правила передвижения по условной разметке в зале.	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)
	1.2	Ритмика. Строевые упражнения Партерный экзерсис Танцевально-ритмическая гимнастика. Ритмические танцы.	0,5	1,5	1,5	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)
	1,3	Ритмика. Строевые упражнения Партерный экзерсис Танцевально-ритмическая гимнастика. Ритмические танцы.	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)
	1,4	Ритмика. Строевые упражнения Партерный экзерсис Танцевально-ритмическая гимнастика. Ритмические танцы.	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогику видео с выполнением задания

1.5	Ритмика. Строевые упражнения Партерный экзерсис Специальные упражнения для согласования движений с музыкой и развитие музыкальной выразительности	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)
1.6	Ритмика Строевые упражнения Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)
1,7	Ритмика. Комплексы танцевально-ритмических упражнений. Музыкально-подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогике видео с выполнением задания
1.8	Ритмика. Комплексы танцевально-ритмических упражнений. Музыкально-подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)
1,9	Ритмика. Комплексы танцевально-ритмических упражнений. Музыкально-подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)
1.10	Ритмика. Комплексы танцевально-ритмических упражнений. Музыкально-подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)
1,11	Ритмика. Комплексы танцевально-ритмических упражнений. Музыкально-подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber,	Выполнение задания педагога. (танцевальные)

						WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/ club191171623	е движения
	1.12	Ритмика. Комплексы танцевально-ритмических упражнений. Музыкально-подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/ club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогу видео с выполнением задания
	1,13	Ритмика. Комплексы танцевально-ритмических упражнений. Музыкально-подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/ club191171623	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)
	1.14	Ритмика. Комплексы танцевально-ритмических упражнений. Музыкально-подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/ club191171623	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)
	1,15	Ритмика. Комплексы танцевально-ритмических упражнений. Музыкально-подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/ club191171623	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)
	1,16	Ритмика. Комплексы танцевально-ритмических упражнений. Музыкально-подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/ club191171623	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)
	1,17	Ритмика. Комплексы танцевально-ритмических упражнений. Музыкально-подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/ club191171623	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)

1,18	Ритмика. Комплексы танцевально-ритмических упражнений. Музыкально-подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогику видео с выполнением задания
	Модуль 2. Бальные танцы и элементы хореографии	3,5	14,5	18		
2.1	Упражнения для усвоения ритма. Разучивание бальных танцев. «Летка-енка» Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)
2.2	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Летка-енка» Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)
2.3	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Полька Ладочки» Музыкально-подвижные игры				Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)
2.4	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Полька Ладочки» музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогику видео с выполнением задания
2,5	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Вальс дружбы» Музыкально- подвижные игры				Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)

						club191171623	
	2.6	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Вальс дружбы» Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)
	2,7	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «О-ля-ля» Музыкально- подвижные игры				Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)
	2.8	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание массовых танцев. «О-ля-ля» Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогике видео с выполнением задания
	2,9	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Полька тройками» Музыкально- подвижные игры				Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)
	2,10	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Полька тройками» Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)
	2,11	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Ходим гуляем» Музыкально- подвижные игры				Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)
	2.12	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Ходим гуляем» Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации	Обратная связь с педагогом,

						в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	участники занятия присылают педагогику видео с выполнением задания	
	2,13	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Па де патинер» Музыкально- подвижные игры				Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)	
	2,14	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание массовых танцев. «Па де патинер» Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)	
	2,15	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Вальс миньон» Музыкально- подвижные игры				Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)	
	2,16	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Вальс миньон» Музыкально- подвижные игры				Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)	
	2,17	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Карнавальная полька» Музыкально- подвижные игры				Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)	
	2,18	Подведение итогов. Выступление.			2	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогику

						club191171623	видео с выполнением задания
		2 полугодие			7 2		
		Модуль 3. Бальные танцы и элементы хореографии			36		
	3.1	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. Массовые танцы Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)
	3,2	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. Массовые танцы Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)
	3.3	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. Быстрый ритмический фокстрот Элементы хореографии Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)
	3,4	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. Быстрый ритмический фокстрот Элементы хореографии Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогику видео с выполнением задания
	3,5	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. Быстрый ритмический фокстрот Элементы хореографии Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)
	3.6	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Медленный вальс» Элементы хореографии Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber,	Выполнение задания педагога. (танцевальные движения)

						WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	е движения)
	3,7	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Медленный вальс» Элементы хореографии Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальн ые консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальны е движения)
	3.8	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Медленный вальс» Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальн ые консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогическую видео с выполнением задания
	3,9	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Ча-ча-ча» Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальн ые консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальны е движения)
	3.10	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Ча-ча-ча» Элементы хореографии Массовые танцы Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальн ые консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальны е движения)
	3,11	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Ча-ча-ча» Элементы хореографии Массовые танцы Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальн ые консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогическую видео с выполнением задания
	3.12	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Самба» Элементы хореографии Массовые танцы Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальн ые консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте	Выполнение задание педагога. (танцевальны е движения)

						https://vk.com/club191171623	
	3,13	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Самба» Элементы хореографии Массовые танцы Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)
	3.14	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Самба» Элементы хореографии Массовые танцы Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)
	3.15 8	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Джайв» Элементы хореографии Массовые танцы Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогику видео с выполнением задания
	3,16	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Джайв» Элементы хореографии Массовые танцы Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)
	3,17	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Джайв» Элементы хореографии Массовые танцы Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальные движения)
	3.18	Упражнения танцевальной азбуки. Разучивание бальных танцев. «Модный рок» Элементы хореографии Массовые танцы Музыкально- подвижные игры	0,5	1,5	2	Индивидуальные консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогику видео с выполнением задания

		Модуль 4 Народный и современный танец			3 6		
	4.1	Партерный экзерсис. Элементы народного характерного танца. Музыкально- подвижные игры.	0,5	1,5	2	Индивидуальн ые консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/ club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальны е движения)
	4,2	Партерный экзерсис. Элементы народного характерного танца. Народный танец «Травушка-муравушка» Музыкально- подвижные игры.	0,5	1,5		Индивидуальн ые консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/ club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальны е движения)
	4.3	Партерный экзерсис. Элементы народного характерного танца. Народный танец «Травушка-муравушка» Музыкально- подвижные игры..	0,5	1,5	2	Индивидуальн ые консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/ club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальны е движения)
	4,4	Партерный экзерсис. Элементы народного характерного танца. Народный танец «Травушка-муравушка» Музыкально- подвижные игры..	0,5	1,5		Индивидуальн ые консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/ club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогику видео с выполнением задания
	4.5	Партерный экзерсис. Элементы народного характерного танца Народный танец «Лявониha круговая» Музыкально- подвижные игры.	0,5	1,5	2	Индивидуальн ые консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/ club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальны е движения)
	4,6	Партерный экзерсис. Элементы народного характерного танца Народный танец «Лявониha круговая» Музыкально- подвижные игры.	0,5	1,5		Индивидуальн ые консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/ club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальны е движения)
	4,7	Партерный экзерсис. Элементы народного характерного танца	0,5	1,5	2	Индивидуальн ые	Выполнение задание

		Народный танец «Лявониha круговая» Музыкально- подвижные игры.				консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/ club191171623	педагога. (танцевальны е движения)
	4,8	Партерный экзерсис. Элементы народного характерного танца Диска танец «Артековская полька» Музыкально- подвижные игры.	0,5	1,5		Индивидуальн ые консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/ club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогику видео с выполнением задания
	4.9	Партерный экзерсис. Элементы народного характерного танца Диска танец «Артековская полька» Музыкально- подвижные игры.	0,5	1,5	2	Индивидуальн ые консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/ club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальны е движения)
	4,10	Партерный экзерсис. Элементы народного характерного танца Диска танец «Артековская полька» Музыкально- подвижные игры.	0,5	1,5		Индивидуальн ые консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/ club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальны е движения)
	4.11	Партерный экзерсис. Элементы народного характерного танца Диска танец «Большая стирка» Музыкально- подвижные игры.	0,5	1,5	2	Индивидуальн ые консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/ club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальны е движения)
	4,12	Партерный экзерсис. Элементы народного характерного танца Диска танец «Большая стирка» Музыкально- подвижные игры.	0,5	1,5		Индивидуальн ые консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/ club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогику видео с выполнением задания
	4,13	Партерный экзерсис. Элементы народного характерного танца Диска танец «Большая стирка» Музыкально- подвижные игры.	0,5	1,5	2	Индивидуальн ые консультации в чатах Viber,	Выполнение задание педагога. (танцевальны

						WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	е движения)
4,14	Партерный экзерсис. Элементы народного характерного танца Диско танец «Пуф-Буф» Музыкально-подвижные игры.	0,5	1,5	2		Индивидуальн ые консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальны е движения)
4,15	Партерный экзерсис. Элементы народного характерного танца Диско танец «Пуф-Буф» Музыкально-подвижные игры.	0,5	1,5			Индивидуальн ые консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогиче скую видео с выполнением задания
4,16	Партерный экзерсис. Элементы народного характерного танца Диско танец «Классики» Музыкально-подвижные игры.	0,5	1,5			Индивидуальн ые консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальны е движения)
4,17	Партерный экзерсис. Элементы народного характерного танца Диско танец «Классики» Музыкально-подвижные игры.	0,5	1,5			Индивидуальн ые консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Выполнение задание педагога. (танцевальны е движения)
4,18	Итоговые занятия .Подведение итогов учебного года		2	2		Индивидуальн ые консультации в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623	Обратная связь с педагогом, участники занятия присылают педагогиче скую видео с выполнением задания

4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

4.1. Особенности организации образовательного процесса второго года обучения.

При построении программы использовались принципы модульного изучения материала. В зависимости от условий обучения педагог может менять модули местами и вносить в программу корректировки. Допускается изучение отдельных тем, модулей в дистанционной форме.

4.2. Задачи 2 года обучения

Задачи:

Обучающие

Обучить учащихся танцевальным движениям: умению ориентироваться под музыку.

Воспитать в детях культуру здорового образа жизни. трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Привить чувство прекрасного и любовь к искусству, развитие коммуникативных способностей, обучающихся через учебно-практическую деятельность.

Формирование навыка самостоятельного поиска информации в предоставленном перечне информационных онлайн-платформах, контентах, блогах и т.д.;

Умение работать дистанционно в команде и индивидуально;

Выполнять задания самостоятельно и коллективно (бесконтактно);

Развивающие

Развитие творческих способностей детей.

- Развитие умения использовать различные приемы коммуникативной деятельности (умение организовать пространство общения, умение работать в режиме диалога и др.);

Содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата- формирование правильной осанки.

Совершенствовать кондиционные двигательные качества (мышечная сила, гибкость, выносливость, скоростная сила) и координационные способности.

Воспитательные:

Прививать интерес к занятиям танцами;

Воспитывать самостоятельность, раскрепощенность, умение творчески выражать эмоции и мысли в танцевальных движениях;

Поддерживать стремление к разумному лидерству, инициативности, трудолюбие, готовность к взаимопомощи;

Воспитывать уважение к педагогам, товарищам, партнерам по танцам;

Прививать навыки здорового образа жизни, личной и общественной гигиены, опрятности в костюме и внешнем виде.

4.3. Планируемые результаты

После завершения 1-го года каждый ребёнок может приобрести следующие знания:

- 1.Знать назначение танцевального класса и правила поведения в нем.
- 2.Причины травматизма и правила безопасности на занятиях.
- 3.Гигиенические требования к одежде и обуви для занятий.
- 4.Средства музыкальной выразительности для этого года обучения.

К концу 2-го года дети должны понимать:

- 1.Выполнять программный материал второго года обучения.
- 2.Самостоятельно выполнять танцы и танцевальные упражнения этого года обучения;
- 3.Проявлять творчество и инициативу по программному материалу креативной гимнастикой.

Личностный результат:

- осознание своих интересов, стремление расширять свой кругозор в области танца;
- осознание своих эмоций, умение адекватно выражать их и контролировать;
- использование приобретенных на занятиях знаний в повседневной жизни.

Предметный результат:

- выполнение танцевально-ритмических упражнений и танцев под музыку самостоятельно;
- содействовать формированию навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений в танцах и танцевальных композициях.
- сознательно выполнять индивидуальные домашние задания и знать их назначение.

Метапредметный результат познавательные

- овладение умением работать с различными источниками информации;
- овладение умением представлять результаты своей работы;

Коммуникативные УУД:

- умение адекватно воспринимать устную речь;
- умение строить продуктивное речевое взаимодействие со сверстниками и взрослыми: работать в составе творческих групп, обмениваться информацией, отстаивать свою позицию, принимать или аргументировано отклонять точки зрения других.

регулятивные

- умение организовать выполнение заданий педагога, согласно установленным правилам работы, сделать выводы по результатам работы;
- умение работать по плану, сверять свои действия с целью и при необходимости исправлять ошибки самостоятельно;
- развитие навыков самооценки и самоанализа (почему получилось, почему не получилось).

Планируемые результаты оздоровительной работы с детьми:

- расширение двигательного опыта обучающихся при выполнении упражнений под музыку;
- исполнение танцев и танцевальных упражнений дает возможность хорошо ориентироваться в быту, среди сверстников, на танцевальной площадке, праздниках, вечерах и других культурных мероприятиях
- наличие благоприятной ситуации для развития возможностей ребенка справляться с тревогой, усталостью, пресыщением и перевозбуждением.

4.5. Содержание занятий 2 года обучения Содержание (144 часа)

Модуль1. Танцевально-ритмическая гимнастика

Тема1,1 Вводное занятие.

Теория:

- 1.Правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами.
- 2.Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
- 3.Сущность и назначение ритма в ритмических упражнениях.

Практика:

- 1.Хлопки и удары ногой на каждый счет, только на 1 и 3-й. Ходьба на каждый счет или через счет.
2. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли..
3. Ходьба и бег, движение туловищем в различном темпе.
4. Задание на forte – шаги вперед, на piano- шаги назад

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,2

Теория

- 1.Правильность выполнения строевых упражнений.

Практика

1. Строевая стойка, повороты на месте, в движении, команды Вольно! Становись! Задание с применением строевых общеразвивающих и ритмических упражнений. Переход с шага на месте на ходьбу в движении

2. Разучивание ритмического танца «Танец сидя».

3. Музыкально-подвижные игры. Найди свое место. Цапля и лягушки.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,2

Тема 1,3

Теория

1. Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Творческая игра «Кто я?»

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1.4.

Теория.

1. Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

1. Общеразвивающие упражнения: комбинированные упражнения в стойках, седах и положении лежа. Бег и прыжки на двух и одной ноге.

2. Сустаная гимнастика. Упражнения на расслабление мышц. Развитие двигательных способностей: развитие мышечной силы и гибкости.

3. Креативная гимнастика: Специальное игровое задание «Художественная галерея»

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,5

Теория.

1. Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

1. Общеразвивающие упражнения: комбинированные упражнения в стойках, седах и положении лежа. Бег и прыжки на двух и одной ноге.

2. Сустаная гимнастика. Упражнения на расслабление мышц. Развитие двигательных способностей: развитие мышечной силы и гибкости.

3. Музыкальная творческая игра «Ай да я!»

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,6

Теория.

1. Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

1. Общеразвивающие упражнения: комбинированные упражнения в стойках, седах и положении лежа. Бег и прыжки на двух и одной ноге.

2. Сустаная гимнастика. Упражнения на расслабление мышц. Развитие двигательных способностей: развитие мышечной силы и гибкости.

3.Разучивание ритмического танца «Если весело живется»

4.Музыкально-подвижная игра «Автомобили»

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,7

Теория.

1.Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

1.Общеразвивающие упражнения: комбинированные упражнения в стойках, седах и положении лежа. Бег и прыжки на двух и одной ноге.

2.Суставная гимнастика. Упражнения на расслабление мышц. Развитие двигательных способностей: развитие мышечной силы и гибкости.

3.Разучивание ритмического танца «Если весело живется»

4.Музыкально-подвижная игра «Автомобили»

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,8

Теория.

1.Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

1.Общеразвивающие упражнения: комбинированные упражнения в стойках, седах и положении лежа. Бег и прыжки на двух и одной ноге.

2.Суставная гимнастика. Упражнения на расслабление мышц. Развитие двигательных способностей: развитие мышечной силы и гибкости.

3.Разучивание ритмического танца «Полька в кругу»

4. Музыкально-подвижная игра «Волк во рву»

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,9

Теория.

1.Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

1.Общеразвивающие упражнения: комбинированные упражнения в стойках, седах и положении лежа. Бег и прыжки на двух и одной ноге.

2.Суставная гимнастика. Упражнения на расслабление мышц. Развитие двигательных способностей: развитие мышечной силы и гибкости.

3.Разучивание ритмического танца «Полька в кругу»

4. Музыкально-подвижная игра «Волк во рву»

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,10

Теория.

1.Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения: комбинированные упражнения в стойках, седах и положении лежа. Бег и прыжки на двух и одной ноге.
 - 2.Суставная гимнастика. Упражнения на расслабление мышц. Развитие двигательных способностей: развитие мышечной силы и гибкости.
 - 3.Разучивание ритмического танца «Утята»
 4. Музыкально-подвижная игра «Дирижер-оркестр»
- Самостоятельная работа:* разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,11

Теория.

- 1.Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения: комбинированные упражнения в стойках, седах и положении лежа. Бег и прыжки на двух и одной ноге.
 - 2.Суставная гимнастика. Упражнения на расслабление мышц. Развитие двигательных способностей: развитие мышечной силы и гибкости.
 - 3.Разучивание ритмического танца «Утята»
 4. Музыкально-подвижная игра «Дирижер-оркестр»
- Самостоятельная работа:* разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,12

Теория.

- 1.Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения: комбинированные упражнения в стойках, седах и положении лежа. Бег и прыжки на двух и одной ноге.
 - 2.Суставная гимнастика. Упражнения на расслабление мышц. Развитие двигательных способностей: развитие мышечной силы и гибкости.
 - 3.Разучивание ритмического танца «Зарядка»
 4. Музыкально-подвижная игра «Карлики-великаны»
- Самостоятельная работа:* разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,13

Теория.

- 1.Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения: комбинированные упражнения в стойках, седах и положении лежа. Бег и прыжки на двух и одной ноге.
 - 2.Суставная гимнастика. Упражнения на расслабление мышц. Развитие двигательных способностей: развитие мышечной силы и гибкости.
 - 3.Разучивание ритмического танца «Зарядка»
 4. Музыкально-подвижная игра «Карлики-великаны»
- Самостоятельная работа:* разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,14

Теория.

- 1.Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения: комбинированные упражнения в стойках, седах и положении лежа. Бег и прыжки на двух и одной ноге.
 - 2.Суставная гимнастика. Упражнения на расслабление мышц. Развитие двигательных способностей: развитие мышечной силы и гибкости.
 - 3.Разучивание ритмического танца «Часики»
 4. Музыкально-подвижная игра «Совушка»
- Самостоятельная работа:* разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,15

Теория.

- 1.Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения: комбинированные упражнения в стойках, седах и положении лежа. Бег и прыжки на двух и одной ноге.
 - 2.Суставная гимнастика. Упражнения на расслабление мышц. Развитие двигательных способностей: развитие мышечной силы и гибкости.
 - 3.Разучивание ритмического танца «Часики»
 4. Музыкально-подвижная игра «Совушка»
- Самостоятельная работа:* разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,16

Теория.

- 1.Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения: комбинированные упражнения в стойках, седах и положении лежа. Бег и прыжки на двух и одной ноге.
 - 2.Суставная гимнастика. Упражнения на расслабление мышц. Развитие двигательных способностей: развитие мышечной силы и гибкости.
 - 3.Разучивание ритмического танца «Хоровод»
 4. Музыкально-подвижная игра «Музыкальное эхо»
- Самостоятельная работа:* разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,17

Теория.

- 1.Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения: комбинированные упражнения в стойках, седах и положении лежа. Бег и прыжки на двух и одной ноге.
 - 2.Суставная гимнастика. Упражнения на расслабление мышц. Развитие двигательных способностей: развитие мышечной силы и гибкости.
 - 3.Разучивание ритмического танца «Хоровод»
 4. Музыкально-подвижная игра «Музыкальное эхо»
- Самостоятельная работа:* разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 1,18

Теория.

1.Правильность выполнения комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Практика.

1.Общеразвивающие упражнения: комбинированные упражнения в стойках, седах и положении лежа. Бег и прыжки на двух и одной ноге.

2.Сустая гимнастика. Упражнения на расслабление мышц. Развитие двигательных способностей: развитие мышечной силы и гибкости.

3.Разучивание ритмического танца «Полька Старый жук»

4. Музыкально-подвижная игра «Музыкальное эхо»

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Модуль 2 Бальные танцы и элементы хореографии

Тема 2,1

Теория.

1.Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями

Практика.

1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седа, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.

3. Упражнения танцевальной азбуки: закрытый и открытый променад. Основные и диагональные направления в зале.

3, Разучивание массового танца «Летка-енка».

4.Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,2

Теория.

1.Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями

Практика.

1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седа, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.

3. Упражнения танцевальной азбуки: закрытый и открытый променад. Основные и диагональные направления в зале.

3, Разучивание массового танца «Летка-енка».

4.Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,3

Теория.

1.Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями

Практика.

1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седа, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.

3. Упражнения танцевальной азбуки: закрытый и открытый променад. Основные и диагональные направления в зале.

3, Разучивание массового танца «Полька «Ладоски»».

4. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,4

Теория.

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями

Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.

3. Упражнения танцевальной азбуки: закрытый и открытый променад. Основные и диагональные направления в зале.

3, Разучивание массового танца «Полька «Ладоски»».

4. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,5

Теория.

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями

Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.

3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки.

3, Разучивание массового танца «Вальс дружбы»».

4. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,6

Теория.

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями

Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.

3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки.

3, Разучивание массового танца «Вальс дружбы»».

4. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,7

Теория.

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.
3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки.
- 4, Разучивание массового танца «О-ля-ля»».
5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,8

Теория.

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.
3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки.
- 4, Разучивание массового танца «О-ля-ля»».
5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,9

Теория.

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.
3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки.
- 4, Разучивание массового танца «Полька тройками»».
5. Музыкально-подвижные игры.

Открытый урок.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,10

Теория.

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.
3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки.
- 4, Разучивание массового танца «Полька тройками»».
- 5.Музыкально-подвижные игры.

Открытый урок.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,11

Теория.

1.Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.
3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки.
- 4, Разучивание массового танца «Ходим-гуляем»».
- 5.Музыкально-подвижные игры.

Открытый урок.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,12

Теория.

1.Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.
3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки.
- 4, Разучивание массового танца «Ходим-гуляем»».
- 5.Музыкально-подвижные игры.

Открытый урок.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,13

Теория.

1.Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.
3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки.
- 4, Разучивание классического бального танца «Па де патинер».
- 5.Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,14

Теория.

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.

3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки.

4, Разучивание классического бального танца «Па де патинер».

5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,15

Теория.

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.

3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки.

4, Разучивание классического бального танца «Вальс-миньон».

5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,16

Теория.

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.

3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки.

4, Разучивание классического бального танца «Вальс-миньон».

5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,17

Теория.

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.

3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки.

4, Разучивание классического бального танца «Карнавальная полька».

5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 2,18

Выступление перед родителями.

При дистанционном обучении: видеоматериал с выполнением задания.

Модуль 3. Бальные танцы и элементы хореографии.

Тема 3,1

Теория.

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.

3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки. Перенос вес тела.

3. Изучение основ классической хореографии. Demi plie. Grand plie/, по 1-й, 2-й, 3-й позициям. Battement tendu по 3-й позиции

4, Повторение ранее пройденных массовых танцев.

5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,2

Теория

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.

3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки. Перенос вес тела.

3. Изучение основ классической хореографии. Demi plie. Grand plie/, по 1-й, 2-й, 3-й позициям. Battement tendu по 3-й позиции

4, Повторение ранее пройденных массовых танцев.

5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,3

Теория

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.

3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки. Перенос вес тела.

3. Изучение основ классической хореографии. Demi plie. Grand plie/, по 1-й, 2-й, 3-й позициям. Battement tendu по 3-й позиции

4, Разучивание бального танца «Быстрый Ритмический фокстрот»

5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,4

Теория

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.

3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки. Перенос вес тела.

3. Изучение основ классической хореографии. Demi plie. Grand plie/, по 1-й, 2-й, 3-й позициям. Battement tendu по 3-й позиции

4, Разучивание бального танца «Быстрый Ритмический фокстрот»

5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,5

Теория

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.

3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки. Перенос вес тела.

3. Изучение основ классической хореографии. Demi plie. Grand plie/, по 1-й, 2-й, 3-й позициям. Battement tendu по 3-й позиции

4, Разучивание бального танца «Быстрый Ритмический фокстрот»

5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,6

Теория

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.
3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки. Перенос вес тела.
3. Изучение основ классической хореографии. Demi plie. Grand plie/, по 1-й, 2-й, 3-й позициям. Battement tendu по 3-й позиции
- 4, Разучивание балетного танца «Медленный вальс»
5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,7

Теория

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.
3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки. Перенос вес тела.
3. Изучение основ классической хореографии. Demi plie. Grand plie/, по 1-й, 2-й, 3-й позициям. Battement tendu по 3-й позиции
- 4, Разучивание балетного танца «Медленный вальс»
5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,8

Теория

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.
3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки. Перенос вес тела.
3. Изучение основ классической хореографии. Demi plie. Grand plie/, по 1-й, 2-й, 3-й позициям. Battement tendu по 3-й позиции
- 4, Разучивание балетного танца «Медленный вальс»
5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,9

Теория

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.
3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки. Перенос вес тела.
3. Изучение основ классической хореографии. Demi plie. Grand plie/, по 1-й, 2-й, 3-й позициям. Battement tendu по 3-й позиции
- 4, Разучивание бального танца «Ча-ча-ча»
5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,10

Теория

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.
3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки. Перенос вес тела.
3. Изучение основ классической хореографии. Demi plie. Grand plie/, по 1-й, 2-й, 3-й позициям. Battement tendu по 3-й позиции
- 4, Разучивание бального танца «Ча-ча-ча»
5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,11

Теория

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
Практика.

1. Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.
3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки. Перенос вес тела.
3. Изучение основ классической хореографии. Demi plie. Grand plie/, по 1-й, 2-й, 3-й позициям. Battement tendu по 3-й позиции
- 4, Разучивание бального танца «Ча-ча-ча»
5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,12

Теория

1. Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями

Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
 2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.
 3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки. Перенос вес тела.
 - 3.Изучение основ классической хореографии. Demi plie. Grand plie/, по 1-й, 2 –й , 3-й позициях.Battement tendu по 3-й позиции
 - 4, Разучивание бального танца «Самба»
 - 5.Музыкально-подвижные игры.
- Самостоятельная работа:* разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,13

Теория

- 1.Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
- Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
 2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.
 3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки. Перенос вес тела.
 - 3.Изучение основ классической хореографии. Demi plie. Grand plie/, по 1-й, 2 –й , 3-й позициях.Battement tendu по 3-й позиции
 - 4, Разучивание бального танца «Самба»
 - 5.Музыкально-подвижные игры.
- Самостоятельная работа:* разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,14

Теория

- 1.Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
- Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
 2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.
 3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки. Перенос вес тела.
 - 3.Изучение основ классической хореографии. Demi plie. Grand plie/, по 1-й, 2 –й , 3-й позициях.Battement tendu по 3-й позиции
 - 4, Разучивание бального танца «Самба»
 - 5.Музыкально-подвижные игры.
- Самостоятельная работа:* разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,15

Теория

- 1.Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
- Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
 2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.
 3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки. Перенос вес тела.
 - 3.Изучение основ классической хореографии. Demi plie. Grand plie/, по 1-й, 2 –й , 3-й позициях.Battement tendu по 3-й позиции
 - 4, Разучивание бального танца «Джайв»
 - 5.Музыкально-подвижные игры.
- Самостоятельная работа:* разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,16

Теория

- 1.Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
- Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
 2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.
 3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки. Перенос вес тела.
 - 3.Изучение основ классической хореографии. Demi plie. Grand plie/, по 1-й, 2 –й , 3-й позициях.Battement tendu по 3-й позиции
 - 4, Разучивание бального танца «Джайв»
 - 5.Музыкально-подвижные игры.
- Самостоятельная работа:* разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,17

Теория

- 1.Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
- Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.
 2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.
 3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки. Перенос вес тела.
 - 3.Изучение основ классической хореографии. Demi plie. Grand plie/, по 1-й, 2 –й , 3-й позициях.Battement tendu по 3-й позиции
 - 4, Разучивание бального танца «Джайв»
 - 5.Музыкально-подвижные игры.
- Самостоятельная работа:* разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 3,18

Теория

- 1.Знание правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями
- Практика.

- 1.Общеразвивающие упражнения для шеи, головы, суставов рук ног, корпуса, седы, упоры и положения лежа на спине, животе, движение ногами в этих положениях. Упражнения на расслабление мышц.

2. Упражнения для усвоения ритма, Сочетание ходьбы на каждый счет и хлопков через счет.
 3. Упражнения танцевальной азбуки: простейший тренаж для рук и ног. Упражнения на развитие гибкости, укрепления мышц ног, осанки. Перенос вес тела.
 3. Изучение основ классической хореографии. Demi plie. Grand plie/, по 1-й, 2-й, 3-й позициям. Battement tendu по 3-й позиции
 4. Разучивание бального танца «Модный рок»
 5. Музыкально-подвижные игры.
- Самостоятельная работа:* разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Модуль 4. Народный и современный танец

Тема 4,1

Теория

1. Значение правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями. Применение основных упражнений по азбуке хореографии.

Практика.

1. Партерный экзерсис из положения лежа. Вытягивание рук вверх, а ног вниз, разведение ног врозь, рук в стороны, Отведение одной ноги над полом, Поднимание ног назад.
- 2, Из упора сидя: вытягивание носков ног от себя и на себя, разведение ног в стороны. Поднимание согнутой и прямой ноги. Махи ногами вперед.
3. Подготовительные упражнения: Танцевальные позиции рук: на пояс, за спину, за голову, выставление ноги в сторону и на носок. Полуприседы и подъемы на носки. Стоя боком к опоре, наклоны в стороны, прямо, назад.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,2

Теория

1. Значение правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями. Применение основных упражнений по азбуке хореографии.

Практика.

1. Партерный экзерсис из положения лежа. Вытягивание рук вверх, а ног вниз, разведение ног врозь, рук в стороны, Отведение одной ноги над полом, Поднимание ног назад.
- 2, Из упора сидя: вытягивание носков ног от себя и на себя, разведение ног в стороны. Поднимание согнутой и прямой ноги. Махи ногами вперед.
3. Подготовительные упражнения: Танцевальные позиции рук: на пояс, за спину, за голову, выставление ноги в сторону и на носок. Полуприседы и подъемы на носки. Стоя боком к опоре, наклоны в стороны, прямо, назад.
4. Разучивание народного танца: «Травушка-муравушка»
5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,3

Теория

1. Значение правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями. Применение основных упражнений по азбуке хореографии.

Практика.

1. Партерный экзерсис из положения лежа. Вытягивание рук вверх, а ног вниз, разведение ног врозь, рук в стороны, Отведение одной ноги над полом, Поднимание ног назад.
- 2, Из упора сидя: вытягивание носков ног от себя и на себя, разведение ног в стороны. Поднимание согнутой и прямой ноги. Махи ногами вперед.

3.Подготовительные упражнения: Танцевальные позиции рук: на пояс, за спину, за голову, выставление ноги в сторону и на носок. Полуприседы и подъемы на носки. Стоя боком к опоре, наклоны в стороны, прямо, назад.

4. Разучивание народного танца: «Травушка-муравушка»

5.Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,4

Теория

1.Значение правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями.

Применение основных упражнений по азбуке хореографии.

Практика.

1.Партерный экзерсис из положения лежа. Вытягивание рук вверх, а ног вниз, разведение ног врозь., рук в стороны, Отведение одной ноги над полом, Поднимание ног назад.

2, Из упора сидя: вытягивание носков ног от себя и на себя, разведение ног в стороны. Поднимание согнутой и прямой ноги. Махи ногами вперед.

3.Подготовительные упражнения: Танцевальные позиции рук: на пояс, за спину, за голову, выставление ноги в сторону и на носок. Полуприседы и подъемы на носки. Стоя боком к опоре, наклоны в стороны, прямо, назад.

4. Разучивание народного танца: «Травушка-муравушка»

5.Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,5

Теория

1.Значение правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями.

Применение основных упражнений по азбуке хореографии.

Практика.

1.Партерный экзерсис в положения лежа. Вытягивание рук вверх, а ног вниз, разведение ног врозь., рук в стороны, Отведение одной ноги над полом, Поднимание ног назад.

2, Из упора сидя: вытягивание носков ног от себя и на себя, разведение ног в стороны. Поднимание согнутой и прямой ноги. Махи ногами вперед.

3.Подготовительные упражнения: Танцевальные позиции рук: на пояс, за спину, за голову, выставление ноги в сторону и на носок. Полуприседы и подъемы на носки. Стоя боком к опоре, наклоны в стороны, прямо, назад.

4. Разучивание народного танца: «Лявониha круговая»

5.Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,6

Теория

1.Значение правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями.

Применение основных упражнений по азбуке хореографии.

Практика.

1.Партерный экзерсис и в 3 положения лежа. Вытягивание рук вверх, а ног вниз, разведение ног врозь., рук в стороны, Отведение одной ноги над полом, Поднимание ног назад.

2, Из упора сидя: вытягивание носков ног от себя и на себя, разведение ног в стороны. Поднимание согнутой и прямой ноги. Махи ногами вперед.

3.Подготовительные упражнения: Танцевальные позиции рук: на пояс, за спину, за голову, выставление ноги в сторону и на носок. Полуприседы и подъемы на носки. Стоя боком к опоре, наклоны в стороны, прямо, назад.

4. Разучивание народного танца: «Лявониha круговая»

5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,7

Теория

1. Значение правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями.

Применение основных упражнений по азбуке хореографии.

Практика.

1. Партерный экзерсис и 3 положения лежа. Вытягивание рук вверх, а ног вниз, разведение ног врозь, рук в стороны, Отведение одной ноги над полом, Поднимание ног назад.

2, Из упора сидя: вытягивание носков ног от себя и на себя, разведение ног в стороны. Поднимание согнутой и прямой ноги. Махи ногами вперед.

3. Подготовительные упражнения: Танцевальные позиции рук: на пояс, за спину, за голову, выставление ноги в сторону и на носок. Полуприседы и подъемы на носки. Стоя боком к опоре, наклоны в стороны, прямо, назад.

4. Разучивание народного танца: «Лявониha круговая»

5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,8

Теория

1. Значение правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями.

Применение основных упражнений по азбуке хореографии.

Практика.

1. Партерный экзерсис и 3 положения лежа. Вытягивание рук вверх, а ног вниз, разведение ног врозь, рук в стороны, Отведение одной ноги над полом, Поднимание ног назад.

2, Из упора сидя: вытягивание носков ног от себя и на себя, разведение ног в стороны. Поднимание согнутой и прямой ноги. Махи ногами вперед.

3. Подготовительные упражнения: Танцевальные позиции рук: на пояс, за спину, за голову, выставление ноги в сторону и на носок. Полуприседы и подъемы на носки. Стоя боком к опоре, наклоны в стороны, прямо, назад.

4. Разучивание народного танца: «Артековская полька»

5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,9

Теория

1. Значение правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями.

Применение основных упражнений по азбуке хореографии.

Практика.

1. Партерный экзерсис и 3 положения лежа. Вытягивание рук вверх, а ног вниз, разведение ног врозь, рук в стороны, Отведение одной ноги над полом, Поднимание ног назад.

2, Из упора сидя: вытягивание носков ног от себя и на себя, разведение ног в стороны. Поднимание согнутой и прямой ноги. Махи ногами вперед.

3. Подготовительные упражнения: Танцевальные позиции рук: на пояс, за спину, за голову, выставление ноги в сторону и на носок. Полуприседы и подъемы на носки. Стоя боком к опоре, наклоны в стороны, прямо, назад.

4. Разучивание народного танца: «Артековская полька»

5. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,10

Теория

1.Значение правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями. Применение основных упражнений по азбуке хореографии.

Практика.

1.Партерный экзерсис и 3 положения лежа. Вытягивание рук вверх, а ног вниз, разведение ног врозь., рук в стороны, Отведение одной ноги над полом, Поднимание ног назад.

2, Из упора сидя: вытягивание носков ног от себя и на себя, разведение ног в стороны. Поднимание согнутой и прямой ноги. Махи ногами вперед.

3.Подготовительные упражнения: Танцевальные позиции рук: на пояс, за спину, за голову, выставление ноги в сторону и на носок. Полуприседы и подъемы на носки. Стоя боком к опоре, наклоны в стороны, прямо, назад.

4. Разучивание народного танца: «Артековская полька»

5.Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,11

Теория

1.Значение правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями. Применение основных упражнений по азбуке хореографии.

Практика.

1.Партерный экзерсис и 3 положения лежа. Сидя.

2.Элементы современного танца: «Кач», шаги на «каче», акценты в сторону, назад и вперед, шаги в позиции «виск» , «кросс», кик, нога в сторону на носок, отталкивается со сменой положения ног.

3. Разучивание народного танца: «Большая стирка»

4.Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,12

Теория

1.Значение правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями. Применение основных упражнений по азбуке хореографии.

Практика.

1.Партерный экзерсис и 3 положения лежа. Сидя.

2.Элементы современного танца: «Кач», шаги на «каче», акценты в сторону, назад и вперед, шаги в позиции «виск» , «кросс», кик, нога в сторону на носок, отталкивается со сменой положения ног.

3. Разучивание народного танца: «Большая стирка»

4.Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,13

Теория

1.Значение правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями. Применение основных упражнений по азбуке хореографии.

Практика.

1.Партерный экзерсис и 3 положения лежа. Сидя.

2.Элементы современного танца: «Кач», шаги на «каче», акценты в сторону, назад и вперед, шаги в позиции «виск» , «кросс», кик, нога в сторону на носок, отталкивается со сменой положения ног.

3. Разучивание народного танца: «Большая стирка»

4. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,14

Теория

1. Значение правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями.

Применение основных упражнений по азбуке хореографии.

Практика.

1. Партерный экзерсис и 3 положения лежа. Сидя.

2. Элементы современного танца: Галоп во всех направлениях. Базовые движения руками. «Кач», шаги на «каче», акценты в сторону, назад и вперед, шаги в позиции «виск», «кросс», кик, нога в сторону на носок, отталкивается со сменой положения ног.

3. Разучивание народного танца: «Пуф-Баф»

4. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,15

Теория

1. Значение правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями.

Применение основных упражнений по азбуке хореографии.

Практика.

1. Партерный экзерсис и 3 положения лежа. Сидя.

2. Элементы современного танца: Галоп во всех направлениях. Базовые движения руками. «Кач», шаги на «каче», акценты в сторону, назад и вперед, шаги в позиции «виск», «кросс», кик, нога в сторону на носок, отталкивается со сменой положения ног.

3. Разучивание народного танца: «Пуф-Баф»

4. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,16

Теория

1. Значение правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями.

Применение основных упражнений по азбуке хореографии.

Практика.

1. Партерный экзерсис и 3 положения лежа. Сидя.

2. Элементы современного танца: Галоп во всех направлениях. Базовые движения руками. «Кач», шаги на «каче», акценты в сторону, назад и вперед, шаги в позиции «виск», «кросс», кик, нога в сторону на носок, отталкивается со сменой положения ног.

3. Разучивание народного танца: «Классики»

4. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,17

Теория

1. Значение правильной осанки и поддержание ее физическими и танцевальными упражнениями.

Применение основных упражнений по азбуке хореографии.

Практика.

1. Партерный экзерсис и 3 положения лежа. Сидя.

2. Элементы современного танца: Галоп во всех направлениях. Базовые движения руками. «Кач», шаги на «каче», акценты в сторону, назад и вперед, шаги в позиции «виск», «кросс», кик, нога в сторону на носок, отталкивается со сменой положения ног.

3. Разучивание народного танца: «Классики»

4. Музыкально-подвижные игры.

Самостоятельная работа: разучивание танцевальных движений под музыку и под счет, осуществление записи (видеозаписи) своего исполнения.

Тема 4,18

Итоговое занятие.

5. ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

5.1. Формы аттестации

ЭТАПЫ КОНТРОЛЯ:

1. **входной контроль**, (предварительный) - прослушивание, собеседование. Входной контроль проводится в течение комплектования коллектива. На этом этапе определяется уровень музыкальной памяти, чувство ритма. Дети могут станцевать небольшую импровизацию под музыкальное сопровождение, отстучать несложный ритмический рисунок. Результаты заносятся в диагностическую карту №1.

2. **текущий** (проводится на каждом занятии в форме педагогического наблюдения). Педагог оценивает и мыслительную активность учащихся, и воображение, и память, и эмоциональность, и степень вовлеченности в творческий процесс во время занятий.

3. **промежуточный**, (в формах бесед-опросов и тестовых заданий позволяет провести анализ результативности освоения учащимися отдельных разделов учебного плана. Проводится после завершения изученного материала). Промежуточный контроль – это и открытое занятие в конце первого полугодия – концерт «Новогодняя сказка» в форме музыкально-танцевальной композиции. Оценочные результаты-впечатления заносятся в диагностическую карту №2.

4. **итоговый контроль** проводится в конце учебного года в форме - открытого занятия, зачеты, конкурсы, концерты, фестиваль. По сложившейся традиции, участие коллектива на конкурсе «Берега».

Оценка результатов обучения проводится через организацию работы в ГУГЛ классе.

Формы фиксации результатов

- Диагностическая карта №1 «Выявление первоначального уровня, знаний, умений, возможности детей и их природных данных».

- Диагностическая карта №2 «Определения уровня освоения учащимися общеобразовательной программы».

Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса.

Методы организации занятия:

- словесный (устное изложение, беседа, анализ музыкального текста)
- наглядный (музыкальные иллюстрации педагога, наблюдения, прослушивание музыкального материала в записи, показ видеоматериалов, иллюстраций)
- практический (тренинг, упражнения).

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративный (дети воспринимают и усваивают готовую информацию)
- репродуктивный (учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности)
- частично-поисковый (решение поставленной задачи совместно с педагогом)
- исследовательский (самостоятельная творческая работа учащегося).

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности учащихся занятия:

- фронтальный, коллективный, индивидуально-фронтальный

Приёмы, используемые педагогом: игра, упражнения, решение проблемных ситуаций, диалог, устное изложение, беседа, анализ музыкального текста, музыкальные иллюстрации педагога, наблюдение, тренинг, прослушивание музыкального материала на электронных носителях.

Использование современных **технологий**:

- универсальные педагогические технологии;
- дифференцированного обучения;
- развивающего обучения;
- исполнительского обучения
- здоровье сберегающая

Дидактический материал: научная и специальная литература, репертуарные сборники, , таблицы танцевальных терминов, портреты композиторов, известных танцовщиков, видеозаписи

Карточки:

Карточки музыкальных терминов

Наглядный материал:

Портреты известных танцовщиков.

Электронные образовательные ресурсы:

Техническое оснащение занятий: фортепиано, аппаратура для прослушивания музыкальных записей. Ноутбук.

Психолого-педагогическое сопровождение образовательной программы - материалы педагогической диагностики обучающихся – наблюдение, анкетирование, тестирование.

Формы подведения итогов:

- индивидуальное торцевание;
- сдача партий;
- контроль за уровнем усвоения программы;
- фестивали, конкурсы, концерты;

Используются **методы диагностики результата**, которые позволяют правильно оценить достижения деятельности каждого участника хорового коллектива:

Предметные:

- метод контрольных заданий;
- зачет, контрольный опрос;
- диагностическая беседа;
- наблюдение.

Психологические:

- анкетирование;
- тестирование;
- метод незаконченного предложения;
- диагностическая беседа;
- наблюдение.

5.2. Диагностические материалы к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Танцевальная ритмика»

1. Входной контроль (диагностика)

Диагностическая карта № 1

«Выявление первоначального уровня знаний, умений, возможности детей и их природных данных».

Фамилия	Ритм	Выворотность	Желание	Эмоциональность

Шкала оценки: 1 балл – низкий уровень; 2 балла – средний уровень; 3 балла – высокий уровень.
Общая сумма: 1-4 балла – низкий; 5-10 баллов – средний; 11-15 баллов – высокий.

Результаты заносятся в единый бланк:

2. **Текущий** (проводится на каждом занятии в форме педагогического наблюдения). Педагог оценивает и мыслительную активность учащихся, и воображение, и память, и эмоциональность, и степень вовлеченности в творческий процесс во время занятий.

3. **Промежуточный контроль.** Проводится в конце 1 полугодия.

Диагностическая карта № 2

«Определения уровня освоения учащимися общеобразовательной программы».

Фамилия	Параметры результативности Освоения программы			Общий балл
	Опыт освоения теории	Освоение Практической деятельности	Опыт Эмоционально-творческих отношений	

Шкала оценки: 1 балл – низкий уровень; 2 балла – средний уровень; 3 балла – высокий уровень.
Общая сумма: 1-4 балла – низкий; 5-10 баллов – средний; 11-15 баллов – высокий.

4. Итоговый контроль.

**Диагностическая карта
итогового занятия в форме конкурса.**

(педагогом отмечаются соответствующие баллы)

ФИО	Освоение основных движений			Ориентация во времени			Ориентация в пространстве			Эмоциональность, артистичность исполнения			Рекомендации педагога для дальнейшего обучения.
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	
1	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	
2	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	
3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	
4	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	
5	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	

Шкала оценки: 1 балл – низкий уровень;

2 балла – средний уровень;

3 балла – высокий уровень.

Общая сумма: 1-4 балла – низкий; 5-10 баллов – средний; 11-15 баллов – высокий.

К результатам обучения по программе относится анализ удовлетворенности родителей учебным процессом. Приложение: анкета для родителей.

Педагогические технологии, методы, приемы и формы организации образовательного процесса

Методическое обеспечение программы включает в себя материалы, сгруппированные по разделам и включают в себя различные формы проведения занятий, (очно, дистанционно) и в том числе для самостоятельной работы.

Тема /раздел программы	Форма занятий	Приемы и методы организации образовательного процесса	Дидактический материал	Форма подведения итогов
Модуль 1 Танцевально-ритмическая гимнастика Темы 1.1-1.9	очно	Объяснение и показ педагога	Учебно-методические пособия	Входной контроль (приложение бланк)
	дистанционно	Наглядный, показ видеоматериалов	Интернет ресурсы. Работа в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623 https://vk.com/clubhoreograf	Объяснение материала при помощи VK vk.com/club191171623 ссылка на материал если есть
	Самостоятельная работа	Наглядный, просмотр видеоматериалов		vk.com/club191171623
Модуль 2 «Бальные танцы и элементы хореографии» Темы 2,1,-,9	очно	Объяснение и показ педагога	Учебно-методические пособия	Бланк диагностики
	дистанционно	Наглядный, показ видеоматериалов	Интернет ресурсы.	Объяснение материала при помощи VK
	Самостоятельная работа	Наглядный, просмотр видеоматериалов		vk.com/club191171623
Модули,3 «Бальные танцы и элементы хореографии» Темы 3,1-3,9	очно	Объяснение и показ педагога	Учебно-методические пособия	Промежуточный контроль Бланк диагностики
	дистанционно	Наглядный, показ видеоматериалов	Интернет ресурсы. Работа в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623 https://vk.com/clubhoreograf	Объяснение материала при помощи VK vk.com/club191171623 ссылка на материал если есть
	Самостоятельная работа	Наглядный, просмотр видеоматериалов		vk.com/club191171623
Модуль 4 Народный и современный танец Темы 4,1-4,9	очно	Объяснение и показ педагога	Учебно-методические пособия	Диагностическая карта
	дистанционно	Наглядный, показ видеоматериалов	Интернет ресурсы. Работа в чатах Viber, WatsUp, ВКонтакте https://vk.com/club191171623 https://vk.com/clubhoreograf	Объяснение материала при помощи VK vk.com/club191171623 ссылка на материал если есть
	Самостоятельная работа	Наглядный просмотр видеоматериалов		vk.com/club191171623

Список используемой литературы:

6.1. Для педагога:

1. А.Я. Ваганова «Основы классического танца» - Л.: Искусство, 1980.
- 2.. Костровицкая В.С., Писарев А.А. «Школа классического танца».
3. Базарова Н.П., Мей В.П. «Азбука классического танца». Вестник Академии Русского Балета им. А.Я.Вагановой
4. «Программа подготовительного отделения» Н. В.Козловская.
- 6.. Т.К. Барышникова «Азбука хореографии. – СПб.: Респекс Люкси, 1996.
7. Варшавская Р.А. Игры под музыку - М. Просвещение 1964.
8. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца Этюды. Учебное пособие для студентов хор. факультета вузо культуры и искусства. М.: Гуманитар, изд. Центр ВЛАДОС 2004 .
9. Конорова Е.А. Ритмика в театральной школе. М.: -Л.: Искусство 1947.
10. Никитин В.Ю. Модерн-джаз-танец Этапы развития Метод. техника М,: РАТИ-ГИТИС 2004
- 11 .Пуртова Т.В. Учите детей танцевать М,: ВЛАДОС 2003
12. Руднева С.И. Ритмика. Музыкальное движение М.: Просвещение 1964.
13. Стуколкина Н.М. Четыре экзерсиса: уроки характерного танца Всероссийское театральное общество 1972.
14. Фирилева Ж.Е. Са-Фи-Дансе Танцевально-игровая гимнастика для детей; СПб.: Детство-Пресс 2006
15. Фирилева Ж.Е. Лечебно-профилактический танец «Фитнес-Данс», учебно-методическое пособие 2007.
16. Фирилева Ж.Е. Программа дополнительного образования по оздоровительному лечебно-профилактическому танцу для детей дошкольного и школьного возраста СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена 2007.
17. Стриганова В.М. Современный балльный танец. М.: Прпосвещение 1977.
- 18.Рябчиков А.И. Ритмика в школе. М.: Феникс Ростов-на-Дону 2014.

6.2. Для детей:

1. А.Я. Ваганова «Основы классического танца» - Л.: Искусство, 1980.
- 2.Барышникова Т. Азбука хореографии. -М.: Рольф, 1999.
- 3.Ерохина О.В. Школа танцев для детей. – М.: Махаон, 1998.
- 4.Пасютинская В.М. Волшебный мир танца. – М.: Просвещение, 1985
- 5.Методика на определение индекса групповой сплоченности К.Э. Сишора «Психометрический тест К.Э. Сишора»

Нормативные документы:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р),
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
3. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Письмо Министерство образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 18.11.2015г.
4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Распоряжение Комитета по образованию №617-р) от 01.03.2017г.

Анкета для родителей

Уважаемые родители!

Я обращаюсь к Вам с надеждой выявить проблемы, которые волнуют Вас. Я хочу посмотреть на свою работу Вашими глазами, чтобы усовершенствовать её с учётом Ваших пожеланий. Прошу ответить на вопросы, но если Вы на какой-то вопрос затрудняетесь ответить, можете оставить его без ответа.

1. Видите ли Вы результаты обучения Вашего ребёнка в коллективе?

- а) да
- б) нет
- в) иногда

2. Устраивает ли Вас наша образовательная программа?

- а) да
- б) нет
- в) иногда

3. Справляется ли Ваш ребёнок с нагрузкой в объединении?

- а) да б) нет
- в) иногда

4. Соответствует ли форма оценки педагога Вашему представлению об оценке?

- а) да
- б) нет
- в) иногда

5. Положительно ли влияют занятия в объединении на другие виды деятельности ?

- а) да
- б) нет
- в) иногда

6. Испытывает ли Ваш ребёнок трудности в общении с педагогом?

- а) б) нет
- в) иногда

7. Устраивает ли Вас уровень открытых занятий и выступлений?

- а) да б)
- нет
- в) иногда

8. Добавьте свой отзыв о проведенном мероприятии (концерт, открытое занятие, мероприятие)

Спасибо за участие!

Лист внесения результатов диагностики. (входная диагностика учащихся)

Название программы, год обучения: « _____ »

Педагог _____

№ п/п	Фамилия, имя учащегося	I. Теоретические сведения (в соответствии с разделами программы)			II. Практические умения (в соответствии с разделами программы)			Средний балл	III. Творческие способности	IV. Организационно-волевые качества			Средний балл по всем показателям	V. Уровень мероприятий, в которых участвовал ребенок 1-ОУ 2- район 3- город 4- Россия
		Входной контроль.	Промежуточный	Итоговый контроль	Входной контроль.	I п/г	Итоговый контроль			Самоконтроль	Самооценка	Устойчивость интереса к обучению		
1														
2														
3														
4														
5														
6														
7														
8														

* Определить наличие способностей, характерных для данной программы по шкале от 0 до 10 баллов