

«СОГЛАСОВАНО»
на заседании педагогического совета
МБОУ «Цивильская СОШ № 2»
от 30 августа 2021 г. № 01

«УТВЕРЖДЕНО»
Приказом МБОУ «Цивильская СОШ № 2»
от 31 августа 2021 г. № 81-О

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «РИТМИКА И ТАНЕЦ»

Направленность программы – художественная
Уровень программы - ознакомительный

Возраст детей: 12-16 лет
Срок реализации: 4 года

Автор - составитель:
Артемяева Сатеник Самвеловна

Содержание

1.	Пояснительная записка.....
2.	Актуальность и педагогическая целесообразность программы.....
3.	Отличительные особенности (новизна) программы
4.	Цель.....
5.	Задачи.....
6.	Возраст обучающихся.....
7.	Срок реализации программы
8.	Формы организации образовательной деятельности и режим занятий
9.	Планируемые результаты освоения программы
10.	Учебный (тематический) план 1-2 года обучения
11.	Учебный (тематический) план 3-4 года обучения
12.	Содержание учебного (тематического) плана 1-2 год обучения.....
13.	Содержание учебного (тематического) плана 3-4 год обучения.....
14.	Организационно-педагогические условия реализации программы
15.	Материально-технические условия реализации программы.....
16.	Список литературы.....
17.	Приложения.....
	▪ Примерный календарный (тематический) план

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа (общеразвивающая) «Ритмика и танец» относится к *ознакомительному уровню* и имеет *художественную направленность*.

Педагогическая целесообразность и актуальность программы.

В настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни. Среди множества форм художественного воспитания особое место занимает хореография.

Искусство танца – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия потенциальных возможностей маленького человека. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным.

Занятия танцем развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.) Танец способствует обучению правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству. Содержание программы создаёт условия для самореализации личности, раскрытия её творческого потенциала.

Отличительные особенности (новизна) программы. Программа «Ритмика и танец» разработана на основе дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ «Ритмика и танец» (Е.В. Ротчев, преподаватель, заведующий хореографическим отделением Детской школы искусств имени С.П. Дягилева города Москвы), «Хореография. Ансамбль песни и пляски имени В.С. Локтева.

Содержание программы предлагает обширный материал, включающий в себя разные виды деятельности: тренировочные упражнения, выполнение танцевальных движений и этюдов, прослушивание музыки и сказок, игровой материал, которые используются на всех занятиях.

Содержание материала постепенно усложняется. На следующий год обучения педагог возвращается к пройденному материалу на более высоком уровне, на новом музыкальном материале с учетом возрастных особенностей детей.

Педагог проявляет определенную гибкость в подходе к каждой конкретной группе детей, учитывая при этом состав группы, физические данные и возможности детей.

Программа направлена на обучение детей умению танцевать красиво, двигаться в свободной непринуждённой манере и владеть ритмопластикой танца, а также решение оздоровительных задач.

Цель и задачи программы

Цель программы - укрепление физического и психического здоровья, обучение начальным навыкам танцевального искусства, воспитание хореографической культуры, формирование навыков выполнения танцевальных упражнений.

Задачи программы:

Обучающие:

- знакомство с предметом начальная хореография;
- знакомство с правилами здорового образа жизни;
- обучение понятиям: характер музыки, темп, ритм.

Развивающие:

- развитие чувства ритма, музыкального слуха, эмоциональной отзывчивости на музыку, танцевальной выразительности;
- развитие навыков ориентировки в пространстве;
- развитие координации движений и пластики, навыков владения своим телом;
- развитие выворотности ног;
- развитие опорно-двигательного аппарата;
- развитие танцевального шага.

Воспитательные:

- формирование коммуникативных навыков.
- воспитание трудолюбия;
- воспитание стремления к двигательной активности;
- воспитание ответственности, упорства, силы воли;
- воспитание моральных и волевых качеств;
- способствовать формированию личности инициативной, целеустремленной;
- воспитание коллективизма.

Категория обучающихся

Программа «Ритмика и танец» ориентирована на детей школьного возраста от 12 до 16 лет.

Срок реализации программы

Программа рассчитана на 4 года. Общая продолжительность образовательного процесса составляет часа: 280 часов

1-2 -ый год обучения – 70 часа (35 недель × 2 часа в неделю);

3-4-ый год обучения – 70 часа (35 недель × 2 часа в неделю).

Формы организации образовательной деятельности и режим занятий

Форма проведения занятий – групповые занятия.

Количество обучающихся в группах до 20 человек.

Режим занятий: Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 часу.

Каждое занятие включает:

- организационную часть,
- разминку,
- экзерсис у станка,
- ритмические упражнения,
- партерный экзерсис,
- подведение итогов занятия,
- проветривание помещения.

Планируемые результаты освоения программы

Предметные результаты освоения программы обучения

К концу 2-го года обучения дети будут

знать:

- названия основных танцевальных движений и элементов;

- терминологию партерного экзерсиса;
- правила гигиены тела, тренировочной одежды;

уметь:

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- реагировать на начало музыки и её окончание, ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать ладошами, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах, владеть простейшими навыками игры с мячом;
- двигаться по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу врассыпную и собираться в круг или в линию;
- выполнять элементы партерной гимнастики;

К концу 4-го года обучения дети будут

знать:

- основные понятия и термины хореографии;
- основные понятия и термины партерной гимнастики;
- начало и конец музыкального вступления;
- названия танцевальных элементов и движений;
- правила исполнения движений в паре;
- откликаться на динамические оттенки в музыке;
- выполнять простейшие ритмические рисунки;
- красиво и правильно исполнять танцевальные элементы;
- давать характеристику музыкальному произведению.

уметь:

- правильно исполнять основные элементы упражнений;
- выразительно двигаться под музыку;
- реагировать на музыкальное вступление;
- слышать ритмический рисунок мелодии;
- правильно исполнять ритмические комбинации;
- ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- исполнять движения в парах, в группах;
- держаться правильно на сценической площадке.

- ориентировка в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- исполнение движения в парах, в группах.

Личностные результаты освоения программы обучения

Результаты развития обучающихся:

- укрепление и развитие мышечного аппарата;
- чувство ритма, эмоциональная отзывчивость на музыку, выразительность движений;
- музыкально-ритмические навыки;
- координация движений, пластичность;
- умение ориентироваться в пространстве (в хореографическом зале);
- развитие выворотности ног;
- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами, передавать несложный музыкальный ритмический рисунок.

Результаты воспитания обучающихся:

- общение в коллективе, проявляя дружелюбие и активность;
- эмоциональный отклик и интерес к музыкально-ритмическим движениям;
- дисциплина, проявление ответственности и выдержки на протяжении всего занятия.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный (тематический) план

1 год обучения

№	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие	0,5	0,5	1	Первичная диагностика
2.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.	4	20	25	Педагогическое наблюдение
3.	Партерная гимнастика.	5	20	25	Педагогическое наблюдение
4.	Танцевальные этюды, игры, танцы.	5	15	20	Педагогическое наблюдение
5.	Итоговое занятие	-	1	1	Итоговая

					аттестация
	Всего:	15,5	56,5	72	

Примечание. Расчёт часов учебного (тематического) плана представлен на:

- 36 учебных недель;
- одну учебную группу.

Учебный (тематический) план

2 год обучения

№	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие	0,5	0,5	1	Первичная диагностика
2.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.	4	21	25	Педагогическое наблюдение
3.	Партерная гимнастика.	4	21	25	Педагогическое наблюдение,
4.	Танцевальные этюды, игры, танцы.	4	16	20	Педагогическое наблюдение
5.	Итоговое занятие	-	1	1	Итоговая
Всего:		12,5	59,5	72	

Примечание. Расчёт часов учебного (тематического) плана представлен на:

- 35 учебных недель;
- одну учебную группу.

Содержание учебного (тематического) плана

1 год обучения

Тема 1. Вводное занятие (1 час)

Теория: Цели и задачи 1-го года обучения, план работы. Инструктаж по технике безопасности в танцевальном классе. Введение в программу.

Практика: Первичная диагностика. Беседа.

Тема 2. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений (25 час.)

Теория: Танцевальная азбука. Знакомство детей с танцевальной азбукой. Элементы танцевальных движений. Знакомство детей с элементами танцевальных движений. Правила исполнения танцевальных движений. Ориентировка в пространстве. Основные понятия:

музыка, темп, такт.

Практика:

- постановка корпуса;
- упражнения для рук, кистей, и пальцев;
- упражнения для плеч;
- упражнения для головы;
- упражнения для корпуса;

Выполнение упражнений танцевальной азбуки. Ознакомление детей с элементами танцевальных движений:

- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой;
- топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;
- хлопки;
- упражнения с атрибутами

Выполнение изученных элементов танцевальных движений. Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве:

- упражнения и игры по ориентации в пространстве;
- построение в круг;
- построение в линию;
- построение в две линии.

Выполнение упражнений по ориентации в пространстве. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком.

Тема 3. Партерная гимнастика (упражнения на полу) (25 час.)

Теория: Понятие «партер» и значение. Партерная гимнастика. Знакомство с элементами партерной гимнастики. Правила выполнения движений.

Практика: Ознакомление с элементами партерной гимнастики:

- упражнения для развития гибкости;
- упражнения для стоп;
- упражнения для развития растяжки;

- упражнения для позвоночника.

Выполнение тренировочных упражнений на полу. Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.

Тема 4. Танцевальные этюды, игры, танцы (20 час.)

Теория: Методика исполнения основных движений.

Практика:

- составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов;
- сочинение с детьми танцевальных этюдов;
- ознакомление детей с играми;
- применение игр на занятиях.

Тема 5. Итоговое занятие (1 час.)

Теория: Вопросы и задания по разделам программы.

Практика: Опрос по пройденному материалу. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Подведение итогов за год. Планы на следующий год.

Содержание учебного (тематического) плана

1 год обучения

Тема 1. Вводное занятие (1 час)

Теория: Цели и задачи 2-го года обучения, план работы. Инструктаж по технике безопасности в танцевальном классе. Введение в программу.

Практика: Первичная диагностика. Беседа.

Тема 2. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений (25 час.)

Теория: Правила выполнения упражнений. Последовательность.

Практика: закрепление и ознакомление с новыми элементами танцевальной азбуки:

- упражнения для головы: наклоны головы вперед, назад, в стороны, по полукругу;
- упражнения для плеч: спокойные или быстрые подъемы плеч вверх и опускания их вниз;
- упражнения для рук, кистей, пальцев. Работа над выразительностью подъема рук в стороны или вверх;

- упражнения с предметами.
- упражнения на развитие полученных навыков игры с мячом.

Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой головы.

Выполнение изученных упражнений танцевальной азбуки.

Ознакомление с новыми элементами танцевальных движений:

- равномерный бег с захлестом голени;
- легкие, равномерные, высокие прыжки;
- перескоки с ноги на ногу;
- простой танцевальный шаг, приставной шаг
- шаги на полупальцах и пятках;
- притопы: удары стопы в пол равномерно и по три;

Выполнение изученных элементов танцевальных движений. Закрепление танцевальных элементов: полуприседания, повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук.

Ознакомление детей с танцевальными рисунками.

Проведение игр для развития ориентации детей в пространстве. Выполнение изученных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве.

Тема 3. Партерная гимнастика (упражнения на полу) (25 час.)

Теория: Правила выполнения упражнений. Последовательность. Образное восприятие всех выполняемых движений, которые вырабатывают гибкость, выворотность, растяжку.

Практика:

- знакомство с новыми элементами партерной гимнастики;
- образные движения;
- танцевальные этюды на полу.

Выполнение изученных упражнений партерной гимнастики на растяжку и гибкость.

Тема 4. Танцевальные этюды, игры, танцы (20 час.)

Теория: Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.

Практика: Сочинение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении. Слушание музыки, сказок и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов. Отгадывание музыкальных загадок.

Тема 5. Итоговое занятие (1 час.)

Теория: Вопросы и задания по разделам программы.

Практика: Подведение итогов за год. Итоговая аттестация

Календарный (тематический) план

Календарный (тематический) план, соответствующий содержанию учебного плана программы, представлен в Приложении № 1.

Итоговый контроль уровня теоретических знаний, практических навыков и умений воспитанников осуществляется в конце каждой темы. Итоговая аттестация проходит в виде итогового занятия с использованием устного опроса с целью выяснения усвоенных теоретических понятий и выполнением разученных комплексов гимнастических упражнений. Формы итоговой аттестации – открытое занятие, участие в концертной программе.

Формы выявления полученных знаний: собеседование, практические задания, творческие задания, открытые занятия, концерты, участие в конкурсах и фестивалях различного уровня, мероприятиях, посвященных знаменательным и памятным датам.

3. Организационно-педагогические условия реализации программы

Программа первого года обучения направлена на обучение детей определенным практическим навыкам в области танцевального искусства и развитие эстетического вкуса.

Программа второго года обучения направлена на обучение детей новым танцевальным движениям, ориентировке в пространстве и развитие умения самостоятельно разводить танцевальный рисунок.

На занятиях используются различные виды деятельности: ритмика и элементы музыкальной грамоты, танцевальная азбука и элементы художественной гимнастики, танцевальные этюды, игры и танцы, партерная гимнастика.

Педагог общается с детьми на принципах сотрудничества, содружества, общего интереса к делу, четко реагирует на восприятие обучающихся, поддерживая атмосферу радости, интереса и веселья, побуждает их к творчеству.

На занятиях вырабатывается свой язык общения: речь – жест – музыка, который позволяет быстро сменить вид деятельности, мобилизует внимание.

В целях создания положительной мотивации используются игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

Для реализации данной программы имеются методические, наглядные, дидактические пособия, раздаточные материалы.

Методические материалы включают в себя:

- методические пособия и учебные пособия по обучению современному танцу;
- литература по ритмике, пластике, танцу;
- словари терминов;
- описание техники безопасности.

Дидактические материалы:

- иллюстрации;
- фотографии;
- видео – аудиозаписи;
- фонограммы, CD, DVD диски, кассеты.

Перечень учебно-методического обеспечения

- Хореографический класс с зеркальным оформлением стен.
- Аудиокассеты, CD – диски.
- Аппаратура для озвучивания занятий: магнитофон, музыкальный центр.
- Фортепиано.
- Коврики.

Кадровые условия: педагог дополнительного образования, отвечающий всем требованиям квалификационной характеристики для соответствующей должности педагогического работника.

Список литературы

Нормативно-правовые акты и документы.

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в РФ";
- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04 сентября 2014 г. № 1726-р.);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы): приложение к письму Министерства образования и науки РФ от 18.11.15 № 09-3242;
- "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций" (СанПиН 2.4.1.3049-13);

- «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей». (СанПиН 2.4.4.3172-14);
- Приказ Департамента образования города Москвы от 17.12.2014 г. № 922 «О мерах по развитию дополнительного образования детей в 2014-2015 году»;
- Приказ Департамента образования города Москвы от 7.08.2015 г. № 1308 «О внесении изменений в приказ Департамента образования города Москвы от 17 декабря 2014 г. № 922»;
- Приказ Департамента образования города Москвы от 08.09.2015 г. № 2074 «О внесении изменений в приказ № 922 от 17.12.2014 г.»

Литература

- Бриске И.Э. Ритмика и танец. Челябинск, 1993г.
- Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети. Москва 2000г.
- Ерохина О.В Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. Ростов - на – Дону «Феникс» 2003г.
- Роот З.Я. Танцы с нотами для детского сада. Москва 2007г.
- Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Москва 2007г.
- Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. Москва 1998г.
- Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г.

Интернет-ресурсы

- «Ритмика и танец» (Е.В. Ротчев, преподаватель, заведующий хореографическим отделением Детской школы искусств имени С.П. Дягилева города Москвы) http://dyagilev.arts.mos.ru/education_activities/programs/%D0%A0%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0%20%D0%B8%20%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B5%D1%86%204-6%20%D0%BB%D0%B5%D1%82_pdg.pdf

Приложение № 1

**Примерный календарный (тематический) план
(«Ритмика и танец»)
1
год обучения**

№ п/ п	Дата	Вр ем я	Тема занятия	Кол- во часо в	Форм а	Место	Форма контроля
	проведен ия занятия				проведения занятия		
1 неделя (учебный период)							
1.			Вводное занятие. Первичная диагностика. Знакомство с задачами первого года обучения. Инструктаж по ТБ.	1	групп овая	Хореогра фический класс	
2.			Танцевальная азбука. Знакомство детей с танцевальной азбукой. Танцевальная разминка.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
2 неделя (учебный период)							
3.			Элементы танцевальных движений. Знакомство детей с элементами танцевальных движений. Танцевальная разминка.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
4.			Партерная гимнастика Понятие «партер» и значение. Партерная гимнастика. Знакомство с элементами партерной гимнастики.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
3 (учебный период)							
5.			Знакомство с элементами партерной гимнастики: Танцевальная разминка: постановка корпуса; упражнения для рук, кистей, и пальцев. Партерная гимнастика. Ориентировка в пространстве.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
6.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Ориентировка в пространстве.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение
4 неделя (учебный период)							
7.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и выполнение хореографических этюдов.	1	групп овая	Хореогра фический класс	Педагогическо е наблюдение

8.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Основные понятия: музыка, темп, такт.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
5 неделя (учебный период)							
9.			Знакомство детей с элементами танцевальных движений: ходьба: простой шаг в разном темпе и характере. Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
10.			Знакомство детей с элементами танцевальных движений: бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
6 неделя (учебный период)							
11.			Знакомство детей с элементами танцевальных движений: притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой. Танцевальная разминка. Партерная гимнастика.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
12.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание позиций рук и ног классического танца. Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп. Построение в круг и по линиям.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
7 неделя (учебный период)							
13.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание позиций рук и ног классического танца. Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп. Построение в круг и по линиям.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
14.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание позиций рук и ног классического танца. Разучивание основных шагов классического танца – подскоки. Построение в круг и по линиям.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
8 (учебный период)							
15.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание позиций рук и ног классического танца. Разучивание основных шагов классического танца – подскоки. Построение в круг и по линиям.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
16.			Танцевальная разминка. Партерная	1	групп	Хореогра	Педагогическо

			гимнастика. Построение в круг по линиям в диагональ.		овая	фический класс	е наблюдение
9 неделя (каникулярный период)							
17.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Построение в круг по линиям в диагональ. Разучивание прыжков (sauté-cote). Знакомство с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве: упражнения и игры по ориентации в пространстве.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
18.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание позиций рук и ног классического танца. Разучивание основных шагов классического танца – танцевальный бег. Построение в круг по линиям в диагональ. Разучивание прыжков (sauté-cote).	1	групповая		Педагогическое наблюдение
10 неделя (учебный период)							
19.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание позиций рук и ног классического танца. Построение в круг по линиям в диагональ. Разучивание прыжков (sauté-cote). Знакомство с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве: построение в круг; построение в линию.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
20.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп, подскоки, танцевальный бег. Постановка танцевального номера.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
11 неделя (учебный период)							
21.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп, подскоки, танцевальный бег	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
22.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Знакомство с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве: построение в линию; построение в две линии.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
12 неделя (учебный период)							
23.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание основных шагов классического танца – шаг галоп,	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение

			подскоки, танцевальный бег				
24.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
13 неделя (учебный период)							
25.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений на слабую долю и с различным ритмическим рисунком. Постановка танцевального номера.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
26.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
14 неделя (учебный период)							
27.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
28.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Выполнение упражнений по ориентации в пространстве. Танцевальные этюды.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
15 неделя (учебный период)							
29.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Выполнение упражнений по ориентации в пространстве.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
30.			Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
16 неделя (учебный период)							
31.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Выполнение тренировочных упражнений на полу.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
32.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Выполнение тренировочных упражнений на полу.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
17 неделя (каникулярный период)							
33.			Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение

34.		Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
18 неделя (учебный период)						
35.		Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
36.		Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
19 неделя (учебный период)						
37.		Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Отработка танцевального номера. Работа над репертуаром. Танцевальные этюды. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
38.		Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Постановка танцевального номера. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
20 неделя (учебный период)						
39.		Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Отработка танцевального номера. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
40.		Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Отработка танцевального номера. Работа над репертуаром. Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
21 неделя (учебный период)						
41.		Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
42.		Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
22 неделя (учебный период)						

43.		Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
44.		Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
23 неделя (учебный период)						
45.		Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
46.		Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка. Танцевальные этюды. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
24 неделя (учебный период)						
47.		Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
48.		Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.	1		Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
25 неделя (учебный период)						
49.		Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
50.		Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
26 неделя (учебный период)						
51.		Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
52.		Танцевальная разминка. Партерная гимнастика. Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
27 неделя (учебный период)						
53.		Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
54.		Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам. Работа над	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение

			репертуаром.				
28 неделя (каникулярный период)							
55.			Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
56.			Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Подготовка к конкурсам и концертам. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
29 неделя (учебный период)							
57.			Партерная гимнастика. Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
58.			Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Танцевальные этюды. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
30 неделя (учебный период)							
59.			Партерная гимнастика. Подготовка к праздничным концертам и мероприятиям. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
60.			Партерная гимнастика. Танцевальные этюды. Подготовка к праздничным концертам и мероприятиям. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
31 неделя (учебный период)							
61.			Партерная гимнастика. Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
62.			Партерная гимнастика. Подготовка к праздничным концертам и мероприятиям. Работа над репертуаром. Творческие задания на создание индивидуальных танцевальных композиций.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
32 неделя (учебный период)							
63.			Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
64.			Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
33 неделя (учебный период)							

65.			Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
66.			Партерная гимнастика. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
34 неделя (учебный период)							
67.			Партерная гимнастика. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
68.			Подготовка к отчетному концерту.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
35 неделя (учебный период)							
69.			Концерт для родителей.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
70.			Итоговое занятие.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение

**Примерный календарный (тематический) план
(«Ритмика и танец») 2 год обучения**

№ п/п	Дата	Врем я	Тема занятия	Кол- во часо в	Форм а	Место	Форма контроля
	проведения занятия				проведения занятия		
1 неделя (учебный период)							
1.			Вводное занятие. Первичная диагностика. Знакомство с задачами первого года обучения. Инструктаж по технике безопасности.	1	групп овая	Хореограф ический класс	первичная диагностика

2.			Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Правила выполнения упражнений.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
2 неделя (учебный период)							
3.			Знакомство с новыми элементами танцевальных движений: равномерный бег с захлестом голени.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
4.			Партерная гимнастика. Правила выполнения упражнений. Последовательность.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
3 (учебный период)							
5.			Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Правила выполнения упражнений.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
6.			Партерная гимнастика. Правила выполнения упражнений. Последовательность.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
4 неделя (учебный период)							
7.			Знакомство с новыми элементами танцевальных движений: легкие, равномерные, высокие прыжки.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
8.			Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой головы.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
5 неделя (учебный период)							
9.			Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Правила выполнения упражнений.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
10.			Знакомство с танцевальными рисунками. Танцевальные этюды на полу.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
6 неделя (учебный период)							
11.			Знакомство с танцевальными рисунками. Танцевальные этюды на полу.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
12.			Знакомство с новыми элементами танцевальных движений: перескоки с ноги на ногу.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
7 неделя (учебный период)							
13.			Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Последовательность.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
14.			Партерная гимнастика. Правила выполнения упражнений. Последовательность.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
8 (учебный период)							
15.			Выполнение упражнений танцевальной азбуки. Танцевальные	1	групповая	Хореографический	Педагогическое

			этюды на полу.			класс	наблюдение
16.			Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой головы.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
9 неделя (каникулярный период)							
17.			Знакомство с танцевальными рисунками. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
18.			Партерная гимнастика. Правила выполнения упражнений. Последовательность.	1	групповая		Педагогическое наблюдение
10 неделя (учебный период)							
19.			Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Правила выполнения упражнений. Последовательность.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
20.			Знакомство с новыми элементами танцевальных движений: простой танцевальный шаг, приставной шаг. Выполнение упражнений танцевальной азбуки.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
11 неделя (учебный период)							
21.			Партерная гимнастика. Правила выполнения упражнений. Последовательность.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
22.			Партерная гимнастика. Выполнение упражнений танцевальной азбуки. Танцевальные этюды на полу. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
12 неделя (учебный период)							
23.			Знакомство с танцевальными рисунками. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
24.			Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой головы.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
13 неделя (учебный период)							
25.			Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
26.			Партерная гимнастика. Выполнение упражнений танцевальной азбуки. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
14 неделя (учебный период)							
27.			Знакомство с новыми элементами танцевальных движений: шаги на полупальцах и пятках.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
28.			Танцевальные этюды на полу. Работа	1	групп	Хореограф	Педагогичес

			над репертуаром. Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам.		овая	ический класс	кое наблюдение
15 неделя (учебный период)							
29.			Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений. Последовательность.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
30.			Партерная гимнастика. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
16 неделя (учебный период)							
31.			Партерная гимнастика. Правила выполнения упражнений. Последовательность.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
32.			Знакомство с новыми элементами танцевальных движений: притопы: удары стопы в пол равномерно и по три.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
17 неделя (каникулярный период)							
33.			Танцевальные этюды на полу. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
34.			Партерная гимнастика. Образные движения. Танцевальные этюды на полу. Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
18 неделя (учебный период)							
35.			Партерная гимнастика. Образные движения. Выполнение упражнений танцевальной азбуки.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
36.			Партерная гимнастика. Знакомство с танцевальными рисунками.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
19 неделя (учебный период)							
37.			Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
38.			Партерная гимнастика. Танцевальные этюды на полу. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
20 неделя (учебный период)							
39.			Закрепление танцевальных элементов: полуприседания, повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
40.			Партерная гимнастика. Образные движения. Выполнение упражнений танцевальной азбуки.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение

21 неделя (учебный период)							
41.			Танцевальные этюды на полу. Работа над репертуаром. Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
42.			Партерная гимнастика. Выполнение изученных элементов танцевальных движений.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
22 неделя (учебный период)							
43.			Партерная гимнастика. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
44.			Закрепление танцевальных элементов: полуприседания, повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
23 неделя (учебный период)							
45.			Выполнение изученных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
46.			Партерная гимнастика. Образные движения. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
24 неделя (учебный период)							
47.			Закрепление танцевальных элементов: полуприседания, повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
48.			Партерная гимнастика. Образные движения. Выполнение упражнений танцевальной азбуки.	1		Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
25 неделя (учебный период)							
49.			Выполнение изученных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
50.			Партерная гимнастика. Работа над репертуаром. Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
26 неделя (учебный период)							
51.			Закрепление танцевальных элементов: полуприседания, повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
52.			Выполнение изученных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
27 неделя (учебный период)							

53.			Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
54.			Партерная гимнастика. Образные движения. Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
28 неделя (каникулярный период)							
55.			Закрепление танцевальных элементов: полуприседания, повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
56.			Партерная гимнастика. Образные движения. Выполнение упражнений танцевальной азбуки.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
29 неделя (учебный период)							
57.			Выполнение изученных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
58.			Партерная гимнастика. Танцевальные этюды на полу. Работа над репертуаром.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
30 неделя (учебный период)							
59.			Выполнение изученных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
60.			Партерная гимнастика. Образные движения. Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
31 неделя (учебный период)							
61.			Сочинение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
62.			Слушание музыки, сказок и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
32 неделя (учебный период)							
63.			Выполнение изученных упражнения партерной гимнастики на растяжку и гибкость.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
64.			Сочинение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
33 неделя (учебный период)							
65.			Слушание музыки, сказок и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
66.			Выполнение изученных упражнения	1	групп	Хореограф	Педагогичес

			партерной гимнастики на растяжку и гибкость.		овая	ический класс	кое наблюдение
34 неделя (учебный период)							
34 неделя (учебный период)							
67.			Партерная гимнастика. Работа над репертуаром. Подготовка к конкурсным мероприятиям и концертам.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
68.			Подготовка к отчетному концерту.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
35 неделя (учебный период)							
69.			Концерт для родителей.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение
70.			Итоговое занятие.	1	групповая	Хореографический класс	Педагогическое наблюдение