



Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
"Школа № 59"
Автозаводского района г. Нижнего Новгорода

Программа принята на заседании
педагогического совета.
Протокол от 31.08.2020 года № 14

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор МАОУ "Школа № 59"
 Е.Н. Ветрова
31.08.2020 г.



**Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
«Хореография» для детей с 6,5 лет
Срок реализации программы – 3 года**

Составитель: педагог
Дополнительного образования
Ванякина М. В.

г. Нижний Новгород

2020 год

Пояснительная записка

Рабочая программа дополнительного образования «Хореография» для детей с 6,5 лет МАОУ школы № 59 составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от « 6 » октября 2009 г. № 373 (с последующими изменениями);

2. СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010г. № 189 зарегистрировано в Минюсте РФ 03.03.2011 г., рег. № 19993);

Духовно-нравственное развитие детей и молодёжи, подготовка их к самостоятельной жизни есть важнейшая составляющая развития общества и государства. Выражением государственной политики в области воспитания стали сформулированные в Законе Российской Федерации «Об образовании» принципы гуманистического характера образования. Определение конкретных целей и задач воспитания, моделирование единого воспитательного пространства в целях обеспечения самоопределения личности, создание условий для её самореализации; взаимодействие семьи и педагогических коллективов образовательных учреждений составляют основу такой политики.

В соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании» воспитание рассматривается как «целенаправленная деятельность, осуществляемая в системе образования, ориентированная на создание условий для развития духовности учащихся на основе общечеловеческих и отечественных ценностях; оказание им помощи в жизненном

самоопределении, нравственном, гражданском и профессиональном становлении; создание условий для самореализации личности».

Формирование духовно-нравственной культуры, гордости за свой народ – одна из проблем в воспитании современной молодёжи.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания самосознания учащихся.

Цель программы:

- приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию учеников.
- привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту.
- выявить и раскрыть творческие способности младшего школьника посредством хореографического искусства.

Актуальность программы. Наше время стремительных и изменяющихся процессов, новых информационных технологий заставляет все больше задумываться о физическом и психическом здоровье человека, особенно ребёнка.

Хореография – это вид искусства, который положительно влияет на детей, помогает снять психологические и мышечные зажимы, выработать уверенность в себе. Движение и музыка выполняют релаксационную функцию, помогают добиться эмоциональной разрядки, нейтрализуют умственную перегрузку и снимают утомление.

Отличительные особенности программы:

1. Рабочая программа внеурочной деятельности по хореографии «Первая ступень» имеет начальный уровень и создаёт условия для дальнейшего обучения детей хореографическому искусству.

2. Применение игровых технологий в образовании. Так как у младших школьников есть потребность в активной игровой деятельности, то многие занятия выстраиваются в форме танцевальных и музыкальных игр. Игры используются не только для разрядки и отдыха, переключения внимания, но

и чтобы сделать их органичным компонентом занятия, средством намеченной педагогом цели.

В основу данной программы положен богатейший опыт великих мастеров танца, теоретиков, педагогов – практиков – А.Я.Ваганова, Т.А.Устиновой, Т.С.Ткаченко и др.

Программа рассчитана на 3 года обучения:

- 1 год обучения – 7-8 лет (1 час в неделю).
- 2 год обучения – 8-9 лет (2 часа в неделю).
- 3 год обучения - 10-11 лет (3 часа в неделю).

Для занятия формируются группы учащихся до 15 человек.

Регулярность занятий 1 года обучения: занятия проходят один раз в неделю по 35 минут, 35 часов (35 недель). В неё вступить может каждый, не имеющий противопоказаний по здоровью.

На втором году обучения занятия длятся по 45 минут два раза в неделю.

На третьем году обучения занятия проходят два раза в неделю по 90 минут.

Программа включает в себя *воспитательные, оздоровительные и образовательные задачи.*

К воспитательным задачам относятся:

1. Воспитание морально волевых качеств: выдержки, настойчивости, побуждение ребёнка к более дисциплинированному и настойчивому труду.
2. Воспитание музыкального и эстетического вкуса.
3. Развитие чувства взаимопомощи и взаимовыручки.
4. Формирование культуры поведения и общения.

К оздоровительным задачам следует отнести:

1. Формирование правильной осанки.
2. Формирование двигательных навыков.
3. Развитие ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости, координации и пластики.

4. Развитие психических процессов ребёнка (память, внимание, мышление, воображении).

К образовательным задачам следует отнести:

1. Получение учащимися элементарных знаний о функциях организма.
2. Обучение передачи образа с помощью движения, мимики.
3. Формирование у детей умения отображать ритмический рисунок композиции и находить сильную долю музыкального такта.
4. Обучение школьников терминологии, принятой в хореографии.

Методы:

- методы репродуктивной группы:
 - объяснительно-иллюстративные (*объяснение, рассказ, беседа, лекция, иллюстрация, демонстрация*);
 - побуждающие репродуктивные (*работа по образцу, упражнение, практическая работа*);
 - методы продуктивной группы (*педагогические игры, творческая самостоятельная работа*).

Программа основана на следующих принципах воспитания:

- принцип личностного подхода в воспитании предполагает отношение к каждому ребёнку, как к личности, учитывая его психологические особенности.
- принцип гуманистической направленности воспитания предполагает отношение педагога к воспитанникам как к ответственным субъектам собственного развития.
- принцип природосообразности воспитания предполагает, что оно основано на научном понимании взаимосвязи природных и социокультурных процессов, что учащиеся воспитываются сообразно их полу и возрасту.
- принцип культуросообразности предполагает воспитание, которое основывается на общечеловеческих ценностях, строится в соответствии с ценностями и нормами национальной культуры и региональными традициями, не противоречащим общечеловеческим ценностям.

- принцип эффективности социального взаимодействия предполагает осуществление воспитания в системе образования в коллективах различного типа, что позволяет учащимся расширить сферу общения, создаёт условия для конструктивных процессов социокультурного самоопределения, адекватной коммуникации, а в целом – формирует навыки социальной адаптации, самореализации.

Этапы диагностики развития танцевальных способностей детей, поступающих на хореографию «Первая ступень»:

1. Вводной диагностики развития обучающихся как таковой не осуществляется, так как набор детей свободный – любой желающий может вступить в группу. Главным критерием служит желание детей заниматься хореографией и отсутствие противопоказаний по здоровью.

2. Промежуточная диагностика осуществляется в ходе открытых уроков в присутствии родителей. Она проводится ежегодно в конце первого полугодия, в декабре месяце – это позволяет выявить достигнутый на данном этапе уровень освоения программы дополнительного образования «Первая ступень» обучающимися, динамику физического, творческого и личностного развития, соответствие его прогнозируемому и на этой основе оценить успешность выбранных форм и методов обучения, а также при необходимости скорректировать их.

3. Итоговая диагностика (отчетный концерт) проводится ежегодно в конце учебного года, в мае месяце) – это определение уровня освоения обучающимися программы дополнительного образования «Первая ступень» и отслеживание динамики индивидуального развития.

Форма проведения занятий: групповая.

Виды проведения занятий: танцевальные репетиции, беседа, игры, отчетный концерт.

Планируемые результаты.

Личностные:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

- организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях человека;

- оценивать красоту телосложения и осанку, сравнивать их с эталонными образцами;

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять сдержанность и рассудительность.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие знания и умения:

- усвоить основные термины и понятия программного материала;

- сформировать танцевальные двигательные навыки;

- научить слушать музыку, передавать ее содержание в движении;

- научить выразительному и техничному исполнению движений;

- сформировать начальные навыки актерского мастерства и сценического выступления.

Материально-технические условия, необходимы для реализации программы:

1. Помещение для занятий (хореографический кабинет со станками и зеркалами).
2. Техническое оснащение (ноутбук с колонками).
3. Музыкально-дидактические пособия: флешка, видеоролики, фотографии.
4. Форма для занятий: купальник, лосины, юбка, шорты, футболка, чешки.
5. Дидактические материал: методические рекомендации, методические разработки авторских программ, аудиозаписи, видеозаписи, презентации, журналы, специальная литература.

Учебно-тематический план
1 года обучения (1 час в неделю)

№	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1	2	3	4	5
1	Вводный урок	1	0,5	0,5
2	Упражнения для разминки: <ul style="list-style-type: none"> - марш на месте, ходьба по кругу, бег; 0,2 - повороты головы направо, налево; 0,2 - наклоны головы назад, вниз, направо, налево, круговое движение головой, 0,2 - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; 0,2 - движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Паровозик», «Незнайка»; 0,2 - повороты плеч, выводя правое или левое плечо вперед; 0,5 - повороты плеч с одновременным полуприседанием; 0,5 - движения руками: руки свободно опущены в низ, подняты вперед, руки в стороны, руки вверх, круговые движения; 0,5 - приседания на месте; 0,5 - планка; 0,5 - отжимание от пола; 0,5 - различные прыжки на месте. 1 	5	1	4
3	Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках): <ul style="list-style-type: none"> - упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп; 1 - упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага; 1 - упражнения для улучшения гибкости позвоночника; 1 - упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра; 1 - упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава; 1 - упражнения для исправления осанки; 1 - упражнения на укрепление мышц брюшного пресса. 2 	8	2	6
4	Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов ног (исполняются на середине зала)	4	1	3
5	Упражнения на ориентировку в пространстве:	4	1	3

	<ul style="list-style-type: none"> - игра «Птички, птички по домам»; - простейшие построения: линия колонка; - простейшие перестроения: круг, сужение круга, расширение круга; <li style="padding-left: 20px;">- интервал; - различие правой, левой руки, ноги, плеча; <li style="padding-left: 20px;">- повороты вправо, влево; - пространственное ощущение точек зала; - движение по линии танца, против линии танца. 	0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5 0,5		0,2 0,2 0,2 0,2 0,2 1 0,5 0,5
6	<p style="text-align: center;"><u>Классический танец.</u></p> <p style="text-align: center;">1. Постановка корпуса.</p> <p style="text-align: center;">2. Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовительная позиция; <li style="padding-left: 20px;">- позиции рук (1,2,3); <li style="padding-left: 20px;">- постановка кисти; <p>- отличие 2 позиции классического танца от 2 позиции народного танца;</p> <p>- раскрывание и закрывание рук, подготовка к движению;</p> <p style="text-align: center;">3. Положения и движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (выворотные 1,2,3); - demi plie, grand plié (по 1 позиции); <li style="padding-left: 20px;">- relleve (по 6 позиции); <li style="padding-left: 20px;">- sotte (по 6 позиции); <li style="padding-left: 20px;">- танцевальный шаг; <p>- перенос корпуса с одной ноги на другую (через battementtendu);</p> <ul style="list-style-type: none"> - реверанс для девочек, поклон для мальчиков. <p style="text-align: center;">4. Танцевальные комбинации.</p>	8 2 2 2 2	2	6 1 2 2
7	Упражнения на развитие творческих способностей (игры, этюды, импровизация)	3	1	2
8	Открытый урок перед родителями в декабре	1	0,5	0,5
9	Заключительный отчетный концерт в мае перед родителями	1	0,5	0,5
ИТОГО часов:		35		

	<ul style="list-style-type: none"> - положение прямо (анфас), полуоборот, профиль; - диагональ; - простейшие перестроения: колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре; - «звездочка»; - «корзиночка»; - «ручеек»; - «змейка». 			
6	<p style="text-align: center;"><u>Классический танец.</u></p> <p style="text-align: center;">1. Постановка корпуса.</p> <p style="text-align: center;">2. Положения и движения рук:</p> <p>- перевод рук из одного положения в другое.</p> <p style="text-align: center;">3. Положения и движения ног:</p> <p>- releve по 1,2,3 позициям (муз.раз. 1/2 ,1/4, 1/8);</p> <ul style="list-style-type: none"> - demi-plié, grand plié по 1,2,3 поз.; - demi-pliés с одновременной работой рук; - сочетание полуприседания и подъема на полупальцы; - sothe по 1,2,6 поз.; - sothe в повороте (по точкам зала). <p style="text-align: center;">4. Танцевальные комбинации.</p>	19	6	13
		4	1	3
		6	1	5
		6	2	4
		3	2	1
7	Упражнения на развитие творческих способностей (этюды, импровизация)	6	3	3
8	Открытый урок перед родителями в декабре	1	0,5	0,5
9	Заключительный отчетный концерт в мае перед родителями	1	0,5	0,5
ИТОГО часов:		72		

Учебно-тематический план
3 года обучения (3 часа в неделю)

№	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1	2	3	4	5
1	Вводный урок	1	0,5	0,5
2	Упражнения для разминки: <ul style="list-style-type: none"> - марш на месте, ходьба по кругу, бег; - повороты головы направо, налево; - наклоны головы назад, вниз, направо, налево, круговое движение головой, - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами; - повороты плеч, выводя правое или левое плечо вперед; - повороты плеч с одновременным полуприседанием; - движения руками: руки свободно опущены в низ, подняты вперед, руки в стороны, руки вверх, круговые движения; - приседания на месте; - планка; - отжимание от пола; - различные прыжки на месте. 	20 2 2 2 2 1 1 2 2 2 1 1 2 2 1 2	2	18 1 1 1 1 1 1 2 2 2 2 2 2 2
3	Элементы партерной гимнастики (исполняются на гимнастических ковриках): <ul style="list-style-type: none"> - упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп; - упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага; - упражнения для улучшения гибкости позвоночника; - упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра; - упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава; - упражнения для исправления осанки; - упражнения на укрепление мышц брюшного пресса. 	30 5 5 5 5 5 1 4	4	26 5 5 4 4 4 2 2
4	Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов ног (исполняются на середине зала)	20	2	18
5	<u>Классический танец.</u> 1. Постановка корпуса.	20 5	4	16 4

	2.Положения и движения рук: - portdebras.	5		4
	3. Положения и движения ног: -demi plie, grand plié ; - battement tendu; - passé; - releve.	5		4
	4.Танцевальные комбинации.	5		4
6	Упражнения на развитие творческих способностей (импровизация)	14	4	10
7	Открытый урок перед родителями в декабре	1	0,5	0,5
8	Заключительный отчетный концерт в мае перед родителями	1	0,5	0,5
ИТОГО часов:		107		

Содержание программы

1. Вводное занятие.

На данном занятии дети узнают, что такое танец. Откуда идут его истоки? Как овладевают этим искусством? Узнают о том, как зародился танец, какие бывают танцы, в чем их отличие. Знакомятся с тем, что необходимо для занятий танцем (танцевальная форма, обувь). Чем дети будут заниматься на протяжении трех учебных лет.

2. Упражнения для разминки.

Данный раздел поможет детям подготовиться к началу занятия, разовьет у ребёнка чувство ритма, умение двигаться под музыку. Послужит основой для освоения детьми различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по программе «Первая ступень».

3. Партерная гимнастика.

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Экзерсис бывает партерный, классический, народно-характерный, джазовый и в стиле «модерн». Что такое партерный экзерсис и зачем его надо выполнять? Партерный экзерсис - это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп.

В партерной хореографии исполняются:

- упражнения, укрепляющие мышцы спины;
- упражнения, развивающие подъем стопы;
- упражнения, развивающие гибкость позвоночника;
- упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса;
- упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов;

- упражнения, развивающие выворотность ног;

Элементы партерной гимнастики:

1. Упражнения, укрепляющие мышцы спины:

- «День — ночь»;
- «Змейка»;
- «Рыбка».

2. Упражнения, развивающие подъем стопы:

- вытягивание и сокращение стопы;
- круговые движения стопой.

3. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника:

- «Лодочка»;
- «Складочка»;
- «Колечко».

4. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса:

- «Ступеньки»;
- «Ножницы».

5. Упражнения развивающие подвижность тазобедренного сустава:

- «Неваляшка»;
- «Passe' с разворотом колена».

6. Упражнения развивающие выворотность ног:

- «Звездочка»;
- «Лягушка».

Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов:

1. Упражнение для развития шеи и плечевого пояса в первоначальных музыкальных раскладках:

- повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»;
- наклоны и подъемы головы в положениях «прямо», «направо», «налево»;
- поднимание и опускание плеч;

- поочередное поднятие и опускание плеч.

2. Упражнение для развития плечевого сустава и рук в первоначальных музыкальных раскладках:

- разведение рук в стороны;
- подъемы рук вперед на высоту 90°;
- отведение рук назад;
- подъемы рук вверх и опускания вниз через стороны;
- сгибание рук в локтях в направлении: вверх–в стороны и вниз–в стороны;
- сгибание рук в локтях в направлении: вверх–вперед и вниз–вперед;
- сгибания кистей в подготовительном положении: в стороны, вперед, назад;
- сгибание кистей с руками, раскрытыми в стороны: вверх–в стороны–вниз, вперед–в стороны–назад;
- сгибание кистей с руками, поднятыми вверх: в стороны–вверх–в стороны, вперед–вверх–назад;
- вращение кистями (наружу, внутрь) в подготовительном положении;
- вращения кистями во II позиции;
- вращения кистями с руками, поднятыми вверх.

3. Упражнения на развитие поясничного пояса:

- наклоны корпуса в стороны;
- наклоны корпуса вперед.

4. *Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов ног.*

Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног:

- полуприседания;
- отведение ноги в сторону на носок;

- отведение ноги в сторону на каблук;
- отведение ноги вперёд на носок;
- отведение ноги вперёд на каблук;
- отведение ноги в сторону с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция;
- отведение ноги вперед с чередованием: позиция – носок – каблук – носок – позиция;
- подъёмы согнутой в колене ноги вперёд;
- отведение ноги назад на носок;
- отведение ноги в сторону, вперёд с чередованием: позиция – носок – выпад – носок – позиция;
- отведение ноги в сторону, вперед с чередованием: – позиция – носок – выпад – носок с полуприседанием;
- подъёмы на полупальцы;
- многократные прыжки на двух ногах;
- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги вперёд на носок;
- перескоки с ноги на ногу с отведением работающей ноги, ноги вперёд на каблук.

5. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Данная тема позволит детям познакомиться с элементарными перестроениями и построениями (такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг и др.), научит детей четко ориентироваться в танцевальном зале и находить свое место. В дальнейшем, повторяя и закрепляя этот раздел, дети научатся в хореографических этюдах сменять один рисунок на другой.

6. Классический танец.

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно, владеть руками и ногами, исполняя

тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями (*battement ttendu*, *demi plie* и др.), познакомятся с квадратом А.Я. Вагановой с каждым учебным годом к более простым танцевальным движениям будут добавляться более сложные. В финале ознакомления детей с данным разделом им предлагается разучить танцевальные этюды.

7. Упражнения на развитие творческих способностей.

Методы развития детских творческих способностей можно найти в любом разделе хореографического урока. Их грамотное применение, искусно вплетенное в канву урока, не оставит детей равнодушными. А педагог в свою очередь достигнет желаемого результата в процессе преподавания.

В разделе урока «разминка» любое упражнение требует немного фантазии. Метод фантазирования можно наблюдать во многих сферах творчества. Это основа, которую родители вместе с педагогами стремятся заложить в ребенка с малых лет. Он схож с приемом «АССОЦИАЦИИ», при котором дети учат движения, используя их схожесть с каким-либо предметом.

Например, дети встают в шестую позицию ног (пятки и носки вместе) и представляют, как их ножки связаны резинкой, поэтому они их не могут рассоединить. А прыгать мы учимся в длину не просто так, а через большие лужи.

С самого раннего возраста в нашей жизни используется метод «ПЕРЕВОПЛОЩЕНИЯ». В данном случае задачей ребёнка является наиболее убедительно перевоплотиться в другой образ. Например, сидеть как мышки, прыгать как мячики или танцевать как бабочки. Если заглянуть в суть этого метода, то можно увидеть сложнейшую цепочку мыслительных процессов. Чтобы ребёнок поверил, что он превратился в бабочку, то нужно представить как она выглядит, какие у нее есть качества (легкая, воздушная, цветная, прыгает с цветка на цветок). Затем ребёнок присваивает эти качества себе и воплощает их при помощи рук и ног. Даже игра «Море

волнуется», где дети придумывают свои образы солнышка, русалки или солдатика, вмещает в себя и метод фантазирования, и метод перевоплощения.

Очень важным методом является «ИМПРОВИЗАЦИЯ». В области хореографии импровизация – это умение сразу, т.е. «на ходу» придумывать движения или создавать образ. В большинстве случаев симпровизировать детям помогает музыкальный материал. В любом разделе педагог может предложить небольшой временной отрывок в танце, чтобы дети станцевали так, как это представляют они. Начинать нужно с 4 счетов (2-4 музыкальных такта), затем можно увеличить. Основная задача педагога, чтобы дети захотели это сделать и к тому же сделали это в соответствующем образе.

Здесь можно применить метод «ПО ПОКАЗУ». Это прием, который используется по принципу цепной реакции. Сначала преподаватель начинает импровизировать, и дети повторяют, а затем начинают импровизировать самостоятельно. Также использовать этот принцип можно, начиная с ученика, который не растеряется и сможет взять инициативу в свои руки.

Для вовлечения ученика в процесс творения можно использовать такой прием, как «ДОПОЛНЕНИЕ». При наличии определенного образа и задачи этого образа педагог может предложить ребёнку придумать, как он будет выполнять эту задачу. Представим, что маленьким сыщикам надо на цыпочках выйти из-за кулис, не привлекая к себе внимания. Для вдохновения детей педагог предлагает несколько вариантов: пойти спиной, боком. У детей создается «цепная реакция» - каждый начинает придумывать. Успех задания обеспечен при условии, если педагог создает условия для соперничества внутри коллектива. Каждый Ребенок хочет выходить интереснее другого, а значит, использует все свое воображение, чтобы достичь лучшего результата и отличиться. В результате такого творческого процесса получается интереснейшая картина: девочка едет на спине у мальчика, один запинается об другого и падает, а кто-то вообще ползет с фонарем. Так общим старанием создается целостная картина.

Также в данном примере мы узнаем об отдельном методе «конкуренции или соперничества», что всегда может быть использовано преподавателем. Сложность данного приема заключается в балансе между положительным и отрицательным. Педагог должен контролировать, чтобы дети созидали во благо своему коллективу и не начали передразнивать друг друга.

В результате, с помощью выше перечисленных методов всего лишь за один урок хореографии педагог успевает уделить внимание и памяти детей, и воображению в разных его проявлениях. На уроке создается ассоциативный ряд, благодаря которому ребенок запоминает последовательность движений или сами движения.

Не остается без внимания и работа в коллективе и для коллектива. Цель ГРУППОВОЙ работы: научиться слушать ровесников и прислушиваться, формировать собственное мнение, научиться уважать интересы и мнения других, анализировать сложившиеся ситуации и др.

Танец, как отдельное творение требует не один урок, на котором педагог разбирает лексический материал, его последовательность, эмоциональную составляющую. Урок хореографии – это самый сложный процесс созидания, который требует немалых физических, моральных и эмоциональных затрат ребёнка. Поэтому младшим школьникам, несмотря на их возраст, требуется эмоциональная разрядка.

Игры, хотя они тоже подвижные, отличаются тем, что ребёнок предоставлен сам себе. Свобода мысли и тела позволяет включить фантазию на полную мощность. Импровизационные игры во время урока или в конце должны быть чётко ограничены по времени. Так с помощью элементарных приемов и упражнений педагог незаметно для детей создает особенный мир в их душе, полный творчества, фантазии, созидания. Дети и подумать не могут, сколько возможностей в них открывается, когда они прикасаются к творчеству. В результате, при использовании данного рода методики регулярно, у ребёнка формируются определенные навыки и умения к творчеству, к созданию новых образов. По средствам таких занятий у детей

расширяется кругозор, ведь педагог разносторонне воспитывает и образовывает ученика.

Алгоритм учебного занятия:

1. Занятие начинается с разминки под фонограмму. Выполняются упражнения на мышцы шеи, плеч, грудной клетки, спины, живота и т.д.
2. Ходы: простой, скользящий, шаркающий.
3. Переход из ходов в бег на месте и с продвижением, перемещаясь в любом направлении. Возможно использование простых и сложных рисунков.
4. Исполнение позиций рук, ног, поз, поклонов.
5. Основной этап занятия проводится в следующих формах:
 - классический экзерсис, который проводится у станка;
 - партерная гимнастика, растяжка (выполняется на гимнастических ковриках);
6. Диагональ или исполнение этюдов по диагонали, включающие растяжку и вращение;
7. Разучивание этюдов с использованием импровизации, закрепление изученного материала, а также самостоятельное сочинение учащимися этюдов под музыку.
8. Занятие завершается повторением изученных движений в игровой форме.

На любом из этапов в зависимости от темы, цели и содержания занятия вводятся упражнения (игры, паузы, творческие задания) на развитие пластики и мимики.

Программа следующего года обучения отличается от первого количеством выполняемых упражнений, нагрузкой и танцевальными композициями.

К концу 1 года обучения дети должны:

знать	иметь представление	уметь
Элементы партерной гимнастики.	О структуре человеческого тела, о мышцах и суставах. О том, какие движения разогревают ту или иную мышцу.	Определять возможности своего тела, выполнять движения партерного экзерсиса правильно, плавно и без рывков.
Упражнения на ориентировку в пространстве.	О танцевальном зале, об элементарных построениях и перестроениях.	<ul style="list-style-type: none"> - линия; - колонка; - круг; - движения по линии танца и против линии танца.
Упражнения для разминки.		Грамотно владеть своим телом, правильно выполнять повороты приседания, наклоны и др.
Положения и движения рук классического танца.	О классическом танце и балете в целом.	<ul style="list-style-type: none"> - позиции рук; - перевод рук из одного положения в другое; - постановка корпуса.
Положения и движения ног классического танца.		<ul style="list-style-type: none"> - позициног; - relieve; - demi plié, grand plié; - sotté; - различные виды бега и танцевальных шагов; - поклон для мальчиков, реверанс для девочек.
Этюды.	О танце как виде сценического искусства.	Сюжетный танец «Лето».

К концу 2 года обучения дети должны:

знать	иметь представление	уметь
Квадрат А.Я. Вагановой.	О классическом танце.	Ориентироваться в танцевальном зале.
Положения и движения рук классического танца.	О portdebras (классического танца).	Правильно переводить руки из одного положения в другое.
Положения и движения ног классического танца: (позиции – выворотные, танцевальные шаги, элементы классического экзерсиса).	Об экзерсисе классического танца (на середине зала).	Правильно выполнять все элементы классического танца (соответствующие данному возрасту).
Упражнения на ориентировку в пространстве.	О танцевальных рисунках.	Безошибочно перестраиваться из одного танцевального рисунка в другой: - «звездочка»; - «корзиночка»; - «ручеек»; - «змейка».
Этюды.	О различных танцевальных направлениях.	Исполнять поставленные тренировочные этюды, передавая характер музыки.

К концу 3 года обучения дети должны:

знать	иметь представление	уметь
Элементы классического экзерсиса на середине.	О классическом танце.	- port de bras; - demi plie, grand plié; - battement tendu; - passé; - relleve.
Этюды.	О различных танцевальных направлениях.	Безошибочно исполнять поставленные тренировочные этюды, передавая характер музыки.

**Примерный календарно-тематический план на
2020-2021 учебный год**

Первый год обучения

Дата	Тема	Содержание	Количество часов
1	2	3	4
	Вводный урок.	История классического танца, основные понятия, форма одежды и обуви, техника безопасности на уроке.	1
	Основные танцевальные правила. Поклон. Постановка корпуса.	Ориентация в зале. Начать приучать учащихся к танцевальной технологии. Увлечь музыкой, вызвать интерес к движению, танцу.	1
	Классический танец: Положения и движения ног	Demiplie, Grand plie (по 1 позиции)	1
	Упражнения на гибкость спины	<ul style="list-style-type: none"> • «Лодочка»; • «Складочка»; • «Колечко». 	1
	Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага	<ul style="list-style-type: none"> • «Звездочка»; • «Лягушка». 	1
	Музыкальная грамота	Понятия мелодия, движение. Связь между мелодией и движением. Практика. Специальные ритмические упражнения на согласование движений с музыкой.	1
	Контрасты музыки. Музыкальный размер.	Понятие контрасты музыки. Ритм. Разновидности ходьбы с хлопками в ладоши и движениями рук. Музыкальная грамота: 1-ходьба с хлопками на каждый счет. 2- на первые 4 счета ходьба, на вторые остановиться и хлопать в ладоши.	1
	Контрасты музыки. Ритм.	Музыкально - ритмические игры: «Тихо - громко», «Повторяшки».	1
	Позиции рук в классической хореографии	Выучить основные положения рук в классической хореографии. Игра.	1

Дата	Тема	Содержание	Количество часов
1	2	3	4
	Основные позиции ног	Выучить позиции ног (6). Игра.	1
	Повторение изученного материала	Повторение и закрепление ранее изученного.	1
	Элементы построения	Понятие колонна, линия, шеренга, цепочка. Игра.	1
	Классический танец: Положения и движения ног	Закрепление и повторение demi plie, Grand plie.	1
	Классический танец: Положения и движения ног	relleve (по 6 позиции)	1
	Подготовка к открытому уроку с родителями	Исполнение всех изученных упражнений и элементов танца.	1
	Открытый урок с родителями	Исполнение всех изученных упражнений и элементов танца.	1
	Упражнения, укрепляющие мышцы спины	<ul style="list-style-type: none"> • «День — ночь»; • «Змейка»; • «Рыбка». 	1
	Классический танец: Положения и движения ног	relleve (на середине зала)	1
	Правила перестроения	Понятие по часовой и против часовой стрелки. Перестроение из одного рисунка в другой. Схема перестроения.	1
	Элементы построения	Из пройденных элементов (колонна, шеренга, линия, цепочка) составляется этюд маршировки (дети вспоминают, закрепляют не только элементы построения, но и виды шага высокий, шаг с носка и т.д.).	1
	Упражнения, развивающие подъем стопы	<ul style="list-style-type: none"> • вытягивание и сокращение стопы • круговые движения стопой. 	1

Дата	Тема	Содержание	Количество часов
1	2	3	4
	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава	Различные упражнения руками	1
	Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра	<ul style="list-style-type: none"> • «Неваляшка»; • «Passe' с разворотом колена». 	1
	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	<ul style="list-style-type: none"> • «Ступеньки»; • «Ножницы». 	1
	Упражнения на ориентировку в пространстве	Повороты вправо, влево	1
	Упражнения на развитие творческих способностей	Импровизация под различные мелодии.	1
	Упражнения на развитие творческих способностей	Импровизация под различные мелодии.	1
	Партерная гимнастика	Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.	1
	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.	1
	Акробатика	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках.	1
	Классический танец	Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц. Упражнения на улучшение выворотности. Упражнения по исправлению недостатков осанки.	1

Дата	Тема	Содержание	Количество часов
1	2	3	4
		Упражнения, подводящие к экзерсису упражнения.	
	Классический танец: Положения и движения ног	sotte (по 6 позиции)	1
	Подготовка к открытому уроку.	Исполнение всех изученных фигур всех танцев под музыку.	1
	Отчетный концерт с родителями.	Исполнение всех изученных фигур всех танцев под музыку перед зрителями.	1
	Все танцы.	Работа над ошибками (просмотр видео записи своего выступления).	1
Итого:			35

**Примерный календарно-тематический план на
2021-2022 учебный год**

Второй год обучения

Дата	Тема	Содержание	Количество часов
1	2	3	4
	Вводный урок.	История классического танца, основные понятия, форма одежды и обуви, техника безопасности на уроке.	1
	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	Начать приучать учащихся к танцевальной технологии. Увлечь музыкой, вызвать интерес к движению, танцу. Ориентация в зале.	1
	Музыкальная грамота	Понятия мелодия, движение. Связь между мелодией и движением. Практика. Специальные ритмические упражнения на согласование движений с музыкой, игра «Повторяшки».	1
	Музыкальный размер	Разновидности ходьбы с хлопками в ладоши и движениями рук. Музыкальная грамота: 1-ходьба с хлопками на каждый счет. 2- на первые 4 счета ходьба, на вторые остановиться и хлопать в ладоши.	1
	Контрасты музыки	Понятие контрасты музыки. Музыкально - ритмические упражнения: «Тихо - громко».	1
	Ориентировка в пространстве	Положение прямо (анфас), полуоборот, профиль.	1
	Ориентировка в пространстве	Диагональ	1
	Элементы перестроения	Колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре	1

Дата	Тема	Содержание	Количество часов
1	2	3	4
	Элементы перестроения	<ul style="list-style-type: none"> • «звездочка»; • «корзиночка»; • «ручеек»; • «змейка». 	1
	Элементы перестроения	Повторение и закрепление.	1
	Положение ног	Повторить позиции ног (6).	1
	Положение рук	Повторить основные положения рук в классической хореографии	1
	Упражнения на гибкость спины	<ul style="list-style-type: none"> • «Лодочка»; • «Складочка»; • «Колечко». 	1
	Упражнения, развивающие подъем стопы	<ul style="list-style-type: none"> • вытягивание и сокращение стопы • круговые движения стопой. 	1
	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава	Различные упражнения руками	1
	Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага	<ul style="list-style-type: none"> • «Звездочка»; • «Лягушка». 	1
	Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра	<ul style="list-style-type: none"> • «Неваляшка»; • «Passe' с разворотом колена». 	1
	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	<ul style="list-style-type: none"> • «Ступеньки»; • «Ножницы». 	1

Дата	Тема	Содержание	Количество часов
1	2	3	4
	Упражнения на ориентировку в пространстве	Повороты вправо, влево	1
	Упражнения, укрепляющие мышцы спины	<ul style="list-style-type: none"> • «День — ночь»; • «Змейка»; • «Рыбка». 	1
	Упражнения на гибкость спины	<ul style="list-style-type: none"> • «Лодочка»; • «Складочка»; • «Колечко». 	1
	Упражнения, развивающие подъем стопы	<ul style="list-style-type: none"> • вытягивание и сокращение стопы • круговые движения стопой. 	1
	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава	Различные упражнения руками	1
	Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага	<ul style="list-style-type: none"> • «Звездочка»; • «Лягушка». 	1
	Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра	<ul style="list-style-type: none"> • «Неваляшка»; • «Passe' с разворотом колена». 	1
	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	<ul style="list-style-type: none"> • «Ступеньки»; • «Ножницы». 	1
	Упражнения на ориентировку в пространстве	Повороты вправо, влево	1
	Упражнения, укрепляющие мышцы спины	<ul style="list-style-type: none"> • «День — ночь»; • «Змейка»; • «Рыбка». 	1
	Упражнения, укрепляющие мышцы	<ul style="list-style-type: none"> • «День — ночь»; • «Змейка»; 	1

Дата	Тема	Содержание	Количество часов
1	2	3	4
	спины	• «Рыбка».	
	Положение ног и рук	Повторить и закрепить	1
	Упражнения на развитие творческих способностей	Импровизация под различные мелодии.	1
	Классический танец: Положения и движения ног	demi-plie, grandplié по 1,2,3 позиции	1
	Классический танец: Положения и движения ног	demi-plie, grandplié с одновременной работой рук	1
	Классический танец: Положения и движения ног	Повторить и закрепить demi plie, grand plié	1
	Подготовка к открытому уроку с родителями	Исполнение всех изученных упражнений и элементов танца.	1
	Открытый урок с родителями	Исполнение всех изученных упражнений и элементов танца.	1
	Упражнения на развитие творческих способностей	Импровизация под различные мелодии.	1
	Повторение изученного материала	Повторение и закрепление ранее изученного.	1
	Партерная гимнастика	Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.	1
	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.	1
	Акробатика	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках.	1

Дата	Тема	Содержание	Количество часов
1	2	3	4
	Классический танец	Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц. Упражнения на улучшение выворотности. Упражнения по исправлению недостатков осанки. Упражнения, подводящие к экзерсису упражнения.	1
	Основы классического танца	На начальном этапе, упражнения у станка разучиваются лицом к станку, держась за него двумя руками.	1
	Партерная гимнастика	Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.	1
	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.	1
	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.	1
	Акробатика	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках.	1
	Акробатика	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках.	1
	Классический танец	Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц. Упражнения на улучшение выворотности. Упражнения по исправлению недостатков осанки. Упражнения, подводящие к экзерсису упражнения.	1
	Классический танец	Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц. Упражнения на улучшение выворотности. Упражнения по исправлению недостатков осанки. Упражнения, подводящие к экзерсису упражнения.	1

Дата	Тема	Содержание	Количество часов
1	2	3	4
	Основы классического танца	Упражнения у станка разучиваются лицом к станку, держась за него двумя руками.	1
	Классический танец	Упражнения у станка разучиваются лицом к станку	1
	Классический танец: Положения и движения ног	sotte по 1,2,6 позиции	1
	Классический танец: Положения и движения ног	sotte в повороте (по точкам зала)	1
	Классический танец: Положения и движения ног	Повторение и закрепление	1
	Классический танец: Положения и движения ног	relleve по 1,2,3 позициям (муз.раз. 1/2 ,1/4, 1/8).	1
	Классический танец: Положения и движения ног	Повторение и закрепление: sotte, relleve	1
	Полуприседания и подъемы на полупальцы	Сочетание полуприседания и подъема на полупальцы	1
	Полуприседания и подъемы на полупальцы	Повторение и закрепление	1
	Упражнения на развитие творческих способностей	Импровизация под музыку	1
	Упражнения на развитие творческих способностей	Развитие интереса отразить в пластике различные образы. Творческий поиск. Релаксация.	1
	Постановка номеров	Постановка простого ритмического детского танца, создание сценического образа, понятного детям.	1

Дата	Тема	Содержание	Количество часов
1	2	3	4
	Постановка номеров	Постановка простого ритмического детского танца, создание сценического образа, понятного детям.	1
	Постановка номеров	Постановка простого ритмического детского танца, создание сценического образа, понятного детям.	1
	Постановка номеров	Постановка простого ритмического детского танца, создание сценического образа, понятного детям.	1
	Постановка номеров	Постановка простого ритмического детского танца, создание сценического образа, понятного детям.	1
	Упражнения на развитие творческих способностей	Освоение актёрской игры, мимики.	1
	Подготовка к открытому уроку.	Исполнение всех изученных фигур всех танцев под музыку.	1
	Подготовка к открытому уроку.	Исполнение всех изученных фигур всех танцев под музыку.	1
	Отчетный концерт с родителями.	Исполнение всех изученных фигур всех танцев под музыку перед зрителями.	1
	Все танцы.	Работа над ошибками (просмотр видео записи своего выступления).	1
Итого:			72

**Примерный календарно-тематический план на
2022-2023 учебный год**

Третий год обучения

Дата	Тема	Содержание	Количество часов
1	2	3	4
	Вводный урок.	Планы на год, форма одежды и обуви, техника безопасности на уроке.	1,5
	Приветствие. Постановка корпуса.	Повторение второго года обучения	1,5
	Музыкальная грамота	Специальные ритмические упражнения на согласование движений с музыкой.	1,5
	Музыкальный размер	Каково динамическое качество движения. Каков его тон и характер.	1,5
	Форма	Какие формы принимает тело. Как изменяется форма. Что влияет на процесс изменения формы.	1,5
	Творческая лаборатория	Индивидуальные и групповые творческие работы	1,5
	Творческая лаборатория	Индивидуальные и групповые творческие работы	1,5
	Пространство	Насколько велика киносфера движущегося. Как определить киносферу. Каково направление движения. Активные пространственные силы. Какую кристаллическую форму образует движущееся тело.	1,5
	Пространство	Насколько велика киносфера движущегося. Как определить киносферу. Каково направление движения. Активные пространственные силы. Какую кристаллическую форму образует движущееся тело.	1,5
	Тело	Как организовано тело в целом и взаимосвязи в нём. Что постоянно сохраняется в теле. Где в теле начинается движение. Как движение распространяется в теле.	1,5

Дата	Тема	Содержание	Количество часов
1	2	3	4
	Упражнения на гибкость спины	<ul style="list-style-type: none"> • «Лодочка»; • «Складочка»; • «Колечко». 	1,5
	Упражнения, развивающие подъем стопы	<ul style="list-style-type: none"> • вытягивание и сокращение стопы • круговые движения стопой. 	1,5
	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава	Различные упражнения руками	1,5
	Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага	<ul style="list-style-type: none"> • «Звездочка»; • «Лягушка». 	1,5
	Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра	<ul style="list-style-type: none"> • «Неваляшка»; • «Passe' с разворотом колена». 	1,5
	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	<ul style="list-style-type: none"> • «Ступеньки»; • «Ножницы». 	1,5
	Упражнения на ориентировку в пространстве	Повороты вправо, влево	1,5
	Упражнения, укрепляющие мышцы спины	<ul style="list-style-type: none"> • «День — ночь»; • «Змейка»; • «Рыбка». 	1,5
	Упражнения на гибкость спины	<ul style="list-style-type: none"> • «Лодочка»; • «Складочка»; • «Колечко». 	1,5
	Упражнения, развивающие подъем стопы	<ul style="list-style-type: none"> • вытягивание и сокращение стопы • круговые движения стопой. 	1,5
	Упражнения для	Различные упражнения руками	1,5

Дата	Тема	Содержание	Количество часов
1	2	3	4
	улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава		
	Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага	<ul style="list-style-type: none"> • «Звездочка»; • «Лягушка». 	1,5
	Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра	<ul style="list-style-type: none"> • «Неваляшка»; • «Passe' с разворотом колена». 	1,5
	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	<ul style="list-style-type: none"> • «Ступеньки»; • «Ножницы». 	1,5
	Упражнения на ориентировку в пространстве	Повороты вправо, влево	1,5
	Упражнения, укрепляющие мышцы спины	<ul style="list-style-type: none"> • «День — ночь»; • «Змейка»; • «Рыбка». 	1,5
	Упражнения, укрепляющие мышцы спины	<ul style="list-style-type: none"> • «День — ночь»; • «Змейка»; • «Рыбка». 	1,5
	Линии ног	Переводы стоп из параллельного в выворотное положение, исполнение основных движений как по параллельным, так и по выворотным позициям.	1,5
	Линии рук	Основные позиции и их варианты, переводы из положения в положение, круги кистью.	1,5
	Положение ног и рук	Повторить и закрепить	1,5
	Упражнения на развитие творческих способностей	Импровизация под различные мелодии.	1,5

Дата	Тема	Содержание	Количество часов
1	2	3	4
	Классический танец: Положения и движения ног	demi-plie по 1,2,3,4,5 позиции	1,5
	Классический танец: Положения и движения ног	demi-plie с одновременной работой рук	1,5
	Перемещение в пространстве	Повторить и закрепить	1,5
	Подготовка к открытому уроку с родителями	Исполнение всех изученных упражнений и элементов танца.	1,5
	Открытый урок с родителями	Исполнение всех изученных упражнений и элементов танца.	1,5
	Работа над ошибками	Работа над ошибками (просмотр видео записи своего выступления).	1,5
	Повторение изученного материала	Повторение и закрепление ранее изученного.	1,5
	Партерная гимнастика	Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.	1,5
	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.	1,5
	Акробатика	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках.	1,5
	Классический танец	Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц. Упражнения на улучшение выворотности. Упражнения по исправлению недостатков осанки. Упражнения, подводящие к экзерсису упражнения.	1,5

Дата	Тема	Содержание	Количество часов
1	2	3	4
	Основы классического танца	На начальном этапе, упражнения у станка разучиваются лицом к станку, держась за него двумя руками.	1,5
	Партерная гимнастика	Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.	1,5
	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.	1,5
	Партерная гимнастика	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.	1,5
	Акробатика	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках.	1,5
	Акробатика	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках.	1,5
	Классический танец	Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц. Упражнения на улучшение выворотности. Упражнения по исправлению недостатков осанки. Упражнения, подводящие к экзерсису упражнения.	1,5
	Классический танец	Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц. Упражнения на улучшение выворотности. Упражнения по исправлению недостатков осанки. Упражнения, подводящие к экзерсису упражнения.	1,5
	Основы классического танца	Упражнения у станка разучиваются лицом к станку, держась за него двумя руками.	1,5
	Классический танец	Упражнения у станка разучиваются лицом к станку	1,5

Дата	Тема	Содержание	Количество часов
1	2	3	4
	Координация	Упражнения на развитие координации	1,5
	Классический танец: Положения и движения ног	battement tendu	1,5
	Классический танец: Положения и движения ног	Повторение и закрепление battement tendu	1,5
	Классический танец: Положения и движения ног	relleve	1,5
	Классический танец: Положения и движения ног	Повторение и закрепление relleve	1,5
	Полуприседания и подъемы на полупальцы	Сочетание полуприседания и подъема на полупальцы	1,5
	Классический танец: Положения и движения ног	passé	1,5
	Упражнения на развитие творческих способностей	Импровизация под музыку	1,5
	Упражнения на развитие творческих способностей	Развитие интереса отразить в пластике различные образы. Творческий поиск. Освоение актёрской игры, мимики. Релаксация.	1,5
	Постановка номеров	Постановка простого ритмического детского танца, создание сценического образа, понятного детям.	1,5
	Постановка номеров	Постановка простого ритмического детского танца, создание сценического образа, понятного детям.	1,5
	Постановка номеров	Постановка простого ритмического детского танца, создание сценического образа, понятного детям.	1,5

Дата	Тема	Содержание	Количество часов
1	2	3	4
	Постановка номеров	Постановка простого ритмического детского танца, создание сценического образа, понятного детям.	1,5
	Постановка номеров	Постановка простого ритмического детского танца, создание сценического образа, понятного детям.	1,5
	Упражнения на развитие творческих способностей	Освоение актёрской игры, мимики.	1,5
	Подготовка к открытому уроку.	Исполнение всех изученных фигур всех танцев под музыку.	1,5
	Подготовка к открытому уроку.	Исполнение всех изученных фигур всех танцев под музыку.	1,5
	Отчетный концерт с родителями.	Исполнение всех изученных фигур всех танцев под музыку перед зрителями.	1,5
	Все танцы.	Работа над ошибками (просмотр видео записи своего выступления).	1,5
Итого:			107

Список литературы:

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: Искусство, 1983.
2. Бриске И.Э. «Хореография» Челябинск, 1995.
3. Ваганова А. Основы классического танца. – Л.: Искусство, 1980.
4. Васильева Т.И. «Тем, кто хочет учиться балету». Москва, Издательство «ГИТИС», 1994.
5. Джоан Ван дер Маст «Хрестоматия для преподавания современного танца», Челябинск, 2011.
6. Ивлева Л.Д. «Джазовый танец», Учебное пособие. Челябинск, 1996г.
7. Крючек Е.С. из серии «Спорт в школе», 2008.
8. Смирнова М.В. Методические разработки по классическому танцу. Москва, 1987.
9. Сидоров В. Современный танец. М., Первина, 1922.
10. Суриц Е.Я. Танец модерн. Маски современной культуры. М., 2002.
11. Фокин М. Против течения. Л.- М., Искусство, 1962.
12. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. М., Искусство, 1985.
13. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу», Москва, 2008.

Список литературы для учащихся:

1. Дешкова И. «Иллюстрационная энциклопедия балет в рассказах и исторических анекдотах для детей и их родителей». Москва 1995.
2. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе» Танцевально-игровая гимнастика для детей. Санкт-Петербург «Детство-пресс» 2003.