



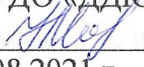
Управление образования администрации г. Чебоксары  
Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования  
«Дворец детского (юношеского) творчества» муниципального образования  
города Чебоксары – столицы Чувашской Республики

ПРИНЯТО  
Решением научно-методического совета  
МАОУДО «ДДЮТ» г. Чебоксары  
Протокол №1 от 31.08.2021 г.

СОГЛАСОВАНО  
Старший методист комплекса раннего развития  
и платных образовательных услуг  
  
И. А. Симперович  
от 31.08.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУДО «ДДЮТ»  
г. Чебоксары

  
Е.В. Воробьева  
Приказ № 455/1 от 31.08.2021 г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора  
МАОУДО «ДДЮТ» г. Чебоксары  
  
Н. М. Мясникова  
от 31.08.2021 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Росточки Элегии»**

Возраст детей, на которых рассчитана  
программа: 5-8 лет

Срок реализации программы: 3 года

Автор-составитель:  
Педагог дополнительного образования  
Сорокина Татьяна Викторовна

Чебоксары, 2021

### Пояснительная записка.

Данная программа разработана и реализуется в соответствии с нормативно-правовой базой для разработки дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ на 2021-2022 уч. год:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 г.
- Проект Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года.
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196».
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ. М., ФИРО, 2015г.
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Устав МАОУДО «ДДЮТ» г. Чебоксары.

Среди множества форм художественно-эстетического воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию детей, дают гармоничное пластическое развитие, формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотные манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве.

Танец развивает эстетический вкус, воспитывает нравственные качества и возвышенные чувства, но в отличие от других искусств, оказывает существенное влияние на физическое развитие ребенка. Влияя на развитие эмоциональной сферы личности, совершенствуя тело ребенка физически, воспитывая через музыку духовно, хореография помогает обрести уверенность в собственных силах, дает толчок к самосовершенствованию, к постоянному развитию. Особая ценность танца заключается как раз в том, что физические, эмоциональные, интеллектуальные и духовные процессы здесь соединяются в единое целое. Занятия танцами оказывают положительное воздействие на физическое развитие и здоровье детей: систематические занятия формируют правильную осанку, укрепляют мышцы, учат координировать движения и владеть своим телом. При этом понимание физических возможностей своего тела способствует воспитанию уверенности в себе, предотвращает появление различных психологических комплексов. Танцевальное искусство подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу, грацию и выразительность. Также танец и хореография – искусство коллективное, которое учит работать в коллективе, способствует развитию с ранних лет чувства коллективизма, требовательности друг к другу, доброты, принципиальности и других социально-значимых качеств.

**Направленность программы** «Современный и эстрадный танец» - художественная, по функциональному предназначению – учебно-познавательная и общекультурная, по форме организации – лично-ориентированная, групповая. Программа направлена на развитие художественно-эстетического вкуса, творческих способностей детей, формирование гармонично и всесторонне развитой личности, ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привития начальных навыков в искусстве современного танца, позволяет удовлетворить познавательные и коммуникативные интересы детей младшего и среднего школьного возраста.

Программа разработана с учетом современных достижений в области хореографического воспитания, детского исполнительства и личного опыта педагога.

**Новизна** состоит в том, что данная программа направлена не только на разучивание хореографических композиций, но и на интеграцию народного, классического и современного танцев через танцевально-игровую деятельность, помогая детям раскрепостить внутренние силы, давая выход спонтанному чувству танцевального движения, позволяя почувствовать свою принадлежность через создание творческого образа в танце на основе индивидуальности самого ребенка, развивая способность к импровизации и сочинению танцевальных движений, комбинаций.

**Актуальность программы** заключается в том, что в наше время активно пропагандируются новые формы танцевального искусства, популярные танцевальные стили и направления современной хореографии. Тенденция увлечения современными танцами позволяет удовлетворить естественную физическую потребность ребенка в разнообразных формах движения, расширить его художественный кругозор, раскрыть индивидуальные возможности и творческие способности детей младшего и среднего школьного возраста через танцевально-игровую деятельность посредством современной хореографии, адаптироваться к условиям современной жизни. Современный танец развивается, следуя за новейшими музыкальными тенденциями, а значит, он всегда находится на самом пике моды, то есть сиюминутного спроса, как детей, так и родителей.

**Форма обучения:** очная. Программа (часть программы) может быть реализована с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что она обеспечивает общее гармоническое, психологическое, духовное и физическое развитие ребенка; формирование разнообразных умений, способностей и знаний в области современного танца; воспитание у ребенка потребности в здоровом образе жизни.

**Цель программы** - раскрытие индивидуальных возможностей и творческие способности детей дошкольного возраста посредством хореографии через танцевально-игровую деятельность.

#### **Задачи:**

##### *Обучающие:*

- формировать у учащихся знания, умения и навыки на основе овладения и освоения программного материала;
- обучить основам хореографического мастерства;
- обучить элементам классического, народного и современного танца;
- формировать музыкально-ритмические навыки;
- способствовать формированию правильной осанки с помощью специальных упражнений;
- сформировать начальные навыки актерского мастерства;
- способствовать организации постановочной и репетиционной деятельности.

##### *Развивающие:*

- развивать физические качества: гибкость, координацию движений, равновесие, мышечную силу, выносливость;
- развивать музыкальные способности: чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку;
- развивать музыкально-игровые образы, танцевальную выразительность, артистизм;
- развивать фантазию, способность к импровизации;
- развивать мотивацию к творческой деятельности;

- развивать способность к самостоятельной и коллективной работе.

*Воспитывающие:*

- создать условия дружественной среды вокруг самоопределяющейся личности,
  - адаптация к современной жизни;
- воспитывать интерес и уважение к танцевальному искусству;
- воспитывать художественный вкус;
- воспитывать умение работать в коллективе;
- приобщать ребенка к здоровому образу жизни и гармонии тела.

Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие принципы:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность;
- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности.

**Отличительные особенности** дополнительной общеразвивающей программы «Эстрадный танец» от типовой заключаются в том, что обучение ведется на основе классической, народной и современной хореографии с использованием игровых методик и инновационных направлений (музыкально-игровое творчество, импровизация, стилизация современных стилей), которые делают ее интересной и современной. Ведущей идеей программы является обучение технике современного танца в различных сочетаниях современных стилей через танцевально-игровую деятельность (игротанцы, подражательные игры, творческие задания).

Программа адресована детям дошкольного возраста. Срок реализации 2 года. Состав групп формируется на основе свободного набора детей. Форма занятий - групповая. Наполняемость групп не менее 15 учащихся.

На первый год обучения отводится 72 часа, занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу. На второй год обучения занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу.

Продолжительность учебных занятий установлена с учетом возрастных особенностей учащихся, допустимой нагрузки в соответствии с СанПиН 2.4.4.3172-14. «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014г. №41.

Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие методы:

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.
2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.
3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.
4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.
5. Игровой метод используется на занятиях в виде сюжетно-ролевой или тематической игры, в которую входят различные творческие задания, способствующие более быстрому усвоению некоторых элементов, развитию умения слышать и понимать музыку, вызывают интерес к занятию.

**Приемы:**

- комментирование;
- инструктирование;
- корректирование.

**Формы проведения занятий:**

- практическое занятие;
- беседа;
- контрольное занятие;
- итоговое занятие;
- зачет;
- экскурсия;
- творческий отчет;
- соревнование;
- концерт.

**Структура занятия:**

Занятие учебных групп «Современный танец» строится по определенному плану и состоит из 3-х частей: вводной, основной, заключительной.

*Вводная часть – 5 мин.*

- вход в зал, разминка по кругу

*Основная часть – 65 мин.*

- музыкально-ритмические упражнения на середине зала – 10 минут;
- элементы классического и народного танца – 15 минут;
- повторение и отработка разученных движений и танцев – 10 мин;
- разучивание нового материала – 20 минут;
- постановочная работа – 10 минут;

*Заключительная часть – 10 мин.*

- упражнения на расслабление и восстановление дыхания.

Данная программа является достаточно гибкой и применима для введения её в работу с детьми младшего и среднего школьного возраста, позволяет каждому ребёнку овладеть знаниями, умениями и навыками танцевального искусства, учитывает возрастные и психологические особенности учащихся. Она составлена по принципу постепенного нарастания степени сложности

материала. Все разделы органично связаны между собой, но в то же время каждый из разделов имеет своё конкретное содержание и свои определённые задачи по формированию знаний, умений и навыков. По каждой теме, входящей в программу, даётся сумма необходимых теоретических сведений и перечень практических работ. Основную часть времени каждой темы занимает практическая работа. Учебный материал дается по основным разделам хореографического искусства:

- Азбука музыкального движения
- Общеразвивающие упражнения
- Элементы классического танца
- Элементы народного танца
- Основы современного танца
- Элементы современных танцев
- Постановочная и репетиционная работа
- Музыкально-игровое творчество
- Импровизация

#### ***Предполагаемый конечный результат реализации программы***

1. Достаточный уровень сформированности ключевых образовательных компетенций учащихся в области современного танца. В ходе реализации дополнительной образовательной программы у учащихся формируются следующие компетенции:

#### **Специальные:**

- владение знаниями тематической профессиональной лексики;
- владение практическими навыками по современному танцу.

#### **Ключевые:**

- **учебно-познавательные:** мотивации и познавательный интерес к современному танцу и танцевальной деятельности; умение работать в заданном режиме, самостоятельно подбирать танцевальные движения, выразительно двигаться под музыку; владеть креативными навыками (добывать знания непосредственно из окружающей действительности, владеть приемами учебно-познавательных проблем, действий в нестандартных ситуациях);
- **личностного самосовершенствования** – готовность к постоянному самосовершенствованию, потребность в актуализации и реализации своего личностного потенциала, способность самостоятельно приобретать новые знания и умения, способность к саморазвитию;
- **коммуникативные** – уметь отвечать на вопросы, задавать вопросы для уточнения непонятого; участвовать в коллективном обсуждении; высказывать собственное оценочное суждение о танцевальных образах людей и сказочных персонажей; строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми для реализации постановочной деятельности; готовность и умение строить контакт в различных психологических ситуациях, возможность справляться с различными деловыми и жизненными ситуациями и работать в группе;
- **ценностно-смысловые** - уметь ставить цели, определять пути их достижения, принимать решения; самоопределение учащегося в ситуациях учебной и иной деятельности;
- **Общекультурные** – владение эффективными способами организации свободного времени;

**Информационные** – навыки самостоятельного поиска, анализа, и отбора информации, необходимой для составления танцевальных этюдов, комбинаций, композиций, сюжетно-ролевых игр.

Результатами освоения учащимися содержания общеразвивающей программы «Современный танец» являются:

**Личностные результаты:** готовность и способность к саморазвитию, личностное самоопределение, устойчивая мотивация и познавательный интерес к современному танцу и хореографической деятельности.

**Метапредметные результаты:** способность к построению индивидуальной образовательной траектории, сформированность творческого мышления, навыки продуктивного сотрудничества, самопрезентация, владение культурой коллективного общения со сверстниками и взрослыми, навыки контроля и самоконтроля, самокритичность в оценке своих способностей.

**Предметные результаты:** владение специальной терминологией, основами хореографической деятельности, танцевальными элементами, умение использовать их в разнообразных формах творческой и концертной деятельности.

#### **Механизм промежуточной и итоговой оценки результатов реализации программы**

Механизмом промежуточной и итоговой оценки результатов, получаемых в ходе реализации данной программы, является контроль знаний, умений и навыков, который проводится два раза в год.

**Начальный контроль** ЗУН – в начале освоения программы, с 15 по 25 сентября.

**Стартовый контроль** ЗУН – в начале каждого последующего года обучения, с 15 по 25 сентября.

**Промежуточная аттестация** - с 20 по 26 декабря и с 20 по 30 апреля.

**Итоговая аттестация** – в конце освоения программы, с 12 по 19 мая.

Контроль знаний, умений и навыков на каждом году обучения осуществляется по следующим критериям: усвоение теоретического материала, владение практическими умениями и навыками, владение специальной терминологией, креативность выполнения практических заданий, владение коммуникативной культурой. Текущий контроль проводится в процессе обучения на итоговых занятиях.

Знания, умения и навыки учащихся оцениваются по 4-бальной системе, от 2 -5 баллов.

**Критерии оценивания начального, стартового и промежуточного контроля:**

- музыкально-ритмическая координация,
- техника исполнения движений,
- танцевальные элементы,
- гибкость,
- творческая активность.

**Методы контроля:** наблюдение, опрос, творческое задание.

**Формы проведения контроля:**

На начальном и стартовом этапе:

- практическое занятие;

На промежуточном этапе:

- контрольное занятие;
- конкурс;
- концерт.

Программа итоговой аттестации содержит проверку теоретических знаний учащихся и практических знаний и умений.

*Критерии итогового контроля:*

- соответствие уровня теоретических знаний программным требованиям;
- техника исполнения движений,
- артистизм, манера исполнения.

*Формы итогового контроля:*

- зачет;
- практическое занятие;
- творческий отчет.

*Методы контроля:* наблюдение, опрос, творческое задание

Мониторинг личностного развития учащихся в процессе освоения ими образовательной программы осуществляется на основе диагностики личностного развития. В ходе реализации программы отслеживается уровень сформированности организационно-волевых качеств (терпение, воля, самоконтроль); ориентационных качеств (самооценка, интерес к занятиям); поведенческих качеств (конфликтность, тип сотрудничества).

**Необходимые условия реализации программы:**

*Материально-техническое:*

1. Танцевальный зал с деревянным некрашеным полом.
2. Специальные станки и зеркала, музыкальный центр.
3. Тренировочная форма.
4. Комната для переодевания.
5. Коврики.
6. Цифровой фотоаппарат.
7. Видеокамера.

*Методическое:*

1. Комплексы ОУ.
2. Разработки игр, конкурсов, бесед, танцевально-игровых программ, экскурсий.
3. Подборка CD, DVD дисков.
4. Правила техники безопасности.

**Воспитательная работа**

Содержание программы предусматривает использование самых разнообразных форм работы с детьми, позволяющих им максимально проявить свою активность и изобретательность, детскую фантазию, творческий и интеллектуальный потенциал, выполнять воспитательные задачи по формированию личности, развивать эмоциональное восприятие.

Наиболее распространённые формы воспитательной работы с детьми:

- экскурсии на различные праздники, конкурсы, фестивали;
- посещение танцевальных коллективов города;
- познавательные воспитательные мероприятия «В мире музыки и танца», «Знакомство с историей бального танца» и т.д.;
- беседы-занятия;
- конкурсы;
- викторины;
- игры

#### Учебно-тематический план первого года обучения 5 лет.

(1-я подготовительная группа)

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Знакомство, изучение поклона		1	1
2	Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в танцевальном классе	1		1
3	Постановка корпуса	1	2	3
4	Позиции рук и ног в классическом и народном танцах	1	2	3
5	Изучение прыжковых движений		3	3
6	Разминка, силовые упражнения		6	6
7	Упражнения на растяжку		5	5

8	Упражнения на гибкость		5	5
9	Упражнения на выворотность		5	5
10	Упражнения на развитие чувства ритма	1	3	4
11	Положения руг ног в парных танцах	1	3	4
12	Акробатические элементы	1	2	3
13	Ходы в русском танце	1	2	3
14	Движения русского танца	1	2	3
15	Изучение поворотов		4	4
16	Разучивание и отработка элементов танца.	1	9	10
17	Постановочная работа, работа над танцем, рисунок танца.	1	8	9
ИТОГО		10	62	72

**К концу первого года обучения учащиеся знают:**

- правила поведения в танцевальном зале;
- правила личной гигиены на занятиях по хореографии;
- элементы музыкальной грамоты;
- основные позиции и положения рук и ног;
- правила исполнения элементов классического, народного и современного танцев;
- характерные особенности народных движений;
- стили и направления современной хореографии.

**Умеют:**

- ориентироваться в танцевальном зале;
- следить за внешним видом;
- выполнять ритмические упражнения;
- выполнять элементы классического танца;
- выполнять движения народного танца;
- выполнять простейшие перестроения;
- выполнять комплекс упражнений для гибкости в партере;
- исполнять танцевальный репертуар;
- передавать содержание танцевального образа движениями;

- передавать в игре взаимосвязь нескольких персонаже

**Учебно-тематический план второго года обучения 6 лет.(2-подготовительная группа)**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Повторение уже изученных упражнений		3	3
2	Упражнения у станка	1	11	12

3	Вращения и упражнения на середине зала	1	6	7
4	Упражнения на развитие техники		5	5
5	Элементы русского танца		3	3
6	Разучивание движений и соединение их в комбинации танца	1	9	10
7	Упражнения на растяжку		5	5
8	Упражнения на выворотность		5	5
9	Разминка, силовые упражнения		5	5
10	Упражнения на гибкость		5	5
11	Постановочная работа	1	11	12
ИТОГО		5	67	72

**К концу второго года обучения учащиеся знают:**

- правила техники безопасности поведения на занятиях хореографии;
- строение музыкального произведения;
- музыкальную структуру движения;
- терминологию элементов классического танца;
- понятие о выворотности;
- танцевальную музыку;
- правила исполнения разучиваемых движений; линию танца;
- направление движения; углы поворотов;
- особенности народных движений;
- стиль и манеру исполнения танцев.

**Умеют:**

- акцентировать на сильную долю в шагах;
- различать сильную долю такта, вступительные и заключительные аккорды;
- выполнять элементы классического танца;
- выполнять элементы народных танцев;
  - точно исполнять разучиваемые движения;
  - соединять элементы и движения в комбинации и фигуры;
  - согласовывать движение своего тела с музыкой;
  - танцевать по линии танца, диагонально;
  - выразительно исполнять современные танцы;
  - ориентироваться на танцевальной площадке;
  - различать стили современных танцев;
- выполнять комплекс упражнений для гибкости в партере;
- создавать музыкально-игровые образы.

**Примерный репертуарный план.**

**1 год обучения**

1. Танец «Грибочки»
2. «Тик-так»

**2 год обучения**

1. Танец «Ангелы»
2. «Поварята»
3. «Перед сном»

			72 часа		
№ п/п	Месяц	Содержание и виды деятельности	Теория	Практика	Всего часов
1.	сентябрь	Разминка по кругу, шаг, прыжки, позиции ног и рук.			1
2.		Разминка по кругу, шаг, прыжки, позиции ног и рук.			1
3.		Разминка по кругу, шаг, прыжки, позиции ног и рук.			1
4.		Разминка по кругу, шаг, прыжки, позиции ног и рук.			1
5.		Разминка по кругу, шаг, прыжки, позиции ног и рук.			1
6.		Разминка по кругу, шаг, прыжки, позиции ног и рук.			1
7.		Разминка по кругу, шаг, прыжки, позиции ног и рук.			1
8.		Разминка по кругу, шаг, прыжки, позиции ног и рук.			1
9.	октябрь	Разминка. Разучивание движений к танцу «Грибочки»			1
10.		Разминка. Разучивание движений к танцу «Грибочки»			1
11.		Разминка. Разучивание движений к танцу «Грибочки»			1
12.		Разминка. Разучивание движений к танцу «Грибочки»			1
13.		Разминка. Разучивание движений к танцу «Грибочки»			1
14.		Разминка. Разучивание движений к танцу «Грибочки»			1
15.		Разминка. Разучивание движений к танцу «Грибочки»			1
16.		Разминка. Разучивание движений к танцу «Грибочки»			1
17.	ноябрь	Разминка. Разучивание прыжков и галопа разными плечами по кругу.			1
18.		Разминка. Разучивание прыжков и галопа разными плечами по кругу.			1
19.		Разминка. Разучивание прыжков и галопа разными плечами по кругу.			1
20.		Разминка. Разучивание прыжков и галопа разными плечами по кругу.			1
21.		Разминка. Разучивание прыжков и галопа разными плечами по кругу.			1
22.		Разминка. Разучивание прыжков и галопа разными плечами по кругу.			1
23.		Разминка. Разучивание прыжков и галопа разными плечами по кругу.			1
24.		Разминка. Разучивание прыжков и галопа разными плечами по кругу.			1
25.	декабрь	Разминка . Прыжки. Пируэты . Движения к танцу «Грибочки»			1
26.		Разминка . Прыжки. Пируэты . Движения к танцу «Грибочки»			1
27.		Разминка . Прыжки. Пируэты . Движения к танцу «Грибочки»			1
28.		Разминка . Прыжки. Пируэты . Движения к танцу «Грибочки»			1
29.		Разминка . Прыжки. Пируэты . Движения к танцу «Грибочки»			1
30.		Разминка . Прыжки. Пируэты . Движения к танцу «Грибочки»			1



31		Разминка . Прыжки. Пируэты . Движения к танцу «Грибочки»			1
32		Разминка . Прыжки. Пируэты . Движения к танцу «Грибочки»			1
33	январь	Разминка. Прыжки. Работа в парах в танце «Грибочки»			1
34		Разминка. Прыжки. Работа в парах в танце «Грибочки»			1
35		Разминка. Прыжки. Работа в парах в танце «Грибочки»			1
36		Разминка. Прыжки. Работа в парах в танце «Грибочки»			1
37		Разминка. Прыжки. Работа в парах в танце «Грибочки»			1
38		Разминка. Прыжки. Работа в парах в танце «Грибочки»			1
39		Разминка. Прыжки. Работа в парах в танце «Грибочки»			1
40		Разминка. Прыжки. Работа в парах в танце «Грибочки»			1
41		февраль	Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике. «Грибочки»		
42	Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике. «Грибочки»				1
43	Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике. «Грибочки»				1
44	Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике. «Грибочки»				1
45	Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике. «Грибочки»				1
46	Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике. «Грибочки»				1
47	Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике. «Грибочки»				1
48	Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике. «Грибочки»				1
49	март	Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике для укрепления спины.			1
50		Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике для укрепления спины.			1
51		Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике для укрепления спины.			1
52		Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике для укрепления спины.			1
53		Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике для укрепления спины.			1
54		Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике для укрепления спины.			1
55		Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике для укрепления спины.			1
56		Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике для укрепления спины.			1
57	апрель	Разминка. Прыжки. Упражнения на растяжку. «Грибочки».			1
58		Разминка. Прыжки. Упражнения на растяжку. «Грибочки».			1
59		Разминка. Прыжки. Упражнения на растяжку. «Грибочки».			1
60		Разминка. Прыжки. Упражнения на растяжку. «Грибочки».			1
61		Разминка. Прыжки. Упражнения на растяжку. «Грибочки».			1
62		Разминка. Прыжки. Упражнения на растяжку. «Грибочки».			1
63		Разминка. Прыжки. Упражнения на растяжку. «Грибочки».			1
64		Разминка. Прыжки. Упражнения на растяжку. «Грибочки».			1

65	май	Разминка. Прыжки. Растяжка на полу. Акробатика.			1
66		Разминка. Прыжки. Растяжка на полу. Акробатика.			1
67		Разминка. Прыжки. Растяжка на полу. Акробатика.			1
68		Разминка. Прыжки. Растяжка на полу. Акробатика.			1
69		Разминка. Прыжки. Растяжка на полу. Акробатика.			1
70		Разминка. Прыжки. Растяжка на полу. Акробатика.			1
71		Разминка. Прыжки. Растяжка на полу. Акробатика.			1
72		Контрольное занятие  итог			1

**Календарно-тематическое планирование, 2 год обучения  
Эстрадно-хореографического коллектива «Элегия». 1-я подготовительная группа**

№ п/п	Месяц	Содержание и виды деятельности	72 часа		
			Теория	Практика	Всего часов
1.	сентябрь	Разминка . Прыжки.			1
2.		Разминка . Прыжки.			1
3.		Разминка . Прыжки.			1
4		Разминка . Прыжки.			1
5		Разминка . Прыжки.			1
6		Разминка . Прыжки.			1
7		Разминка . Прыжки.			1
8		Разминка . Прыжки.			1
9	октябрь	Разминка. Разучивание движений к танцу «Ангелы»			1
10		Разминка. Разучивание движений к танцу «Ангелы»			1
11		Разминка. Разучивание движений к танцу «Ангелы»			1
12		Разминка. Разучивание движений к танцу «Ангелы»			1
13		Разминка. Разучивание движений к танцу «Ангелы»			1
14		Разминка. Разучивание движений к танцу «Ангелы»			1
15		Разминка. Разучивание движений к танцу «Ангелы»			1
16		Разминка. Разучивание движений к танцу «Ангелы»			1
17	н	Разминка. Рисунок танца «Ангель»			1

18	о	Разминка. Рисунок танца «Ангель»			1
19	я	Разминка. Рисунок танца «Ангель»			1
20	б	Разминка. Рисунок танца «Ангель»			1
21	р	Разминка. Рисунок танца «Ангель»			1
22	ь	Разминка. Рисунок танца «Ангель»			1
23		Разминка. Рисунок танца «Ангель»			1
24		Разминка. Рисунок танца «Ангель»			1
25	д	Разминка. Рисунок танца «Ангель»			1
26	е	Разминка. Рисунок танца «Ангель»			1
27	к	Разминка. Рисунок танца «Ангель»			1
28	а	Разминка. Рисунок танца «Ангель»			1
29	б	Разминка. Рисунок танца «Ангель»			1
30	р	Разминка. Рисунок танца «Ангель»			1
31	ь	Разминка. Рисунок танца «Ангель»			1
32		Разминка. Рисунок танца «Ангель»			1
33	январь	Разминка. Прыжки в танце «Ангель»			1
34		Разминка. Прыжки в танце «Ангель»			1
35		Разминка. Прыжки в танце «Ангель»			1
36		Разминка. Прыжки в танце «Ангель»			1
37		Разминка. Прыжки в танце «Ангель»			1
38		Разминка. Прыжки в танце «Ангель»			1
39		Разминка. Прыжки в танце «Ангель»			1
40		Разминка. Прыжки в танце «Ангель»			1
		Разминка. Прыжки в танце «Ангель»			
		Разминка. Прыжки в танце «Ангель»			
		Разминка. Прыжки в танце «Ангель»			
		Разминка. Прыжки в танце «Ангель»			
		Разминка. Прыжки в танце «Ангель»			
41	февраль	Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике. «Ангель»			1
42		Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике. «Ангель»			1
43		Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике. «Ангель»			1
44		Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике. «Ангель»			1
45		Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике. «Ангель»			1

46		Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике. «Ангелы»			1
47		Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике. «Ангелы»			1
48		Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике. «Ангелы»			1
49	март	Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике для укрепления спины.			1
50		Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике для укрепления спины.			1
51		Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике для укрепления спины.			1
52		Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике для укрепления спины.			1
53		Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике для укрепления спины.			1
54		Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике для укрепления спины.			1
55		Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике для укрепления спины.			1
56		Разминка. Прыжки. Упражнения на коврике для укрепления спины.			1
57		апрель	Разминка. Прыжки. Упражнения на растяжку. «Ангелы».		
58	Разминка. Прыжки. Упражнения на растяжку. «Ангелы».				1
59	Разминка. Прыжки. Упражнения на растяжку. «Ангелы».				1
60	Разминка. Прыжки. Упражнения на растяжку. «Ангелы».				1
61	Разминка. Прыжки. Упражнения на растяжку. «Ангелы».				1
62	Разминка. Прыжки. Упражнения на растяжку. «Ангелы».				1
63	Разминка. Прыжки. Упражнения на растяжку. «Ангелы».				1
64	Разминка. Прыжки. Упражнения на растяжку. «Ангелы».				1
65	май	Разминка. Прыжки. Растяжка на полу. Акробатика.			1
66		Разминка. Прыжки. Растяжка на полу. Акробатика.			1
67		Разминка. Прыжки. Растяжка на полу. Акробатика.			1
68		Разминка. Прыжки. Растяжка на полу. Акробатика.			1
69		Разминка. Прыжки. Растяжка на полу. Акробатика.			1
70		Разминка. Прыжки. Растяжка на полу. Акробатика.			1
71		Разминка. Прыжки. Растяжка на полу. Акробатика.			1
72		Контрольное занятие итоги			1
					72

#### **Список литературы:**

1. Есаулов И.Г. Устойчивость и координация в хореографии. – Иж.: Удмуртский университет, 2007. – С. 130
  2. Дидковская Т.Н. Сборник музыкально-ритмических упражнений. – Надым.: МОУ ДОД ЦДТ, 2006. – С. 86
  3. Колодницкий Г.А. Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры. – М.: Дрофа, 2008. – С.97
  4. Лерд У. Техника латиноамериканских танцев. – М.: Артис, 2004. – С. 180
  5. Полятков С.С. Основы современного танца. – М.: Феникс, 2003. – С. 325
  6. Фирилева Ж. Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2000. – С.216
  7. Шереметьевская Н.Е. Танец на эстраде. – М.: Один из лучших, 2008. – С.360
1. Конец формы

#### **Литература для родителей:**

1. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997.
2. Минский Е.М. От игр к занятиям. - М., 1992.
3. «Современное образование в России: актуальные проблемы и перспективы развития». -ООО «Бланком», 2010г.

#### **Интернет ресурсы:**

1. [www.kimbelyland.ru/fitness/aerobies/](http://www.kimbelyland.ru/fitness/aerobies/)
2. <http://forum.in-ku.com/>
3. Уход за костюмом [Электронный ресурс]: статья. Сайт: Интернет – издание о современных танцах, 2004-2007. Режим доступа к сайту: [www.idance.com](http://www.idance.com), свободный.