

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА»

Принята на заседании
педагогического совета
МБОУ ДО ЦРТДЮ
Протокол № 3 от «01» апреля 2024г.

Утверждаю
Директор
МБОУ ДО ЦРТДЮ
_____ М.Д. Ибрагимова
Приказ № 23 от «01» апреля 2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Капельки» (танцевальная хореография).**

Уровень программы: *базовый*

Срок реализации программы 2 года (432 часа):

Количество часов 1год - 216 часов, 2 год -216 часов.

Возрастная категория: *от 6 до 11 лет*

Состав группы: *12 человек*

Форма обучения: *очная, очно-дистанционная, дистанционная*

Вид программы: *модифицированная*

Программа реализуется: на бюджетной основе, бюджет в соответствии с социальным сертификатом

ID-номер Программы в Навигаторе: 2050

Авторы - составители:

Казакова Светлана Николаевна,

педагог дополнительного образования

Бурлака Елизавета Ивановна, методист

г. Краснодар 2024

Нормативно-правовая база

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями).

<https://normativ.kontur.ru/document?moduleId=1&documentId=462735>

2. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".

https://fcpsr.ru/sites/default/files/2023-08/prikaz_minprosvescheniya_rossii_ot_27.07.2022_n_629_ob_utverzhdanii_poryadka_organizacii_i_osuschestvleniya_obrazovatelnoy.pdf

3. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации

<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/403709682/>

4. Федеральный проект «Успех каждого ребёнка» от 07 декабря 2018 г.

<https://do.krd.ru/sites/default/files/inline-files/pasport-federalnogo-proekta-uspeh-kazhdogo-rebenka.pdf>

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

https://www.nekrasovspb.ru/doc/sp_2.4.3648-20.pdf?ysclid=ls111hpjun354474603

6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), письмо Минобрнауки от 18.12.2015 № 09-3242.

<https://пцдо.пф/public/users/31/PDF/300120172225.pdf>

7. Методические рекомендации по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ

https://www.rmc.viro33.ru/images/docs/builova_2015.pdf?ysclid=ls1ks09kc3869663353

8. Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий, письмо Минпросвещения России от 7 мая 2020 г. № ВБ-976/04.

<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/73931002/>

9. Устав МБОУ ДО ЦРТДЮ

<https://crtdu.centerstart.ru/sites/crtdu.centerstart.ru/files/Устав.pdf>

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик результаты образования: объем, содержание, планируемые результаты»

Пояснительная записка.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Капельки» имеет художественную направленность.

Новизна, актуальность и педагогическая целесообразность программы

Новизна программы «Капельки» является многогранным образовательным курсом танцевальной хореографии, опирающееся на новое содержание и методику, комплексный и многожанровый характер воспитания пластической культуры подрастающего поколения.. В содержании программы преподается многообразие творческого потенциала художественно-эстетической культуры и общества в целом В обществе возникла насущная потребность совершенствования такой системы дополнительного образования, которая бы формировала разностороннюю творческую личность ребенка, брала свое начало в периоде дошкольного и младшего школьного возраста и одновременно была бы ориентирована на духовное совершенствование каждого человека.

Актуальность

Танец является многогранным инструментом комплексного воздействия на личность ребенка, пластическими средствами и мимикой выражает разнообразную гамму чувств и настроений, обладает важной компенсаторной арт-терапевтической функцией, способствует коррекции нарушений общения и межличностного взаимодействия, формирует личностные качества: трудолюбие, упорство и целеустремленность, способствует активному познанию окружающей действительности, воспитывает коммуникативные способности детей. Занятия балетной гимнастикой направлены на

восполнение так недостающей современным детям физической активности. Комплексы упражнений, используемых на занятиях, способствуют укреплению всех групп мышц, формированию мышечного корсета для обеспечения хорошей осанки, развивают силу, ловкость, выносливость.

Педагогическая целесообразность программы «Капельки» связана с направлением образовательного процесса на постепенное развитие обучающегося. Предоставляется возможность заниматься хореографией любому ребенку – не важно, есть ли у него к этому способности или нет. Каждый ребенок может себя почувствовать танцором, артистом. Такие занятия могут развить интерес к хореографии, как виду искусства и, может быть, в дальнейшем для ребенка хореография станет главным увлечением жизни. Танец – незаменимое действенное средство, важнейшее звено в создании новой эффективной образовательно-воспитательной системы. Настоящая программа направлена на формирование у обучающихся танцевальных навыков. Основной акцент в хореографической работе с детьми делается на освоении родной русской танцевальной культуры – фундаментальных, преемственных, генетически проверенных на протяжении веков, оптимистических и жизнерадостных по своему образно-художественному строю. Все это совпадает с мироощущением ребенка, делает творческий процесс успешным, интересным, легкоусвояемым, понятным и близким по духу и восприятию. Ритмика, танец, игра имеют свои локальные задачи. Они – средства в достижении основной цели.

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Капельки» призвана предоставить учащимся возможность реализовать свой творческий потенциал, найти применение своим способностям, сориентироваться в выборе профессии, получить до профессиональную подготовку. Основная задача - создание условий

для свободного выбора каждым ребенком образовательной области, профиля дополнительной образовательной программы и времени ее освоения.

Ценность дополнительного образования детей состоит в том, что оно усиливает вариативную составляющую общего образования, способствует реализации знаний и умений, стимулирует познавательную мотивацию обучающихся. А главное - в условиях дополнительного образования дети могут развивать свои потенциальные способности и адаптироваться в современном обществе.

Программы художественной направленности в системе дополнительного образования ориентированы на развитие творческих способностей детей в различных областях искусства и культуры, передачу духовного и культурного опыта человечества, воспитанию творческой личности, получению учащимися основ будущего профессионального образования. Основной целью данного направления является: раскрытие творческих способностей обучающихся, нравственное и художественно-эстетическое развитие личности ребёнка.

Отличительная особенность данной программы

Содержание программы «Капельки» в отличие от существующих программ «От ритмики к танцу» для образовательных учреждений дополнительного образования детей, «Ритмика» (методические рекомендации для преподавателей ДМШ, ДШИ) «Балетная осанка – основа хореографического воспитания детей» (методическая разработка к программе по классическому танцу для школ искусств – 1-й год обучения) выстроено по кольцеобразной схеме, по годам обучения, взаимосвязанным между собой: в последующем году совершенствуются знания, умения и навыки предыдущего. Занятия базируются на многообразии применяемых физических упражнений, подвижных игр, которые благотворно влияют на здоровье детей,

исключаются травмоопасные упражнения и максимальные физические нагрузки. В процессе обучения используются видеозаписи, которые помогают детям с интересом освоить изучаемый на занятиях материал, вырабатывается система постоянного контроля состояния здоровья детей.

Специально адаптированная программа «Капельки» для детей этого возраста благотворно влияет на дыхательную, сердечно-сосудистую системы, вместе с тем, не допуская переутомления ребёнка. Упражнения на полу, или партерный экзерсис, позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу несколько целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц.

При разработке содержания программы по годам обучения использовались рекомендации медицинских исследований в спортивной и художественной гимнастике.

Адресат программы Возраст детей, участвующих в реализации дополнительной образовательной программы «Капельки» – 6-11 лет.

Условия приема не предполагают конкурсных испытаний (отбора).

Характерные особенности детей, которые будут учитываться при наборе для обучения: на занятия принимаются учащиеся с любым видом и типом психофизиологических особенностей, без предварительной подготовки. На занятия принимаются учащиеся с разной социальной принадлежностью, полом и национальностью, с различным уровнем интеллектуального развития, в том числе дети с ОВЗ, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий данным видом деятельности, дети, проявившие выдающиеся способности, а также находящиеся в трудной жизненной ситуации.

Наполняемость группы: до 12 человек.

Условия приема детей: запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу «Капельки» осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор

дополнительного образования детей Краснодарского края»
<https://p23.навигатор.дети/>.

Обучающиеся в течение учебного года могут быть зачислены на последующие года обучения вне зависимости от предыдущего года обучения, но успешно прошедшие входное тестирование.

Уровни программы, объем и сроки реализации

Уровень освоения программы «Капельки» углубленный, что предполагает освоение обучающимися специализированных знаний, обеспечение трансляции общей и целостной картины тематического содержания программы.

Программа «Капельки» относится к разноуровневой, так как ознакомительным уровнем данной программы является дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности ознакомительного уровня «От ритмики к танцу», которую учащиеся освоили на предыдущем этапе.

Образовательный процесс строится в соответствии с возрастными, психологическими возможностями и особенностями детей, что предполагает возможную необходимую коррекцию времени и режима занятий.

Формы обучения

Формы обучения: очная, очно-заочная, очно-дистанционная, дистанционная («допускается сочетание различных форм получения образования и форм обучения» ФЗ № 273, г.2, ст.17, п.4).
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Капельки» реализуется на основе очной формы обучения с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в образовательном процессе. При наличии необходимых условий программа может быть реализована также в сетевой и комбинированной формах.

Объем программы

Объём учебных часов: 1 год обучения – 216 часов, 2 год обучения – 216 часов.

Срок реализации (освоения) программы рассчитан на 2 года обучения. Программа реализуется в течение календарного года с 1 сентября по 31 мая, включая каникулярное время.

Режим занятий

Для реализации программы «Капельки» запланированное количество часов 432 часа.

Количество часов в неделю первого года обучения – 6 часов (3 раза в неделю по 2 учебных часа или 2 раза в неделю по 3 учебных часа).

Второго года обучения – 6 часов (3 раза в неделю по 2 учебных часа или 2 раза в неделю по 3 учебных часа).

Продолжительность занятий для детей 6-11 лет не более 45 минут.

Между занятиями предусмотрен перерыв 10 минут.

Особенности организации образовательного процесса

Занятия проводятся в группах учащихся одного возраста или разных возрастных категорий (разновозрастные группы), являющихся основным составом объединения; состав группы постоянный. Виды занятий по программе определяются содержанием программы, предусматривают практические занятия, сюжетно-ролевые игры, открытые занятия, класс-концерт, творческие отчеты.

При организации образовательного процесса педагог учитывает специфику конкретной учебной группы (успеваемость, творческую активность, предпочтения детей).

В процессе реализации программы педагог имеет право изменять календарный учебный график в соответствии с индивидуальным учебным планом, составленным для каждой конкретной группы, для каждого конкретного ребенка (Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 года № 629).

Цель дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

содействие развитию социально активной, творческой, успешной личности при помощи музыки и ритмических движений, координации движений с ритмом музыкального сопровождения. Отсюда совершается плавный переход к следующей дисциплине - *танцу*.

Цель первого года обучения: на ознакомительном этапе идет обучение основам по общей и специальной физической подготовке и специальным физическим качествам.

Цель второго года обучения: раскрытие индивидуальных возможностей и творческих способностей детей посредством хореографии через танцевально-игровую деятельность.

Задачи программы.

Образовательные - формирование и развитие у детей умений и навыков упражнений ритмики и элементов танца; формирование и развитие базовых знаний, качества, навыков исполнительства с учетом возрастных особенностей; развитие навыков безопасного поведения на занятиях.

Личностные (развивающие) - формирование творческой личности, гражданской позиции; формирование культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни; формирование стойкого интереса у школьников к хореографическому искусству

Метапредметные - развитие мотивации к занятиям хореографией; развитие потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности; расширение кругозора, образно-художественного восприятия мира; воспитание общей культуры, коллективизма и гуманизма.

Задачи 1-го года обучения

Образовательные - ознакомление учащихся с элементарными знаниями анатомии человека и системой дыхания; укрепление суставно-связочного аппарата; формирование правильной осанки;

развитие природных физических данных; развитие опорно-двигательного аппарата.

Личностные - развитие сознательного управления своим телом через игру и образ; поэтапное овладение детьми комплексом балетной гимнастики; развитие метроритма, слуха и навыков элементарного исполнительства; развитие умения слушать и слышать ритмический узор музыки; овладение навыками ориентации в пространстве танцевального зала.

Метапредметные - развитие умения самостоятельно определять цели своего обучения; развитие естественнонаучного мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике.

Задачи 2-го года обучения

Образовательные - дальнейшее развитие двигательных функций ног в выворотном положении: вытянутости стопы и колена, уровня высоты поднимаемой ноги (танцевального шага); расширение комплекса упражнений на развитие гибкости корпуса; приучение детей к правильному положению корпуса.

Личностные - развитие силы мышц, укрепление суставов и повышение их подвижности; развитие выносливости и постановки дыхания; выработка навыков высокой культуры движений; выработка умения определять основной метроритмический рисунок мелодий и песен и воспроизводить его в танцевальной форме (хлопками, притопами, элементарными движениями танца); развитие умения наглядно-образно и действенно-образно мыслить в танце, фантазировать в танцевальных играх, импровизациях; развитие внимания, памяти, ощущения восприятия.

Метапредметные - развитие умения ставить и формулировать новые задачи в учёбе и познавательной деятельности; развитие умения определять понятия, создавать обобщения.

Содержание программы «Капельки» отражено на двух годах обучения в учебном плане и его содержании.

Учебный план программы содержит

Учебный план 1-го года обучения (6 часов в неделю, 216 часов в год)

№	Наименование разделов	Количество часов			Форма аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2		Входная диагностика
2	Ритмика	16	2	14	Текущий контроль, промежуточная диагностика
3	Танец	52	10	42	
4	Балетная гимнастика	144	16	128	
5	Итоговое занятие	2		2	Текущий контроль, промежуточная диагностика
	Итого	216	30	186	

Учебный план 2-го года обучения (6 часов в неделю, 216 часов в год)

№	Наименование разделов	Количество часов			Форма аттестации
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие	2	2		Входная диагностика
2	Ритмика	16	2	14	Текущий контроль, промежуточная диагностика
3	Танец	52	10	42	
4	Балетная гимнастика	144	16	128	
5	Итоговое занятие	2	-	2	Текущий контроль, промежуточная диагностика
	Итого	216	30	186	

Содержание учебного плана программы «Капельки»

(1-й год обучения)

Вводное занятие (2 часа) Знакомство с детским коллективом. Правила поведения на уроке. Инструктажи по ТБ и ОТ. Правила поведения на уроке, в хореографическом зале.

Ритмика (16 часов)

- многообразие метроритма;
- метроритмический рисунок музыки – основной ключ в пластическом решении движений;
- ритмоформула музыки в образно-танцевальных движениях;
- «музыкальная лесенка: «ступеньки» - сильные и слабые доли, синкопы – движения»;
- ритмика в танцевальных фрагментах как «вход в народную хореографию»;

Танец (52 часа)

- музыкальная викторина;
- слушаем и слышим музыку;
- жанры музыкальных произведений: марш, танец, песня;
- наглядно-образное и действенно-образное мышление в танце;
- танец и музыка – воспитание музыкального мышления, воображения, вкуса;
- освоение танцевальных образов: «Шторм», «Сыщики», «Гномы», «Клоуны», «Тучка», «Лягушки», «Бусинки», «Фруктовый сад», «Хорео» и «Графия» - два веселых человечка.
- ориентация в пространстве: пространство репетиционного зала; освоение простых хореографических рисунков и фигур; первые, вторые и третьи линии репетиционного зала; шахматный порядок построения; движение по заданному рисунку на одну музыкальную фразу; сохранение интервала в движении.
- танцевальный репертуар: «Клоуны», «Дождя не боимся».

Балетная гимнастика (144 часа)

1. Комбинирование различных видов шагов, изученных на первом году обучения.
2. Комбинирование различных видов бега, изученных на первом году обучения.
3. Мелкий бег на полу-пальцах.
4. Выбрасывание вытянутых ног вперед и назад на 45° – на месте и с продвижением вперед и назад.
5. Прыжки по шестой позиции на месте и с продвижением вперед-назад и вправо-влево.
6. Прыжки с хлопками.
7. Короткие комбинации на подскоки по линиям и по кругу.

8. Спокойная передача, броски и ловля мяча.

9. Упражнения для рук:

- резкий подъем рук вперед-вверх, в сторону-вверх с одновременным подъемом на полу-пальцы.

- медленное кругообразное движение рук: вперед, вверх, в сторону, вниз, затем в обратном направлении с подъемом на полу-пальцы и опусканием в исходное положение.

10. Упражнения на развитие шага:

- медленный поочередный, затем одновременный подъем ног в выворотном положении на 45^0 , затем на 90^0 с опусканием в исходное положение;

резкие броски ног в выворотном положении вперед на 45^0 , затем на 90^0 ; поочередное сокращение стоп в выворотном положении ноги, поднятой на 45^0 , затем на 90^0 ;

- отведение ноги в выворотном положении в сторону на 45^0 , затем на 90^0 ;

- медленный подъем ноги на 90^0 и отведение ноги в сторону, возвращение ноги по полу до исходного положения;

- подтягивание к груди согнутой в колене ноги, затем разворот ноги в сторону, возвращение ноги по полу до исходного положения;

- наклоны корпуса в сторону;

- прямой шпагат с правой и левой ноги, поперечный шпагат.

11. Упражнения на развитие выворотности стоп:

- поочередное, затем одновременное сокращение стоп в выворотном положении;

- поочередные, затем одновременные круговые движения стоп в выворотном положении;

12. Упражнения на развитие гибкости спины:

- медленный поочередный, затем одновременный подъем ног назад в выворотном положении;

- резкие броски ног назад в выворотном положении;

- подъем корпуса с помощником, удерживающим ноги в выворотном положении с отведением рук в стороны, затем переводом их на затылок;

- «кольцо»;

- «качалка» с положением рук на затылке.

- «мостик» с помощником.

Содержание учебного плана

(2-й год обучения)

Вводное занятие (2 часа)

Инструктажи по ТБ и ОТ. Правила поведения на уроке, в хореографическом зале.

Ритмика (44 часа)

1. Характер, темп, динамические оттенки. Выработка умения слушать музыку, определять:

- характер (веселый, грустный, торжественный, энергичный);
- темп (очень медленно, медленно, умеренно, быстро, очень быстро);
- динамическую насыщенность (громко, сильно, тихо, слабо, постепенное возрастание силы звучания, постепенное ослабление силы звучания).

Выработка навыков и умений выполнять движения в различных темпах, передавать характер и динамические оттенки, построенные на основе музыкальных отрывков с ярко выраженной динамической структурой.

Выработка умения уловить, запомнить и передать в движении эти особенности.

1. Формы музыкальных произведений: одночастная и двухчастная. Музыкальное вступление.

2. Метр, длительность, ритмический рисунок, акценты:

- умение определять размер музыкального произведения (2/4, 3/4, 4/4);
- изучение дирижерского жеста как средства определить музыкальный размер отрывка, сильную и слабую долю, обозначить характер и динамические оттенки музыки. Переход к сознательной реализации простейших ритмических рисунков.

3. Маршевая и танцевальная музыка. Особенности танцевальных жанров: вальса, польки, галопа. Слушание и анализ музыки.

Задания на сочинение и исполнение ритмических рисунков.

4. Строение музыкальной речи:

- знакомство со строением музыкального произведения: часть, фраза, предложение;
- умение связать начало и конец действия с началом и концом музыкального примера;
- смена движений в зависимости от смены музыкальных частей.

5. Исполнение канонов как элементов музыкального развития полифонического вида.

Азбука классического и народно-сценического танца (64 часа)

1. Шаги:

- бытовой в различных музыкальных размерах и комбинациях на различную музыкальную деятельность;
 - танцевальный с носка на 4/4, 2/4, 1/4, 1/8 и в различных сочетаниях;
 - на полу пальцах с сильно вытянутыми коленями;
 - с высоким подъемом коленей вперед.

2. Бег: -лёгкий бег на 1/4 в различном ритме и темпе в рамках одного задания;

- с высоким подъемом коленей вперед.

3. Упражнения для головы:

- повороты головы;
- наклоны головы;
- переводы головы.

4. Положения рук:

- на поясе;
- впереди, вверху, в стороне;
- промежуточные: впереди – в стороне, вверху – в стороне;
- на юбке (у девочек).

5. Элементы классического танца:

- позиции ног – I, II, III, IV;
- demi-plie по I свободной позиции;
- battements tendus вперед из VI позиции вперед, в сторону из I свободной позиции;
- battements tendus с demi-plie вперед по VI позиции; вперед, в сторону по I свободной позиции; - releve по VI позиции.

6. Элементы народного танца:

- танцевальный шаг на 1/4;
- переменный шаг в характере русского танца;
- подскоки;
- па галопа;
- прыжки на двух ногах по VI позиции;
- перескоки с одной ноги на другую с открыванием ноги вперед с вытянутым носком.

7. Упражнения на ориентировку в пространстве:

- повороты вправо и влево;
- движение по линии танца и против линии танца;
- движение по диагонали.

8. Построения и перестроения:

- из колонны по два в колонну по четыре и обратно;
- из колонны в шеренгу;
- круг, сужение и расширение круга;
- «воротца».

Танцевальные этюды и танцы (32 часа)

Танцевальные этюды, построенные на простом танцевальном и переменном шаге в разном характере и ритме, типа «Русского хоровода», чешского танца «Аннушка», латышского танца «Приглашение», «Хлоп-хлоп-хлоп».

Танцы, построенные на подскоках, галопе типа «Лошадки», «Чебурашки», «Ладушки», «Хороводный танец». Небольшие сюжетные танцы, отражающие школьную жизнь, сказочные сюжеты, животных, птиц, явления природы.

Балетная гимнастика (72 часа)

1. Общая физическая подготовка:

- упражнения на мышцы брюшного пресса;

- упражнения на мышцы спины;
- упражнения на боковые мышцы;
- упражнения на развитие скорости;
- упражнения для мышц рук и кистей;
- упражнения для мышц ног и стоп.

2. Специальная физическая подготовка:

Пассивная гибкость:

- складка вперед;
- сгибание корпуса вперед в I позиции;
- упражнения на гибкость корпуса вперед, назад;
- упражнения на развитие абсолютной вытянутости в коленях;
- упражнения на развитие выворотности стопы (круговые движения стопен de hors, en dedans);
 - упражнения на развитие выворотности бедра (лягушка и др.);
 - упражнения на растяжение связок голеностопа, ахиллового сухожилия;
 - мост из стойки;
 - выкрут назад и вперед, кисти узко, руки прямые;
 - шпагаты на полу, полное касание бедрами пола;
- «лодочка», «птичка», «скорпиончик», «кошечка», «змейка», «корзиночка».

Активная гибкость:

- удержание ноги вперед;
- удержание ноги в сторону;
- удержание ноги назад;
- поднимание ноги вперед,
- перевод ноги в сторону, назад.

3. Хореография:

- деми плие и гранд плие по 1,2, и 3 позициям (лицом к опоре);
- батман тандю по 1 позиции во всех направлениях;
- положение «passé» с различных приемов, лежа на полу;
- battements developpes лежа на полу;
- гранд батман жете в разных направлениях лежа на полу;
- пор де бра с различными волнами, взмахами, наклонами;
- маленькие хореографические прыжки по 1 и по 2 позициям.

4. Техника - тактическое мастерство.

Базовая техническая подготовка:

- упражнения на овладение навыком правильной постановки осанки и походки;
 - упражнение для правильной постановки ног и рук;
 - маховые упражнения;
 - круговые упражнения;
 - пружинящие упражнения;
 - упражнения в равновесии.

Специальная техническая подготовка.

Виды шагов:

- танцевальный с носка; на полупальцах; на пятках; мягкий; высокий; острый; пружинящий; приставной; скрестный; скользящий; перекатный; широкий; «гуськом»; подскоки; па галопа; па польки; вальса.

Виды бега:

- на полупальцах;
- с отбрасыванием согнутых в коленях ног назад;
- высокий;
- пружинящий. Наклоны и волны:
- стоя вперед, в сторону, назад на 2-х и одной ноге;
- на коленях, руками – вертикальные и горизонтальные;
- одновременные и последовательные. Прыжки:
- прыжки на двух ногах, согнутых в коленях;
- прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед;
- прыжки с хлопками;
- «разножка» в шпагат поперечный, прямой с шага;
- «итальянский» прыжок в I позиции.

Подведение итогов

Итоговое занятие «Праздник талантов». Итоговая аттестация (конкурсы и выступления).

Планируемые результаты

Образовательные (предметные) результаты.

Учащиеся будут знать:

К концу 1-го года обучения

Обучающиеся будут знать:

- элементарные знания анатомии человека и систему дыхания.

Обучающиеся будут уметь:

- укреплять суставно-связочный аппарат;
- формировать правильную осанку;
- развивать природные физические данные;
- корректировать опорно-двигательный аппарат.

К концу 2-го года обучения

Обучающиеся будут знать:

- правильное положение корпуса;

Обучающиеся будут уметь:

- развивать двигательные функции ног в выворотном положении: вытянутости стопы и колена, уровня высоты поднимаемой ноги(танцевального шага);
- исполнять комплекс упражнений на развитие гибкости корпуса.

Личностные результаты. Учащиеся будут уметь:

К концу 1-го года обучения

У обучающихся будут развиты:

- сознательное управление своим телом через игру и образ;
- метроритм, слух и навыки элементарного исполнительства;
- умение слушать и слышать ритмический узор музыки;
- навыки ориентации в пространстве танцевального зала.

К концу 2-го года обучения

У обучающихся будут развиты:

- сила мышц, укрепление суставов и повышение их подвижности;
- выносливость и постановка дыхания;
- навыки высокой культуры движений;
- умение определять основной метроритмический рисунок мелодий и песен и воспроизводить его в танцевальной форме (хлопками, притопами, элементарными движениями танца);
- наглядно-образно и действенно-образно мыслить в танце, фантазировать в танцевальных играх, импровизациях;
- внимание, память, ощущение восприятия.

Метапредметные результаты. У учащихся будут развиты:

К концу 1-го года обучения

У обучающихся будут воспитаны:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения;
- естественнонаучное мышление, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике.

К концу 2-го года обучения

У обучающихся будут воспитаны:

- умение ставить и формулировать новые задачи в учёбе и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения.

Календарный учебный график 1-й год

п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Примечание
1		Урок памяти и славы. Инструктажи по ТБ и ОТ. Правила поведения на уроке, в хореографическом зале.	2	беседа	опрос, беседа	
		Ориентация в пространстве. Пространство репетиционного зала.	1	практическое занятие	анализ	
2		Первые, вторые и третьи линии репетиционного зала.	2	практическое занятие	анализ	
		Одновременное сокращение стоп в выворотном положении.	1	практическое занятие	анализ	
3		Многообразие метроритма.	2	практическое занятие	анализ	
		Мелкий бег на полупальцах.	1	практическое занятие	анализ	
4		Упражнения на развитие выворотности в стопах.	2	практическое занятие	анализ	
		Поочередное сокращение стоп в выворотном положении.	1	практическое занятие	анализ	
5		Упражнения на развитие выворотности в стопах.	2	практическое занятие	анализ	
		Освоение танцевальных образов.	1	практическое занятие	анализ	
6		Комбинирование различных видов шагов.	2	практическое занятие	анализ	
		Многообразие метроритма.	1	практическое занятие	анализ	
7		Медленный поочередный подъем ног назад в выворотном положении.	2	практическое занятие	анализ	
		Слушаем и слышим музыку.	1	практическое занятие	анализ	
8		Медленный поочередный подъем ног в выворотном положении на 90°.	2	практическое занятие	анализ	
		Комбинирование различных видов шагов.	1	практическое занятие	анализ	
9		Освоение танцевальных образов.	2	практическое занятие	анализ	
		Выбрасывание вытянутых ног вперед и назад на 45°.	1	практическое занятие	анализ	
10		Инструктажи по ТБ и ОТ. Комбинирование различных видов бега.	2	Беседа, практическое занятие	анализ	
		Медленный одновременный подъем ног назад в выворотном положении.	1	практическое занятие	анализ	
11		Медленный одновременный подъем ног назад в выворотном положении.	2	практическое занятие	анализ	

		Музыкальная викторина.	1	практическое занятие	анализ	
12		Выбрасывание вытянутых ног вперед и назад на 45° с продвижением вперед.	2	практическое занятие	анализ	
		Метроритмический рисунок музыки.	1	практическое занятие	анализ	
13		Резкие броски ног в выворотном положении вперед на 45°.	2	практическое занятие	анализ	
		Подъем корпуса с отведением рук в стороны.	1	практическое занятие	анализ	
14		Прыжки по VI позиции на месте и с продвижением вперед-назад.	2	практическое занятие	анализ	
		Подъем корпуса с отведением рук в стороны.	1	практическое занятие	анализ	
15		Прыжки по VI позиции на месте и с продвижением вправо-влево.	2	практическое занятие	анализ	
		Подъем корпуса с отведением рук в стороны.	1	практическое занятие	анализ	
16		Прыжки с хлопками.	2	практическое занятие	анализ	
		Освоение танцевальных образов.	1	практическое занятие	анализ	
17		Резкие броски ног в выворотном положении вперед на 90°.	2	практическое занятие	анализ	
		Освоение простых хореографических рисунков и фигур.	1	практическое занятие	анализ	
18		Резкие броски ног в выворотном положении вперед на 90°.	2	практическое занятие	анализ	
		Танцевальный репертуар.	1	практическое занятие	анализ	
19		Инструктажи по ТБ и ОТ. Короткие комбинации на подскоки по линиям.	2	беседа, практическое занятие	анализ	
		Выбрасывание вытянутых ног вперед и назад на 45° с продвижением назад.	1	практическое занятие	анализ	
20		Выбрасывание вытянутых ног вперед и назад на 45° с продвижением назад.	2	практическое занятие	анализ	
		Танцевальный репертуар.	1	практическое занятие	анализ	
21		Короткие комбинации на подскоки по кругу.	2	практическое занятие	анализ	
		Одновременные круговые движения стоп в выворотном положении.	1	практическое занятие	анализ	
22		Рисуем собой танцевальные узоры.	2	практическое занятие	анализ	
		Музыка и танец.	1	практическое занятие	анализ	
23		Жанры музыкальных произведений: марш, танец, песня	2	практическое занятие	анализ	
		Метроритмический рисунок музыки.	1	практическое занятие	анализ	
24		Медленный поочередный подъем ног в выворотном положении	2	практическое занятие	анализ	

		на 45°.				
		«Мостик» с помощником.	1	практическое занятие	анализ	
25		Медленный поочередный подъем ног назад в выворотном положении.	2	практическое занятие	анализ	
		«Мостик» с помощником.	1	практическое занятие	анализ	
26		Инструктажи по ТБ и ОТ. Сидя на полу: наклоны корпуса в сторону.	2	беседа, практическое занятие	анализ	
		Наглядно-образное мышление в танце.	1	практическое занятие	анализ	
27		Упражнения на развитие выворотности в стопах.	2	практическое занятие	анализ	
		Наглядно-образное мышление в танце.	1	практическое занятие	анализ	
28		Одновременные круговые движения стоп в выворотном положении.	2	практическое занятие	анализ	
		Подъем корпуса с переводом рук из положения в сторону на затылок.	1	практическое занятие	анализ	
29		Действенно-образное мышление в танце.	2	практическое занятие	анализ	
		Освоение танцевальных образов.	1	практическое занятие	анализ	
30		«Мостик» с помощником.	2	практическое занятие	анализ	
		Короткие комбинации на подскоки по кругу.	1	практическое занятие	анализ	
31		Легкий бег с пальцев вытянутой стопы.	2	практическое занятие	анализ	
		Упражнения на развитие гибкости поясничного отдела.	1	практическое занятие	анализ	
32		Рисуем собой танцевальный узор.	2	практическое занятие	анализ	
		Подъем корпуса с переводом рук из положения в сторону на затылок.	1	практическое занятие	анализ	
33		Упражнения на развитие выворотности в стопах.	2	практическое занятие	анализ	
		Рисуем собой танцевальные узоры.	1	практическое занятие	анализ	
34		Прямой шпагат с правой ноги.	2	практическое занятие	анализ	
		Жанры музыкальных произведений: марш, танец, песня	1	практическое занятие	анализ	
35		Бег с отбрасыванием назад ног, согнутых в коленях, на месте, с продвижением.	2	практическое занятие	анализ	
		Музыкальная лесенка: «ступеньки» - сильные и слабые доли.	1	практическое занятие	анализ	
36		Инструктажи по ТБ и ОТ. Короткие комбинации на подскоки по кругу.	2	беседа, практическое занятие	анализ	

		Одновременные круговые движения стоп в выворотном положении.	1	практическое занятие	анализ	
37		Подъем корпуса с переводом рук из положения в сторону на затылок.	2	практическое занятие	анализ	
		Наглядно-образное и действенно-образное мышление в танце.	1	практическое занятие	анализ	
38		Освоение танцевальных образов.	2	практическое занятие	анализ	
		Медленный одновременный подъем ног в выворотном положении на 45°.	1	практическое занятие	анализ	
39		Наклоны корпуса в сторону.	2	практическое занятие	анализ	
		Жанры музыкальных произведений: марш, танец, песня	1	практическое занятие	анализ	
40		Ритмоформула музыки в образно-танцевальных движениях.	2	практическое занятие	анализ	
		Поочередное сокращение стоп в выворотном положении ноги, поднятой на 45°.	1	практическое занятие	анализ	
41		Развитие гибкости поясничного отдела.	2	практическое занятие	анализ	
		Движение по заданному рисунку на одну музыкальную фразу.	1	практическое занятие	анализ	
42		Инструктажи по ТБ и ОТ. Резкие броски ног назад в выворотном положении.	2	беседа, практическое занятие	анализ	
		Медленный одновременный подъем ног в выворотном положении на 90°.	1	практическое занятие	анализ	
43		Прямой шпагат с правой ноги.	2	практическое занятие	анализ	
		Танцевальный репертуар.	1	практическое занятие	анализ	
44		Прыжки: перескоки с ноги на ногу с продвижением с положением на щиколотке.	2	практическое занятие	анализ	
		Танцевальный репертуар.	1	практическое занятие	анализ	
45		Резкие броски ног в выворотном положении вперед на 90°.	2	практическое занятие	анализ	
		Упражнения для рук.	1	практическое занятие	анализ	
46		Упражнения на развитие выворотности в стопах.	2	практическое занятие	анализ	
		Освоение танцевальных образов.	1	практическое занятие	анализ	
47		Упражнения на развитие выворотности в стопах.	2	практическое занятие	анализ	
		Подскоки по шестой позиции с вытягиванием стоп.	1	практическое занятие	анализ	
48		Развитие гибкости поясничного отдела.	2	практическое занятие	анализ	
		Освоение танцевальных образов.	1	практическое занятие	анализ	

49	Освоение танцевальных образов.	2	практическое занятие	анализ	
	Ритмика в танцевальных фрагментах.	1	практическое занятие	анализ	
50	Инструктажи по ТБ и ОТ. Упражнения для рук.	2	беседа, практическое занятие	анализ	
	Упражнения на развитие выворотности в стопах.	1	практическое занятие	анализ	
51	Прямой шпагат с левой ноги.	2	практическое занятие	анализ	
	Упражнения на развитие выворотности в стопах.	1	практическое занятие	анализ	
52	Прыжки: перескоки с ноги на ногу с продвижением с положением на щиколотке, затем у колена.	2	практическое занятие	анализ	
	Спокойная передача, броски и ловля мяча.	1	практическое занятие	анализ	
53	Развитие гибкости поясничного отдела.	2	практическое занятие	анализ	
	Рисуем собой танцевальный узор.	1	практическое занятие	анализ	
54	Музыкальная лесенка: «ступеньки» - сильные и слабые доли.	2	практическое занятие	анализ	
	Танцевальный репертуар.	1	практическое занятие	анализ	
55	Освоение танцевальных образов.	2	практическое занятие	анализ	
	Резкий подъем рук вперед-вверх, в сторону-вверх с одновременным подъемом на полупальцы.	1	практическое занятие	анализ	
56	Прямой шпагат с левой ноги.	2	практическое занятие	анализ	
	Спокойная передача, броски и ловля мяча.	1	практическое занятие	анализ	
57	Медленное кругообразное движение рук с подъемом на полупальцы.	2	практическое занятие	анализ	
	Отведение ноги в выворотном положении в сторону на 45°.	1	практическое занятие	анализ	
58	Отведение ноги в выворотном положении в сторону на 45°.	2	практическое занятие	анализ	
	Освоение танцевальных образов.	1	практическое занятие	анализ	
59	«Качалка» с положением рук на затылке.	2	практическое занятие	анализ	
	Шахматный порядок построения.	1	практическое занятие	анализ	
60	Инструктажи по ТБ и ОТ. Музыкальная лесенка.	2	беседа, практическое занятие	анализ	
	Воспитание музыкального мышления, воображения, вкуса.	1	практическое занятие	анализ	
61	Музыкальная лесенка: синкопы – движения.	2	практическое занятие	анализ	
	Медленное кругообразное движение рук с подъемом на	1	практическое занятие	анализ	

		полупальцы.				
62		Отведение ноги в выворотном положении в сторону на 90 ⁰ .	2	практическое занятие	анализ	
		Воспитание музыкального мышления, воображения, вкуса.	1	практическое занятие	анализ	
63		Отведение ноги в выворотном положении в сторону на 90 ⁰ .	2	практическое занятие	анализ	
		Освоение танцевальных образов.	1	практическое занятие	анализ	
64		Отведение ноги в выворотном положении в сторону на 90 ⁰ .	2	практическое занятие	анализ	
		Освоение танцевальных образов.	1	практическое занятие	анализ	
65		Шпагаты с правой, левой ноги, поперечный.	2	практическое занятие	анализ	
		Музыкальная лесенка: синкопы – движения.	1	практическое занятие	анализ	
66		«Кольцо».	2	практическое занятие	анализ	
		Освоение танцевальных образов.	1	практическое занятие	анализ	
67		«Мостик».	2	практическое занятие	анализ	
		Сохранение интервала в движении.	1	практическое занятие	анализ	
68		Инструктажи по ТБ и ОТ. «Кольцо».	2	беседа, практическое занятие	анализ	
		Сохранение интервала в движении.	1	практическое занятие	анализ	
69		Освоение танцевальных образов.	2	практическое занятие	анализ	
		Движение по заданному рисунку на одну музыкальную фразу.	1	практическое занятие	анализ	
70		«Качалка» с положением рук на затылке.	2	практическое занятие	анализ	
		Освоение танцевальных образов.	1	практическое занятие	анализ	
71		«Мостик».	2	практическое занятие	анализ	
		Танцевальный репертуар.	1	практическое занятие	анализ	
72		Танцевальный репертуар.	2	практическое занятие	анализ	
		Итоговое занятие.	1	Открытое занятие	концерт	
		Итого:	216ч			

Календарный учебный график 2- й год

п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Примечание
1		Урок памяти и славы. Инструктажи по ТБ и ОТ. Правила поведения на уроке, в хореографическом зале.	2	беседа	опрос, беседа	
		Шаги на п/п с вытянутыми коленями.	1	практическое занятие	анализ	
2		Упражнения на укрепление мышц спины.	1	практическое занятие	анализ	
		Слушание и анализ музыки.	2	практическое занятие	анализ	
3		Выработка умения слушать музыку.	1	практическое занятие	анализ	
		Шаги на п/п с вытянутыми коленями.	2	практическое занятие	анализ	
4		Положение рук на талии.	1	практическое занятие	анализ	
		Характер, темп, оттенки.	2	практическое занятие	анализ	
5		Позиции ног (VI, I невыворотная).	1	практическое занятие	анализ	
		Шаги (бытовой, шаркающий, танцевальный).	2	практическое занятие	анализ	
6		Определение темпа музыкального произведения.	1	практическое занятие	анализ	
		Развивающие упражнения на гибкость корпуса вперед.	2	практическое занятие	анализ	
7		Упражнения для головы (повороты, наклоны, переводы).	1	практическое занятие	анализ	
		Виды бега.	2	практическое занятие	анализ	
8		Подскоки, па галопа.	1	практическое занятие	анализ	
		Развивающие упражнения на гибкость корпуса вперед.	2	практическое занятие	анализ	
9		Упражнения на растяжение связок голеностопа.	1	практическое занятие	анализ	
		Динамические оттенки музыкального произведения.	2	практическое занятие	анализ	
10		Инструктажи по ТБ и ОТ. Определение музыкального вступления.	1	Беседа, практическое занятие	анализ	
		Упражнения на растяжение связок ахиллового сухожилия.	2	практическое занятие	анализ	
11		«Лягушка» по I позиции сидя, лежа на спине.	1	практическое занятие	анализ	
		Трамплинные прыжки.	2	практическое занятие	анализ	
12		Положения рук при ходьбе.	1	практическое занятие	анализ	
		Шаги с высоко поднятыми коленями и вытянутыми пальцами ног.	2	практическое занятие	анализ	
13		Перекатный шаг на развитие стоп.	1	практическое занятие	анализ	

		Маршевая и танцевальная музыка.	2	практическое занятие	анализ	
14		Танцевальный шаг назад.	1	практическое занятие	анализ	
		Упражнения на развитие выворотности бедер.	2	практическое занятие	анализ	
15		III позиция ног.	1	практическое занятие	анализ	
		Прыжки на двух ногах по VI позиции.	2	практическое занятие	анализ	
16		Танцевальный шаг с приставкой.	1	практическое занятие	анализ	
		Динамическая насыщенность.	2	практическое занятие	анализ	
17		Releve по VI позиции.	1	практическое занятие	анализ	
		Упражнения, направленные на укрепление вытянутости ног в коленях.	2	практическое занятие	анализ	
18		Танцевальный шаг с продвижением в сторону.	1	практическое занятие	анализ	
		Упражнения, направленные на укрепление вытянутости ног в стопах.	2	практическое занятие	анализ	
19		Инструктажи по ТБ и ОТ. Demi plie по VI позиции.	1	Беседа, практическое занятие	анализ	
		Упражнения на ориентировку в пространстве.	2	практическое занятие	анализ	
20		Наклоны корпуса вперед с руками.	1	практическое занятие	анализ	
		Смена движений в зависимости от смены музыкальных частей	2	практическое занятие	анализ	
21		Demi plie по VI позиции.	1	практическое занятие	анализ	
		Бег с выбрасыванием ног вперед.	2	практическое занятие	анализ	
22		Releve по VI позиции.	1	практическое занятие	анализ	
		«Лягушка» с выворотными стопами на п/п.	2	практическое занятие	анализ	
23		Танцевальный шаг.	1	практическое занятие	анализ	
		Построения и перестроения: колонной, по кругу на подскоках.	2	практическое занятие	анализ	
24		Галоп.	1	практическое занятие	анализ	
		«Лягушка» с положения ног, вытянутых по полу, с вытягиванием ног в стороны (II позиция).	2	практическое занятие	анализ	
25		Выработка умения слушать музыку.	1	практическое занятие	анализ	
		Элементы танца «Приглашение».	2	практическое занятие	анализ	
26		Инструктажи по ТБ и ОТ. Шаги на развитие устойчивости.	1	Беседа, практическое занятие	анализ	

		Определение музыкального размера (2/4).	2	практическое занятие	анализ	
27		Шаги на полупальцах, на пятках.	1	практическое занятие	анализ	
		I, II позиции ног.	2	практическое занятие	анализ	
28		Определение музыкального размера (3/4).	1	практическое занятие	анализ	
		Упражнения на растяжение связок голеностопа, ахиллового сухожилия.	2	практическое занятие	анализ	
29		Детский танец «Лошадки» I часть.	1	практическое занятие	анализ	
		Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.	2	практическое занятие	анализ	
30		Определение сильной и слабой доли.	1	практическое занятие	анализ	
		«Шпагат» лежа на спине в сторону.	2	практическое занятие	анализ	
31		Определение музыкального размера (4/4).	1	практическое занятие	анализ	
		Demi plie по I невыворотной позиции.	2	практическое занятие	анализ	
32		Марш по точкам.	1	практическое занятие	анализ	
		Grands battements jetes вперед-назад.	2	практическое занятие	анализ	
33		Строение музыкального произведения: часть, фраза.	1	практическое занятие	анализ	
		Demi plie по I невыворотной позиции.	2	практическое занятие	анализ	
34		Построения и перестроения.	1	практическое занятие	анализ	
		Упражнения на укрепление внутренних мышц бедра.	2	практическое занятие	анализ	
35		Переменный шаг в характере русского танца.	1	практическое занятие	анализ	
		Детский танец «Лошадки» II часть.	2	практическое занятие	анализ	
36		Инструктажи по ТБ и ОТ. Построения и перестроения.	1	Беседа, практическое занятие	анализ	
		Формы музыкального материала.	2	практическое занятие	анализ	
37		Шаги с высоким подъемом коленей вперед.	1	практическое занятие	анализ	
		Элементы чешского танца «Аннушка» I часть	2	практическое занятие	анализ	
38		Сильная и слабая доли.	1	практическое занятие	анализ	
		Комплекс упражнений для развития гибкости позвоночного столба.	2	практическое занятие	анализ	
39		Battements tendus из VI позиции вперед.	1	практическое занятие	анализ	
		Этюд на основе танцевальных шагов.	2	практическое занятие	анализ	
40		Упражнения на укрепление мышц спины.	1	практическое занятие	анализ	
		Элементы чешского танца «Аннушка» II часть.	2	практическое занятие	анализ	

41	Упражнения на ориентировку в пространстве.	1	беседа	анализ	
	Battements tendus из I невыворотной позиции в сторону.	2	практическое занятие	анализ	
42	Инструктажи по ТБ и ОТ. Бег с высоким подъемом коленей вперед.	1	Беседа, практическое занятие	анализ	
	Изучение дирижерского жеста.	2	практическое занятие	анализ	
43	Прыжки в положении сидя (на месте и в продвижении)	1	практическое занятие	анализ	
	Упражнения на укрепление боковых мышц.	2	практическое занятие	анализ	
44	Ras польки (подготовка шагами).	1	практическое занятие	анализ	
	Шаг «гуськом».	2	практическое занятие	анализ	
45	Детский танец «Приглашение».	1	практическое занятие	анализ	
	Удержание ноги вперед, в сторону, назад.	2	практическое занятие	анализ	
46	Battements jetes вперед-наверх над полом 30°.	1	практическое занятие	анализ	
	Детский танец «Приглашение».	2	практическое занятие	анализ	
47	«Лодочка», «птичка».	1	практическое занятие	анализ	
	Танцевальный этюд на основе подскоков и галопа.	2	практическое занятие	анализ	
48	Комбинирование различных шагов и подскоков.	1	практическое занятие	анализ	
	Перескоки с одной ноги на другую с открыванием ноги вперед с вытянутым носком.	2	практическое занятие	анализ	
49	Строение музыкального произведения: предложение.	1	практическое занятие	анализ	
	Прыжки с поочередным сгибанием колена на 90°.	2	практическое занятие	анализ	
50	Инструктажи по ТБ и ОТ. Элементы детского танца «Хлоп-хлоп-хлоп». I часть.	1	Беседа, практическое занятие	анализ	
	Прыжки с поочередным сгибанием колена на 90°, с продвижением вперед.	2	практическое занятие	анализ	
51	Элементы детского танца «Хлоп-хлоп-хлоп». II часть.	1	практическое занятие	анализ	
	Характер и динамические оттенки музыки.	2	практическое занятие	анализ	
52	Выработка умения связать начало и конец движения с началом и концом музыкального примера.	1	практическое занятие	анализ	
	Ras польки (с подскоками).	2	практическое занятие	анализ	
53	Детский танец «Хлоп-хлоп-хлоп». III часть.	1	практическое занятие	анализ	
	Подскоки с вытягиванием стоп на месте и с продвижением вперед.	2	практическое занятие	анализ	

54	Упражнения на гибкость корпуса вперед, назад.	1	практическое занятие	анализ	
	Выработка навыков и умений выполнять движения в различных темпах.	2	практическое занятие	анализ	
55	Приседания на подъемах.	1	практическое занятие	анализ	
	Детский танец «Приглашение».	2	практическое занятие	анализ	
56	«Корзиночка», «Скорпиончик».	1	практическое занятие	анализ	
	Выработка навыков и умений передавать характер и динамические оттенки.	2	практическое занятие	анализ	
57	Построения и перестроения: колонной по прямой, змейкой, улиткой на различных шагах.	1	практическое занятие	анализ	
	Хват в «кольцо».	2	практическое занятие	анализ	
58	Прямой шпагат с правой, с левой ноги.	1	практическое занятие	анализ	
	Этюд на основе танцевальных шагов, подскоков, польки.	2	практическое занятие	анализ	
59	Построения и перестроения.	1	практическое занятие	анализ	
	Поперечный шпагат.	2	практическое занятие	анализ	
60	Инструктажи по ТБ и ОТ. Port de bras.	1	Беседа, практическое занятие	анализ	
	Детский танец «Приглашение».	2	практическое занятие	анализ	
61	Легкий бег в различном ритме и темпе в рамках одного задания.	1	практическое занятие	анализ	
	Vattements tendus назад из VI позиции.	2	практическое занятие	анализ	
62	Задание на сочинение и исполнение ритмических рисунков.	1	практическое занятие	анализ	
	Выбрасывание вытянутых ног назад на 90° с продвижением вперед.	2	практическое занятие	анализ	
63	«Кошечка».	1	практическое занятие	анализ	
	Особенности танцевальных жанров: вальса, польки, марша, галопа.	2	практическое занятие	анализ	
64	Элементы народного танца «Хоровод».	1	практическое занятие	анализ	
	«Итальянский» прыжок в I позиции с поджатыми выворотными ногами.	2	практическое занятие	анализ	
65	Vattements tendus назад из I невыворотной позиции.	1	практическое занятие	анализ	
	Смена движений в зависимости от смены музыкальных частей. Канон.	2	практическое занятие	анализ	

66	Battements tendus с demi-plie вперед по VI позиции.	1	практическое занятие	анализ	
	«Трамплинные» прыжки по VI позиции.	2	практическое занятие	анализ	
67	«Разножка» в шпагат поперечный с шага шоссе.	1	практическое занятие	анализ	
	«Артековская полька» 1 часть.	2	практическое занятие	анализ	
68	Инструктажи по ТБ и ОТ. Battements tendus назад из VI позиции.	1	Беседа, практическое занятие	анализ	
	«Разножка» в шпагат прямой с шага шоссе.	2	практическое занятие	анализ	
69	«Змейка». Мост из положения лежа на полу.	1	практическое занятие	анализ	
	«Артековская полька» 2 часть.	2	практическое занятие	анализ	
70	Построения и перестроения из колонны по 2 в колонну по 4 и обратно.	1	практическое занятие	анализ	
	Слушание и анализ музыки.	2	практическое занятие	анализ	
71	«Артековская полька» 1, 2 часть.	1	практическое занятие	анализ	
	Задание на сочинение и исполнение ритмических рисунков.	2	практическое занятие	анализ	
72	Танцевальные этюды.	1	практическое занятие	анализ	
	Итоговое занятие.	2	Открытое занятие	концерт	
	Итого:	216 ч.			

Раздел 3. Воспитание.

Цель воспитания:

- развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства,
- формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения;
- бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Задачи воспитания:

- усвоение детьми знаний, норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социально значимых знаний);
- формирование и развитие личностных отношений к этим нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие);
- приобретение соответствующего этим нормам, ценностям, традициям социокультурного опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений, применения полученных знаний.

Ожидаемые результаты:

Для программ художественной направленности:

- развитие уважения к художественной культуре, искусству народов России; восприимчивости к разным видам искусства;
- формирование интереса к истории искусства, достижениям и биографиям мастеров;
- приобретение опыта творческого самовыражения в искусстве, заинтересованности в презентации своего творческого продукта, опыта участия в концертах, выставках и т. п.;

- развитие стремления к сотрудничеству, уважения к старшим, ответственности;
- формирование воли и дисциплинированности в творческой деятельности;
- накопление опыта представления детских работ с учетом российских традиционных духовно-нравственных ценностей, исторического и культурного наследия народов России;
- накопление опыта художественного творчества как социально значимой деятельности.

Формы и методы воспитания:

Учебное занятие, практические занятия (тренировки, репетиции, подготовка к конкурсам, соревнованиям, туристическим походам, выставкам, участие в дискуссиях, в коллективных творческих делах), **коллективные игры, итоговые мероприятия** (концерты, конкурсы, соревнования, выставки выступления, презентации проектов и исследований, туристические слёты)

Воспитательное значение активностей детей при реализации программ дополнительного образования наиболее наглядно проявляется в социальных проектах, благотворительных и волонтерских акциях, в экологической, патриотической, трудовой, профориентационной деятельности.

Условия воспитания

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на базе реализации дополнительной общеобразовательной программы, а также на площадках дневного пребывания детей в летний период, различных городских мероприятиях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Работа с коллективом обучающихся нацелена на:

- формирование практических умений по организации органов самоуправления этике и психологии общения, технологии социального и творческого проектирования;

- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- развитие творческого, культурного, коммуникативного потенциала обучающихся в процессе участия в совместной общественно-полезной деятельности;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу.

Работа с родителями обучающихся:

- тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации;
- организация и проведение открытых занятий в течение учебного года;
- оформление информационных уголков для родителей по вопросам воспитания детей.

Анализ результатов: педагогическое наблюдение, оценка творческих и исследовательских работ и проектов, отзывы, интервью, материалы рефлексии, самоанализ и самооценка обучающихся по итогам деятельности, отзывы родителей (законных представителей)

Календарный план воспитательной работы

Модуль «Воспитательная среда»

<i>СЕНТЯБРЬ</i>				
	Наименование события, мероприятия	Цель события, мероприятия	Сроки	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
	Быстрее, выше, сильнее	Формирование у воспитанников основ здорового образа жизни	С 11.09 по 15.09	Отчет и фотоотчет на сайт
<i>ОКТАБРЬ</i>				
	Международный день пожилых людей	Воспитание у учащихся чувства уважения, внимания, отзывчивости к пожилым людям	01.10	Отчет и фотоотчет на сайт
<i>НОЯБРЬ</i>				
	День матери	Чествование матерей	24.11	Отчет и фотоотчет на сайт
<i>ДЕКАБРЬ</i>				
	«Спасибо за жизнь» День благодарности	Чествование родителей, воспитание чувства благодарности и уважения	22.12	Отчет и фотоотчет на сайт

	родителям			
	Новогодние и рождественские мероприятия	Знакомство с традициями празднования Нового года, обычаями встречи новогоднего праздника, его атрибутикой, персонажами, выделить некоторые характерные особенности.	С 25. 12	Отчет и фотоотчет на сайт
<i>ЯНВАРЬ</i>				
	Игровые мероприятия в каникулярное время	Профилактика правонарушений несовершеннолетних в каникулярное время	С 02.01 по 08.01	Отчет и фотоотчет на сайт
	День полного снятия блокады Ленинграда	Формирование чувства сострадания и гордости за стойкость своего народа в период блокады Ленинграда и на протяжении всей Великой Отечественной войны	27.01	Отчет и фотоотчет на сайт
<i>ФЕВРАЛЬ</i>				
	День освобождения Краснодара и Кубани от немецко-фашистских захватчиков	Формирование чувства сострадания и гордости за стойкость своего народа в период захвата города Краснодара	12.02	Отчет и фотоотчет на сайт
	День защитников Отечества	Формирование чувства гордости и уважения к защитникам государства	23.02	Отчет и фотоотчет на сайт
<i>МАРТ</i>				
	Празднование международного женского дня - 8 Марта	Поздравление женщин с праздником	8.03	Отчет и фотоотчет на сайт
	Месячник медиации (проведение мероприятий, направленных на возможность профилактики и разрешения конфликтных ситуаций с применением медиативных технологий)	Формирование навыков правильного выхода из конфликтных ситуаций	С 01.03 по 30.03	Отчет и фотоотчет на сайт
<i>АПРЕЛЬ</i>				
	Всемирный день здоровья	Воспитание бережного отношения к своему здоровью	07.04	Фотоотчет. Заметка на сайте
	Всероссийский день эколят	Формирование бережного отношения к природе	25.04	Фотоотчет. Заметка на сайте
<i>МАЙ</i>				
	Международный День солидарности трудящихся	Знакомство с профессиями	01.05	Отчет и фотоотчет на сайт
	День Победы	Воспитание чувства патриотизма; формирование чувства гордости и уважения к защитникам государства, победивших фашизм, чувства гордости за свою страну.	09.05	Отчет и фотоотчет на сайт
Модуль «Работа с родителями»				
	Организационное родительское собрание	Знакомство родителей с целями и задачами обучения по данной ДООП, особенностями организации учебного процесса, режимом работы и учебным графиком	сентябрь	Отчет и фотоотчет на сайт
	Индивидуальные консультации для родителей	Решение вопросов социального и педагогического характера	в течение учебного г.	Отчет и фотоотчет на сайт
	Открытые занятия для родителей	Знакомство родителей с промежуточными результатами работы объединения	декабрь, апрель	Отчет и фотоотчет на сайт
	Итоговое родительское собрание	Подведение итогов работы объединения, знакомство с результатами итоговой аттестации обучающихся	май	Отчет и фотоотчет на сайт

Условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение. Для успешной реализации программы необходимо проводить занятия в помещении. Помещение кабинета должно удовлетворять требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов и быть оснащено типовым оборудованием, в том числе специализированной учебной мебелью, необходимой для организации занятий, хранения и показа, и средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки обучающихся.

Перечень оборудования, инструментов и материалов, необходимых для реализации программы: специально оборудованный зал (станки, зеркала, гимнастические коврики, палки, блоки), игрушки, мячи, зонты, наличие аудио-видео аппаратуры.

В кабинете должно быть мультимедийное оборудование, компьютер, сеть Интернет, посредством которых участники образовательного процесса могут просматривать визуальную информацию по учебной дисциплине.

Кадровое обеспечение

Программу «Капельки» в системе дополнительного образования реализует педагог, имеющий педагогическое образование при условии его соответствия дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе (Профессиональный стандарт № 513).

Информационное обеспечение:

Интернет-источники:

-<https://rnc23.ru/> Региональный модельный центр дополнительного образования детей Краснодарского края

-<https://p23.навигатор.дети/> Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края».

[-http://knmc.kubannet.ru/](http://knmc.kubannet.ru/) Краснодарский НМЦ

[-http://dopedu.ru/](http://dopedu.ru/) Информационно-методический портал системы
дополнительного образования

[-http://mosmetod.ru/](http://mosmetod.ru/) Московский городской методический центр

[-http://www.dop-obrazovanie.com/](http://www.dop-obrazovanie.com/) сайт о дополнительном внешкольном
образовании

Формы аттестации

Время проведения	Цель проведения	Формы мониторинга
Начальная или входная диагностика		
По факту зачисления в объединение	Диагностика стартовых возможностей	Беседа, опрос, определение физических данных
Текущий контроль		
В течение учебного года	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение готовности детей к восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности в обучении. Выявление детей, отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения.	Педагогическое наблюдение, устный опрос, самостоятельная работа, импровизация и т.д.
Промежуточная (итоговая) диагностика.		
В конце каждого образовательного модуля (с занесением результатов в диагностическую карту)	Определение степени усвоения учебного материала. Определение результатов обучения.	Педагогическое наблюдение, конкурсы, концерты, самостоятельная работа, импровизация и т.д.

Учащимся, успешно освоившим дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу и прошедшим итоговую аттестацию, могут выдаваться сертификаты, утвержденные педагогическим советом МБОУ ДО ЦРТДЮ (ст.60), почётные грамоты, призы и другие виды поощрений.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

видеозапись, грамота, журнал посещаемости, фото, портфолио, отзыв детей и родителей, грамоты, благодарственные письма.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: диагностическая карта, конкурс, концерт, открытое занятие, отчет итоговый, поступление выпускников в профессиональные образовательные организации по профилю, праздник, фестиваль и др.

Оценочные материалы

Мониторинг предметных результатов. В соответствии с целями и задачами программы предусмотрено проведение мониторинга и диагностики учащихся. В качестве критериев диагностики в программе применена диагностика общей физической подготовки и специальной физической подготовки, которая позволяет анализировать результативность образовательного компонента программы. В диагностических таблицах фиксируются требования, которые предъявляются к ребенку в процессе освоения им программы.

Результаты оцениваются по десятибалльной шкале

Диагностические таблицы фиксируют результаты детей, полученные по итоговым занятиям на протяжении всего учебного года. Общий уровень определяется путем суммирования балльной оценки и деления этой суммы на количество отслеживаемых параметров.(Приложение).

Мониторинг оценки личностных результатов осуществляется педагогом дополнительного образования преимущественно на основе наблюдений во время образовательной деятельности, результаты которого обобщаются и фиксируются в диагностической карте (Приложение).

Приложение

Диагностика показателей развития координационно-музыкальных способностей обучающихся в объединении «Капельки»

№	Фамилия, имя	Музыкальность			Пластичность			Координация движения		
		н	с	к	н	с	к	н	с	к
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										

10- бальная система оценки

Методические материалы

Для реализации данной программы предполагается использование широкого спектра методических приёмов.

Методика включает в себе знание движения в его подготовительной и законченной форме, а также приемы и методы, которыми разучивается то или иное движение.

Педагогические задачи:

- 1) уметь вести урок так, чтобы развить у обучающихся интерес к данному уроку и к предмету в целом;
- 2) уметь правильно показать и объяснить движение;
- 3) научить обучающегося владеть мышцами своего тела;
- 4) воспитывать в ребенке самоконтроль через физическое ощущение, что является залогом дальнейшей самостоятельной работы.

Важным в организации учебного процесса является организационная часть, а это дисциплина, внимание, готовность, собранность – тогда есть результат. Важен темп урока – нельзя загонять, темп должен быть спокойным. Необходимо рассчитать время, чтобы сделать и общие, и отдельные замечания, повторить комбинации. Требовательность педагога не только в том, чтобы заставить, но и в том, чтобы добиться результата, не давать спуску, добиваться профессионализма.

Программа рассчитана на 2 года занятий с детьми младшего и среднего школьного возраста. Дети этого возраста повышено восприимчивы, и то, как они будут понимать и ценить красоту, во многом зависит, с помощью каких приемов и средств начнется их знакомство с искусством. Перед педагогами стоит ряд специфических проблем, заставляющий внимательно изучать и бережно сохранять профессиональные традиции, широко использовать новые прогрессивные методы эстетического воспитания детей.

В процессе работы должен строго соблюдаться принцип «от простого к

сложному». Базовые умения и навыки, сформированные у обучающихся на первых годах обучения, в дальнейшем совершенствуются. Увеличение нагрузки в течение всего периода обучения производится планомерно и постепенно: именно постепенность гарантирует правильное развитие мышечного аппарата, предохраняет от травм связок и суставы. Усложнение лексики, введение новых технических приемов должны быть также подготовлены всем предыдущим ходом обучения.

В каждой группе, наряду с изучением новых движений, должен закрепляться пройденный материал. Для этого его необходимо включать в более сложные комбинации, которые вырабатывают мышечную силу, устойчивость, координацию движений, а также выносливость и волю к преодолению трудностей.

Основные методы работы педагога-хореографа на занятии являются показ движений и словесное объяснение. Они являются главными проводниками требований педагога к обучающимся. На начальном этапе обучения показу придается исключительно большое значение, так как он дает первоначальное представление о движении. Поэтому показ должен быть предельно точным, конкретным и технически совершенным. Таким образом, два важнейших метода – показ и объяснение – связаны с одним из центральных моментов обучения: активизацией мышления и развитием творческого начала в процессе напряженной физической работы по овладению танцевальными навыками.

На первом году обучения не предусмотрено прохождение танцевальных элементов народного и русского танца в тех формах и с той степенью сложности и нагрузки на мышечный аппарат, которые доступны обучающимся и могут изучаться без применения станка.

Исполнение народного танца должно быть естественным, поэтому материал программы не только соответствует техническим возможностям обучающихся, но и учитывает их возрастную психологию (принцип учета возрастных

особенностей детей).

В рамках гимнастики дети приобретают умения и навыки, без которых невозможно дальнейшее обучение хореографическому искусству.

Укрепление здоровья - одна из основных задач программы. Поэтому комплекс гимнастических упражнений выполняет не только эстетическую, но и оздоровительную функцию. Сбалансированная нагрузка создает условия для гармоничного физического развития и укрепления иммунитета.

На ознакомительном этапе идет обучение основам общей и специально-физической подготовки и специальных физических качеств. На двух этапах подготовки идет организованный учебно-тренировочный процесс, направленный на успешное освоение и качественное исполнение упражнений. Этому способствуют такие виды подготовки, как: технико-тактическая, специально-двигательная, музыкально-двигательная (креативная), хореографическая, функциональная. Занятия балетной гимнастикой направлены на восполнение так недостающей современным детям физической активности. Комплексы упражнений, используемых на занятиях, способствуют укреплению всех групп мышц, формированию мышечного корсета для обеспечения хорошей осанки, развивают силу, ловкость, выносливость.

Специально адаптированная программа для детей этого возраста благотворно влияет на дыхательную, сердечно-сосудистую системы, вместе с тем, не допуская переутомления ребёнка. Упражнения на полу, или партерный экзерсис, позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу несколько целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц. Также в урок включены упражнения для профилактики плоскостопия.

При разработке содержания программы по годам обучения использовались рекомендации медицинских исследований в спортивной и художественной гимнастике.

Принципы построения программы:

- системность
- постепенность
- доступность.

Эстетическое воспитание должно осуществляться в едином комплексе со всеми другими задачами развития и обучения детей. Общее физическое развитие, развитие специальных танцевальных данных, обучение технике исполнения и танцевальным элементам, развитие музыкальности и артистизма, воспитание характера и формирование личности должно происходить параллельно. Специфика обучения хореографии связана с систематической и большой физической нагрузкой. У детей младшего школьного возраста восприятие и мышление носят, в основном, конкретно-образный характер. Поэтому на первых порах танец для них должен быть связан не только с музыкой, но и со словом, рисунком, пантомимой. Особое внимание необходимо уделить осознанному исполнению обучающимися движений.

Реализация настоящей программы позволит развить у обучающегося умение видеть себя, осознавать и контролировать свою танцевальную природу, владеть методами и приемами, снимающие мышечные и психологические зажимы.

Решение задач, выдвигаемых программой, требует учета психологии детей младшего школьного возраста: особенности их внимания, восприятия, мышления, а также учета физиологических особенностей организма.

Рабочие программы

Общеобразовательная общеразвивающая программа «Капельки» реализуется с 2002 года.

Список использованной литературы

Литература для педагога

1. Барышникова Т. "Азбука хореографии".- С-Пб, 2020.
2. Годик М.А., Барамидзе А.М., Киселева Т.Г. «Подвижность, гибкость, элегантность».- М, 2022г.

Литература для учащихся

1. Лях В.И. «Координационные способности школьников». – Минск: 2020.
2. Филатов С.В. «От образного слова - к выразительному движению». - М.,2023.

Интернет ресурсы:

1. <http://www.ballet.classical.ru/> - Маленькая балетная энциклопедия
2. <http://www.horeograf.com> (все для хореографии и танцоров);
3. http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot_ot_ritmiki_k_tancu_quot/ - «Методика работы с детьми.

Методическое пособие «От ритмики к танцу».

**Диагностическая карта мониторинг результативности обучения
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Капельки»**

	Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное кол- во баллов	Методы диагностик и	
Предметные результаты	I. Теоретическая подготовка обучающихся: 1.1 Теоретические знания (по основным разделам учебного плана программы)	<i>Соответствия теоретических знаний обучающегося программным требованиям.</i>	- минимальный уровень (ребенок овладел менее чем 1/2 объема знаний, предусмотренных программой); - средний уровень (объем усвоенных знаний составляет более 1/2); - максимальный уровень (ребенок усвоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период);	1 2 3	Наблюдение, контрольный опрос	
	1.2 Владение специальной терминологией	<i>Осмысленность и правильность использования специальной терминологии</i>	- минимальный уровень (ребенок, как правило избегает употреблять специальные термины); - средний уровень (ребенок сочетает специальную терминологию с бытовой); - максимальный уровень (специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием).	1 2 3		
	II. Практическая подготовка ребенка:	Соответствие практических умений и навыков программным	минимальный уровень (ребенок овладел менее чем 1/2 предусмотренных умений и навыков); - средний уровень (объем усвоенных умений и навыков	1 2		
	2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные Программой (по	требованиям.	- максимальный уровень (ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период.)	3		

<p>основным разделам учебного плана программы)</p>	<p>Отсутствие затруднений</p>	<p>-минимальный уровень умений (ребенок испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием);</p>		
<p>2.2. Владение</p>	<p>в</p>	<p>- средний уровень(работает с оборудованием с помощью педагога);</p>	<p>1</p>	
<p>специальным</p>	<p>использовании</p>	<p>-максимальный уровень (работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей);</p>	<p>2</p>	
<p>Оборудованием и</p>	<p>специального</p>	<p>-начальный (элементарный) уровень развития креативности</p>	<p>3</p>	
<p>оснащением.</p>	<p>Оборудования и оснащения.</p>	<p>(ребенок в состоянии выполнить лишь простейшие практические задания педагога);</p>	<p>1</p>	
<p>2.3. Творческие навыки</p>	<p>Креативность в</p>	<p>-репродуктивный уровень (Выполняет в основном задания на основе образца);</p>	<p>1</p>	
<p></p>	<p>выполнении</p>	<p>-творческий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества)</p>	<p>2</p>	
<p></p>	<p>практических заданий</p>	<p></p>	<p>3</p>	

Уровень физической подготовленности обучающихся 7 – 14 лет

Приложение

контрольное упражнение (тест)	возраст (лет)	мальчики			девочки		
		низкий1 балл	средний2 балла	высокий 3 балла	низкий1 балл	средний2 балла	высокий3 балла
бег 30 м(с)	7	7,5 и >	7,3-6,2	5,6 и <	7,6 и >	7,5-6,4	5,8 и <
	8	7,1	7,0-6,0	5,4	7,3	7,2-6,2	5,6
	9	6,8	6,7-5,7	5,1	7,0	6,9-6,0	5,3
	10	6,6	6,5-5,6	5,1	6,6	6,5-5,6	5,2
челночный бег 3x10 м (с)	7	11,2 и >	10,8-10,3	9,9 и <	11,7 и <	11,3-10,6	10,2 и <
	8	10,4	10,0-9,5	9,1	11,2	10,7-10,1	9,7
	9	10,2	9,9-9,3	8,8	10,8	10,3-9,7	9,3
	10	9,9	9,5-9,0	8,6	10,4	10,0-9,5	9,1
прыжок в длину с места (см)	7	100 и <	115-135	155 и >	85 и <	110-130	150 и >
	8	10	125-145	165	90	125-140	155
	9	120	130-150	175	110	135-150	160
	10	130	140-160	185	120	140-155	170
б-мин. бег (м)	7	700 и <	730-900	1100 и >	500 и <	600-800	900 и >
	8	750	800-950	1150	550	650-850	950
	9	800	850-1000	1200	600	700-900	1000
	10	850	900-1050	1250	650	750-950	1050
наклон вперед из положения сидя (см)	7	1 и <	3-5	9 и >	2 и <	6-9	12,5 и >
	8	1	3-5	7,5	2	5-8	11,5
	9	1	3-5	7,5	2	6-9	13,0
	10	2	4-6	8,5	3	7-10	14,0
сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)	7	1	2-3	4 и >	2 и <	4-8	12 и >
	8	1	2-3	4	3	6-10	14
	9	1	3-4	5	3	7-11	16
	10	1	3-4	5	4	8-13	18

Сводная диагностическая таблица

по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Капельки» За 20_ - 20__учебный год

Группа № _____

№	Ф.И.О. ребенка	I. Теоретическая подготовка обучающихся:		II. Практическая подготовка ребенка		
		Теоретические знания (по основным разделам)	Владение специальной терминологией	Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам)	Владение специальным оборудованием оснащением.	Творческие навыки
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						

Минимальный уровень 1 балл Средний

уровень 2 балла Максимальный

уровень 3 балла

Приложение

Учебно-методический комплекс

К дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Капельки»

№	Раздел программы	Дидактические материалы	Техническое оснащение
1	Ритмика	https://www.youtube.com/watch?v=C_vgmw3tweI ритмика для детей https://www.youtube.com/watch?v=VjPw9PBll8M Ритмика https://www.youtube.com/watch?v=CYD9HSt3orQ Ритмика https://www.youtube.com/watch?v=UuB4UZNjCIA ритмика https://www.youtube.com/watch?v=NP7tKp42IKw&t=371s	Мультимедийное оборудование. Проектор. Компьютер. Сеть Интернет.
2	Ганец	https://www.youtube.com/watch?v=NP7tKp42IKw&t=371s https://www.youtube.com/watch?v=UhcqZs_cGx8 https://www.youtube.com/watch?v=g-4SX6QUdMA https://www.youtube.com/watch?v=V0_TuNFUbHc&list=PL4HRqGcMpnjYR9rGWf5wYzdlT7BRV_yE	
3	Балетная гимнастика	https://www.youtube.com/watch?v=qddZ-kz3X6Q Гимнастика Бориса Князева. Урок 1 https://www.youtube.com/watch?v=0GbrTX9feNA Гимнастика Бориса Князева. Урок 2 https://www.youtube.com/watch?v=-oO6SUfVhQw Гимнастика Бориса Князева. Урок 3 https://www.youtube.com/watch?v=uSgteF97sV8&list=PLi2pTfpSTyzWx1WWE70h2xMAN2a4CCgrU Гимнастика Князева https://www.youtube.com/watch?v=J75QTTVp7yA балетная гимнастика https://www.youtube.com/watch?v=L2zACFEfAYM урок гимнастики, Харьковская школа https://www.youtube.com/watch?v=GDEa5dtRVL8 Партерная комбинация https://www.youtube.com/watch?v=W7tUOKImPgQ упр.с гимнастической резинкой	
4	Азбука классического танца	https://www.youtube.com/watch?v=esZJYtxGUxg мастер класс хореографического отделения Армида https://www.youtube.com/watch?v=TM0KRENUe_k https://www.youtube.com/watch?v=F3tOj694lqM https://www.youtube.com/watch?v=JxD0pEGJLL4 https://www.youtube.com/watch?v=kbemMIk-sFo&list=PLFDD9A7B8A63A33B2	
5	Азбука народно-сценического танца	https://www.youtube.com/watch?v=BtbanB5sIMQ народно-сценический танец 3 кл. https://www.youtube.com/watch?v=5O00m2gCTNA https://www.youtube.com/watch?v=VX489kCXFo https://www.youtube.com/watch?v=ZC_PzYIF600	
6	Ганцевальные этюды и танцы	https://www.youtube.com/watch?v=XvscAU_n8UU этюд https://www.youtube.com/watch?v=CCRj78v9gIg этюд https://www.youtube.com/watch?v=16ehANFSRks https://www.youtube.com/watch?v=nGLcM4MkdXs	

