

МУНИЦИПАЛЬНАЯ АВТОНОМНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «ХИБИНЫ» ГОРОДА КИРОВСКА»

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «21» апреля 2022 г.  
Протокол № 3

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОДО ЦДТ «Хибинь»  
Е.В. Каравасва  
«    » \_\_\_\_\_ 2022 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ХОРЕОГРАФИЯ В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ»

Направленность: художественная  
Уровень программы: базовый  
Возраст учащихся: 5-7 лет  
Срок реализации: 1 год (144 часа)

Автор составитель:  
Шемякина Марина Владимировна,  
педагог дополнительного образования

г. Кировск  
2022 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ.....	3
1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....	3
Направленность программы – художественная. ....	3
1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ .....	5
1.3 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ .....	5
1.3.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН на весь период .....	5
1.3.2 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА .....	5
1.4 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ .....	7
II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ .....	8
2.1 КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК .....	8
2.2 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ .....	8
2.3 ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ .....	9
2.4 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ .....	10
2.5 МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.....	11
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	12
Приложение 1.....	13
Календарный учебный график на учебный год.....	13

# **I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**

## **1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

В учреждениях дополнительного образования с разветвленной сетью детских объединений по интересам, студий, секций формируется та необходимая среда, которая служит ребенку для свободного проявления своей индивидуальности, саморазвития и самореализации. Указанные педагогические задачи успешно могут решаться в условиях детских хореографических коллективов.

Танец, мимика и жест, как и музыка, являются одним из древнейших способов выражения чувств и переживаний.

Потребность в красоте у детей отмечается с первых лет жизни. Способность восприятия и понимания прекрасного в искусстве и действительности формирует у детей стремление, готовность и умение вносить в свою жизнь элементы прекрасного. Очень рано у ребенка появляется потребность в умении эстетически организовывать свою стихию. Им свойственно от природы выражать себя в движении: прыжках, беге, размахивании руками и хаотическом танце.

Благодаря своей непереводаемости язык танца, музыки может проникать, согласно концепции Карла Юнга, в глубокие сферы бессознательного, извлекать и выявлять в нем подавленные влечения, желания и конфликты и делать их доступными для осознания и разрядки.

С медицинской точки зрения часто хореография является своеобразной танцевальной терапией – устранение дефекта осанки (сколиоз, диффоз, лордоз), борьба с гиподинамией.

**Направленность программы** – художественная.

**Уровень программы** – базовый.

**Тип программы:** дополнительная общеобразовательная общеразвивающая.

Группы формируются по возрасту и уровню специальной спортивной подготовки.

Настоящая программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

– Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

– Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р «Концепция 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»;

– Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

– «Методические рекомендации по разработке разноуровневых программ дополнительного образования ГАОУ ВО «МГПУ» АНО ДПО «Открытое образование»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 22 мая 2020 г. №15 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1.3597-20 «Профилактика новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;

– Положение о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительных общеразвивающих образовательных программ МАОДО «ЦДТ «Хибины» г. Кировска.

**Актуальность данной программы** заключается в том, что учащиеся, занимающиеся по этой программе, уже имеют специальную физическую подготовку, т.к. она реализуется по договору сетевого взаимодействия с организацией «Дрозд-Хибины», а именно с отделением по художественной гимнастике и способствует повышению уровня мастерства спортсменок.

В процессе освоения материала нужно учитывать принцип «от простого к сложному». Данная программа осуществляется на таких принципах, как:

- принцип научности;
- принцип систематичности;
- принцип наглядности.

Согласно этим принципам образовательный материал, который дается на занятии, соответствует уровню современного научного знания, преподносится учащимся в определенной последовательности.

По принципу систематичности учащиеся приобретают представления и понятия, которые являются элементами единой целостной системы знаний по хореографии, адаптированной под потребности художественных гимнасток.

Педагогом используется метод показа, анализирование и обсуждение иллюстративного материала, просмотр видеозаписей.

**Особенностью программы** является, и реальная возможность в условиях социума найти любимое дело, понять собственные возможности, кроме этого в учебно-тематический план программы введен дополнительный раздел - танцевальная импровизация, которая способствует развитию хореографического и музыкального воображения, учит детей создавать хореографические этюды, творчески мыслить и самовыражаться. Экскурс в историю танца развивает детей духовно, интеллектуально, эмоционально, нравственно на примерах высочайших образцов культурного наследия человечества.

**Новизна данной программы** обусловлена направлением и содержанием изучаемого теоретического и практического материала.

**Адресат программы:** учащиеся 5-7 лет.

**Форма обучения:** очная.

**Объем программы:** 144 часа.

**Срок освоения программы** – 1 год.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа (академический час длится 25 минут) с перерывом в 10 минут. Режим занятий соответствует требованиям СанПиН. Соблюдается режим проветривания помещений, санитарное содержание помещений и площадок проведения занятий.

**Наполняемость группы** – 12-15 человек.

**Формы организации образовательного процесса:** групповая и индивидуальная (подготовка сольных танцев, разучивание сольных партий). Группы формируются по возрасту и уровню специальной подготовки.

## 1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

**Цель:** создание оптимальных условий для вхождения обучающихся в мир музыкально-танцевальной культуры, для выявления и развития природных задатков и способностей учащихся, проявляющих повышенный интерес к классическому танцу.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- познакомить учащихся с историей, терминологией, особенностями классического танца;
- научить понимать музыкальные фразы, выразительно и легко двигаться.

**Развивающие:**

- пробуждать и развивать потребность творческого самовыражения.

**Воспитывающие:**

- воспитывать познавательный интерес обучающихся к занятиям;
- воспитывать детей в гармонии с собой и с миром.

## 1.3 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 1.3.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН на весь период

№ п/п	Название раздела	Всего	Теория	Практика	Форма аттестации /контроля
1	Вводное занятие.	2	1	1	Входящая аттестация
2	Из истории русской хореографии.	14	14	0	- учебное занятие;
3	Разогрев у станка.	15	5	10	- открытое занятие;
4	Азбука музыкального движения.	12	6	6	- беседа; диалог;
5	Экзерсис у станка.	30	10	20	- игра;
6	Партерная гимнастика.	20	5	15	- экскурсия;
7	Allegro. Прыжки на середине.	10	2	8	- просмотр выступлений
8	Повороты, вращения.	14	0	14	творческих
9	Танцевальная импровизация.	5	0	5	коллективов,
10	Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.	20	0	20	показательных
11	Итоговое занятие.	2	0	2	выступлений, открытых
					занятий, репетиций;
					- музыкальное
					соревнование;
					- занятие-праздник;
					- концерт;
					- конкурс;
					- фестиваль.
	<b>Итого</b>	<b>144</b>	<b>43</b>	<b>101</b>	

### 1.3.2 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

**Тема 1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ.**

Теория: Беседа «Танец – это радость». Правила поведения на занятиях, техника безопасности.

Практика: Проверка ритмического слуха. Построение в колонну по одному, по четыре. Изучение поклона.

**Тема 2. ИЗ ИСТОРИИ РУССКОЙ ХОРЕОГРАФИИ.**

Теория: Познакомить детей с первыми русскими выдающимися хореографами и великими танцовщиками. Развитие классического танца в России. Демонстрация известных балетов.

### **Тема 3. РАЗОГРЕВ У СТАНКА.**

Теория: Правила подготовки опорно-двигательного аппарата к работе, техника выполнения движений, устранение наиболее частых ошибок.

Практика: Разучивание и выполнение движений для разогрева всех групп мышц, плечевого пояса, диафрагмы, шеи, поясничного отдела, тазобедренных суставов, стоп. Постановка корпуса, рук, ног.

Разминка у станка (лицом к палке).

Demi plie – приседание (по 1 позиции)

Battement tendu – натянутые движения (по 1 и 5 позициям)

Battement tendu jete – натянутые движения с броском (по 1 позиции)

Battement fondu – тающий батман (по 1 позиции)

Releve – поднимание на полупальцы (по 1 позиции)

Grand battement - большие броски (назад и вперед).

Партерный экзерсис как часть разогрева. Он позволяет достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц:

- упражнения на выработку выворотности ног и танцевального шага;
- упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;
- упражнения для развития эластичности стоп.

### **Тема 4. АЗБУКА МУЗЫКАЛЬНОГО ДВИЖЕНИЯ.**

Теория: Характер музыкального произведения: веселый, грустный, торжественный и т.д.. Музыкальные темпы: быстро, медленно, умеренно.

Практика: Исполнение одних и тех же движений в разных темпах и разных характерах. Слушание музыки и определение сильной или слабой доли такта хлопком.

### **Тема 5. ЭКЗЕРСИС У СТАНКА.**

Теория: Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Название упражнений на французском языке, его дословный перевод, правила исполнения каждого упражнения у станка, его отличительные особенности от других упражнений.

Практика: Изучение позиций рук: подготовительная позиция, 1 позиция, 2 позиция, 3 позиция (приложение). Изучение позиций ног: 1 позиция, 2 позиция, 3 позиция, 4 позиция, 5 позиция (приложение). Постановка корпуса. Последовательное изучение каждого упражнения у станка. Все упражнения исполняются и отрабатываются лицом к палке.

### **Тема 6. ПАРТЕРНАЯ ГИМНАСТИКА.**

Теория: Комплекс упражнений в партере для развития стопы, выворотности, спины и координации движения. Правила выполнения, техника безопасности.

Практика: Упражнения для стоп:

1. Flex, point, «птичка»;
2. Наклоны к ногам «складка»;
3. Вращательные движения;
4. Работа стопы с выведением ноги вверх, в сторону, назад.

Упражнения для спины:

1. Прогиб под лопатками, «корзинка», «кораблик», «мост», удержание спины;
2. Волны (вперёд-назад), круговые движения с прогибом назад;
3. Наклоны стоя на коленях;
4. Поднятие корпуса и ног с положения лёжа.

Упражнения для выворотности:

1. «Бабочка», «лягушка»;
2. Разворачивание стоп в I позицию с помощью мышц ног, удержание руками.

Упражнения для координации движений: Комбинирование работы ног, рук, головы

в разной динамике и с разной амплитудой по заданию педагога.

### **Тема 7. Allegro. ПРЫЖКИ НА СЕРЕДИНЕ.**

Теория: Правила исполнения маленьких, средних прыжков, работа стопы, рук, толчок и зависание.

Практика:

1. Temps leve sauté
2. Shaugman de pies
3. Pas echappe

### **Тема 8. ПОВОРОТЫ, ВРАЩЕНИЯ.**

Практика: Подготовительные упражнения для развития чувства равновесия (Апломба) на 2-х и на одной ноге. Техника выполнения тура. Повороты и вращения на месте и с продвижением. Точка и работа головы.

### **Тема 9. ТАНЦЕВАЛЬНАЯ ИМПРОВИЗАЦИЯ.**

Практика: Самостоятельная работа над темой, выбранной педагогом под разный характер музыкального сопровождения.

### **Тема 10. ПОСТАНОВОЧНАЯ И РЕПЕТИЦИОННАЯ РАБОТА. КОНЦЕРТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ.**

Постановка сюжетных и бессюжетных концертных номеров. Повторение и отработка репертуара коллектива. Подготовка к конкурсам и концертам. Выступление и просмотр выступлений других коллективов.

### **Тема 11. ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ.**

Демонстрация открытого занятия для родителей с целью повышения качества образования и исполнительского мастерства.

## **1.4 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**К концу обучения учащиеся должны**

**знать:**

- терминологию классического танца;
- позиции рук и ног в классическом танце;
- знать и соблюдать правила техники безопасности при работе со станком и зеркалами.

**уметь:**

- исполнять упражнения классического танца «правильными» мышцами;
- координировать работу рук, ног и головы;
- слышать и понимать значение вступительных аккордов;
- определять характер упражнения;
- знать золотое правило классического танца;
- уметь держать спину без прогиба в поясничном отделе.

**Репертуарный план на 2022-2023 учебный год**

1. «Эволюция» (массовый детский танец).
2. «Мама» (массовый детский танец).
3. «Цыплята» (массовый детский танец).

**План воспитательной работы на 2022-2023 учебный год**

№	Месяц проведения	Название мероприятия
1.	сентябрь	Родительское собрание
2.	декабрь	Открытое занятие для родителей
3.	май	Открытое занятие для родителей
4.	май	Родительское собрание

## **II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **2.1 КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**

Занятия по программе 1 года обучения проводятся со второй недели сентября по 31 мая каждого учебного года, включая каникулярное время, кроме летнего периода и праздничных дней.

Количество учебных часов на учебный год:

Учебный график рассчитан на 36 учебных недель – 144 академических часа.

Занятия проводятся в соответствии с календарно-учебным графиком (Приложение 1).

### **2.2 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Прием осуществляется по заявлению о зачислении от родителя или законного представителя. Занятия проводятся по группам. Состав группы от 12 обучающихся.

Обеспечение учебно-материальной базы для реализации теоретической и практической части мероприятий программы, осуществляется образовательным учреждением, в объеме, предусмотренном требованиями к оснащению образовательного процесса в соответствии с содержательным наполнением учебных предметов

Ресурсное обеспечение:

Для решения поставленных педагогических задач необходим разнообразный дидактический материал и технические средства обучения.

В их числе:

1. оргтехника (компьютер, сканер, принтер, проектор, экран)
2. мультимедийные средства обучения
3. канцелярские принадлежности
4. дидактический, раздаточный и демонстрационный материал
5. видеоматериалы
6. светлый и просторный репетиционный зал, оборудованный зеркалами
7. аудиоаппаратура;
8. специальная тренировочная форма и обувь учащихся;
9. детская литература;
10. сценические костюмы и декорации.

**Структура занятия состоит из трех частей:**

I часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.

II часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. По длительности – 2/3 общего времени занятия.

III часть комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2-3 минуты.



## 2.3 ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ

В период освоения программы проводятся такие формы контроля как:

- беседы;
- наблюдения;
- анализ открытых занятий;
- концертные выступления.

Наиболее распространенной формой контроля является открытое занятие. Оно проводится в конце первого полугодия и в конце второго, что позволяет сравнивать результаты и сделать заключение об эффективности программы.

Концертно-сценическая деятельность коллектива также относится к форме контроля. Концертное выступление позволяет воочию отследить работу педагога и успех учащихся. Получив правильную, систематическую хореографическую подготовку дети показывают хорошие образцы детского танца. Педагог выступает в качестве союзника, тьютора, обучающиеся принимают на себя индивидуальную и коллективную ответственность за результаты обучения.

В процессе обучения применяются различные методы диагностики результативности образовательного процесса.

Диагностика уровня обученности производится системно (начало года, середина, конец года).

В начале первого этапа обучения проводится «срезовая диагностика музыкальных способностей и танцевальных навыков». Данные заносятся в общую таблицу и в результате получаем количественные показатели диагностируемых способностей и наблюдаемых качеств каждого обучающегося.

Используется метод наблюдения, т.е. педагог заранее формулирует, что именно он хочет наблюдать у детей, затем все параметры выносятся на разработанную шкалу, и в результате получаем количественные показатели наблюдаемого качества у каждого ребенка.

На основании полученных данных проводится самокоррекция программы с целью достижения ее максимального эффекта.

Также оценка результатов предусматривает выявление индивидуальной динамики качества усвоения программы ребёнком и не допускает сравнения его с другими детьми.

Для оценки эффективности занятий можно использовать следующие показатели:

- степень помощи, которую оказывает педагог детям при выполнении заданий: чем помощь педагога меньше, тем выше самостоятельность обучающихся и, следовательно, выше развивающий эффект занятий;
- поведение обучающихся на занятиях: живость, активность, заинтересованность обеспечивают положительные результаты занятий.

Косвенным показателем эффективности данных занятий может быть повышение активности, работоспособности, внимательности, улучшение мыслительной деятельности.

## 2.4 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

### ТЕСТ на определение специальных навыков.

**1. Чувство ритма – умение простучать, прохлопать несложную ритмическую группировку.**

3 балла – не может повторить ритмический рисунок.

4 балла – допускает незначительные ошибки.

5 баллов – повторяет без ошибок точно.

**2. Сценические способности – умение выразить характер и настроение танца через жесты, позы и мимику.**

3 балла – не может показать эмоцию.

4 балла – частично, образно передает настроение танца.

5 баллов – полное описание эмоции жестами, мимикой и позами.

**3. Пластика – искусство ритмических изящных движений тела, согласованность движений и жестов.**

3 балла – недостаточно согласованы движения и жесты.

4 балла – движения недостаточно изящны.

5 баллов – согласованность ритмических движений тела.

**4. Креативность – развитие творческих способностей обучающихся, воображения, фантазии. Танцевальная импровизация.**

3 балла – при танцевальной импровизации используют только разученные движения.

4 балла – частично вносит изменения в разученные движения.

5 баллов – придумывает совершенно новые движения.

**5. Специальная физическая подготовка – природные и приобретённые физические данные тела.**

3 балла – имеет стройную форму тела, высокий подъём, природную выворотность, гибкость мышц.

4 балла – знает простые акробатические элементы и умеет их делать (мост с положения стоя, колесо, кувырок).

5 баллов – сидит на всех шпагатах, умеет делать переворот вперёд-назад, удерживает ногу без помощи рук на высоту 90 градусов и выше во всех направлениях.

№п.п.	Параметры	Начало года	Середина года	Конец года	Оценочные показатели
1	Чувство ритма				умение простучать, прохлопать несложную ритмическую группировку.
2	Сценические способности				умение выразить характер и настроение танца через жесты, позы и мимику.
3	Пластика				искусство ритмических изящных движений тела, согласованность движений и жестов

4	Креативность				развитие творческих способностей обучающихся, воображения, фантазии. Танцевальная импровизация
5	Специальная физическая подготовка				природные и приобретённые физические данные тела.

## 2.5 МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

В образовательном процессе используются:

- Словесные методы: беседа, рассказ, чтение литературы, обсуждение по теме.
- Наглядные методы: показ видеоматериала, показ педагога, показ ученика.
- Практические методы: обучающиеся приучаются правильно перемещаться по залу. Задания идут в усложняющейся последовательности с чередованием упражнений на выработку тех или иных навыков.

На протяжении всего периода обучения действует объяснительно-иллюстративный метод - педагог объясняет и показывает движение. Использование объяснительно-иллюстративного метода - один из наиболее экономных способов передачи, обобщенного и систематизированного объёма учебного материала. Педагог также часто прибегает к репродуктивному методу, при котором обучающиеся усваивают знания по неоднократному воспроизведению сообщённых им знаний и показанных способов деятельности. Словом, воспроизведение и повторение способа деятельности по образцу являются главным признаком репродуктивного метода. Оба охарактеризованных метода обогащают детей знаниями, навыками и умениями, формируют у них основные мыслительные операции, но не гарантируют развитие творческих способностей, не позволяют планомерно и целенаправленно их формировать. Эта цель достигается продуктивным методом.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### Для педагогов:

1. Барышникова, Т. Азбука хореографии. / Т. Барышникова. – М.: Айри Пресс, 2009. – 256 с.
2. Ваганова, А.Я. Основы классического танца. / А.Я. Ваганова. – СПб.: Лань, 2000. – 192 с.
3. Руднева, С., Фиш, Э. Ритмика. Музыкальное движение. / С. Руднева, Э. Фиш. – М.: Просвещение, 2012. – 334 с.

### Для обучающихся:

1. Великович, Э. Здесь танцуют. Рассказы о танцах. / Э. Великович. – СПб.: Детская литература, 2014. – 198 с.
2. Лиепа, М. Вчера и сегодня в балете. / М. Лиепа. – М.: Молодая гвардия, 2012. – 201 с.
3. Пасютинская, В. Волшебный мир танца. Книга для учащихся. / В. Пасютинская. – М.: Просвещение, 2015. – 410 с.

## Календарный учебный график на учебный год

№ п/п	Месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	Практическое занятие	2	<u>Вводное занятие.</u> Исходная диагностика ЗУН. Знакомство с программой «Хореография в художественной гимнастике». Техника безопасности.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
2		Практическое занятие	2	<u>Разогрев у станка.</u> Набор элементов классического танца под музыкальное сопровождение для подготовки мышц к работе.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
3		Практическое занятие	2	<u>Разогрев у станка.</u> Набор элементов классического танца под музыкальное сопровождение для подготовки мышц к работе.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
4		Практическое занятие	1 1	<u>Разогрев у станка.</u> Набор элементов классического танца под музыкальное сопровождение для подготовки мышц к работе. <u>Танцевальная импровизация.</u> Этюд на тему «1 сентября».	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
5		Практическое занятие	2	<u>Из истории русской хореографии.</u> Просмотр балета «Лебединое озеро» композитора П.И. Чайковского.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
6		Практическое занятие	2	<u>Постановочная и репетиционная работа.</u> Концертная деятельность. Постановка танцевального номера.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
7		Практическое занятие	2	<u>Из истории русской хореографии.</u> Просмотр балета «Щелкунчик»	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
8		Практическое занятие	2	<u>Постановочная и репетиционная работа.</u> Концертная деятельность. Постановка танцевального номера.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
9	Октябрь	Практическое занятие	2	<u>Постановочная и репетиционная работа.</u> Концертная деятельность. Чистка номера.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
10		Практическое	2	<u>Экзерсис у станка.</u> Постановка корпуса, рук, ног, головы.	ЦДТ «Хибины»	наблюдение,

		занятие			пр. Ленина, д.5	обсуждение, анализ, практическая работа
11		Практическое занятие	2	<u>Allegro. Прыжки на середине.</u> Маленькие прыжки как средство развития эластичности стопы.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
12		Практическое занятие	2	<u>Азбука музыкального движения.</u> Изучение музыкального размера 4/4 и 2/4.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
13		Практическое занятие	2	<u>Экзерсис у станка.</u> Постановка корпуса, рук, ног, головы.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
14		Практическое занятие	2	<u>Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.</u> Репетиция на сцене в концертных костюмах.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
15		Практическое занятие	2	<u>Азбука музыкального движения.</u> Изучение музыкального размера $\frac{3}{4}$ .	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
16		Практическое занятие	2	<u>Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.</u> Конкурсное выступление.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
17	Ноябрь	Практическое занятие	2	<u>Экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации Plie и Battement tendu под музыкальное сопровождение.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
18		Практическое занятие	2	<u>Азбука музыкального движения.</u> Изучение музыкального размера $\frac{3}{4}$ .	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
19		Практическое занятие	2	<u>Азбука музыкального движения.</u> Изучение музыкального размера 4/4.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
20		Практическое занятие	2	<u>Экзерсис у станка.</u> Повторить упражнение Battement tendu, написать его разбор на бумаге по тактам.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа

21		Практическое занятие	1 1	<u>Разогрев у станка.</u> Разбор частых ошибок в работе у станка (распределение веса тела на стопы, постановка корпуса и рук). <u>Экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации Battement tandu jete на 45 градусов.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
22		Практическое занятие	2	<u>Allegro. Прыжки на середине.</u> Разучивание прыжка Assomble вперёд.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
23		Практическое занятие	2	<u>Партерная гимнастика.</u> Разучивание точек танцевального класса.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
24		Практическое занятие	2	<u>Экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации Rond de jamb parterre.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
25	Декабрь	Практическое занятие	2	<u>Экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации Frappe.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
26		Практическое занятие	1 1	<u>Партерная гимнастика.</u> Техника выполнения упражнений на работу стопы. <u>Партерная гимнастика.</u> Комплекс упражнений направленный на работу стопы (flex, point, «птичка»).	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
27		Практическое занятие	2	<u>Партерная гимнастика.</u> Упражнения в партере на развитие выворотности и подвижности тазобедренного сустава.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
28		Практическое занятие	2	<u>Экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации Battement Fondu.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
29		Практическое занятие	2	<u>Allegro. Прыжки на середине.</u> Разучивание прыжка Assomble в стонону с продвижением вперёд.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
30		Практическое занятие	2	<u>Экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации Adagio.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
31		Практическое	2	<u>Экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации Grand Battement.	ЦДТ «Хибины»	наблюдение,

		занятие			пр. Ленина, д.5	обсуждение, анализ, практическая работа
32		Практическое занятие	2	<u>Повороты, вращения.</u> На месте и с продвижением. Промежуточная диагностика.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
33	Январь	Практическое занятие	2	<u>Из истории русской хореографии.</u> Просмотр фильма «Методика классического танца».	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
34		Практическое занятие	2	<u>Разогрев у станка.</u> Набор элементов классического танца под музыкальное сопровождение для подготовки мышц к работе.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
35		Практическое занятие	2	<u>Разогрев у станка.</u> Набор элементов классического танца под музыкальное сопровождение для подготовки мышц к работе.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
36		Практическое занятие	1 1	<u>Партерная гимнастика.</u> Комплекс упражнений на развитие шага (большие броски, удержания) лёжа на боку, животе, спине. <u>Партерная гимнастика.</u> Разбор техники выполнения больших бросков в разных направлениях.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
37		Практическое занятие	2	<u>Allegro. Прыжки на середине.</u> Разучивание прыжка Ferme, Jette с проходящим прыжком Glissat.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
38		Практическое занятие	2	<u>Танцевальная импровизация.</u> Танцевальный этюд на тему «Зоопарк» (коллективная работа).	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
39		Практическое занятие	2	<u>Повороты, вращения.</u> На месте и с продвижением.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
40		Практическое занятие	2	<u>Из истории русской хореографии.</u> Просмотр балета «Анна Каренина» Бориса Эйфмана.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
41	Февраль	Практическое занятие	2	<u>Азбука музыкального движения.</u> Сильная и слабая доля.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа



41		Практическое занятие	2	<u>Экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации Battement tandu jete на 45 градусов.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
43		Практическое занятие	2	<u>Разогрев у станка.</u> Правильная осанка и распределения веса тела, апломб.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
44		Практическое занятие	2	<u>Партерная гимнастика.</u> Упражнения на укрепление и силу спины (подъёмы, удержания).	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
45		Практическое занятие	2	<u>Аллего. Прыжки на середине.</u> Качество прыжка, ошибки, техника исполнения.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
46		Практическое занятие	2	<u>Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.</u> Репетиция на сцене в концертных костюмах.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
47		Практическое занятие	2	<u>Разогрев у станка.</u> Выворотность и развитие шага.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
48		Практическое занятие	2	<u>Экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации Rond de jamb parterre.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
49	Март	Практическое занятие	2	<u>Экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации Frappe.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
50		Практическое занятие	2	<u>Партерная гимнастика.</u> Battement tandu, Battement tandu jete в партере с работой стопы.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
51		Практическое занятие	2	<u>Повороты, вращения.</u> На месте и с продвижением.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
52		Практическое занятие	2	<u>Партерная гимнастика.</u> Разучивание комбинации Adajio, Grand Battement.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа

53		Практическое занятие	2	<u>Экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации Adajio.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
54		Практическое занятие	2	<u>Танцевальная импровизация.</u> Танцевальный этюд на тему «Дружба» (работа в паре).	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
55		Практическое занятие	2	<u>Азбука музыкального движения.</u> Сильная и слабая доля.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
56		Практическое занятие	2	<u>Повороты, вращения.</u> На месте и с продвижением.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
57	Апрель	Практическое занятие	2	<u>Экзерсис у станка.</u> Тренаж упражнений под музыкальное сопровождение.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
58		Практическое занятие	2	<u>Партерная гимнастика.</u> Выворотность. Верхняя и нижняя.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
59		Практическое занятие	2	<u>Постановочная и репетиционная работа.</u> Концертная деятельность. Постановка танцевального номера.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
60		Практическое занятие	2	<u>Повороты, вращения.</u> На месте и с продвижением.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
61		Практическое занятие	2	<u>Экзерсис у станка.</u> Ошибки и способы их устранения.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
62		Практическое занятие	2	<u>Партерная гимнастика.</u> Комплекс упражнений на развитие выворотности.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
63		Практическое занятие	2	<u>Постановочная и репетиционная работа.</u> Концертная деятельность. Концертное выступление.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа

64		Практическое занятие	2	<u>Из истории русской хореографии.</u> Просмотр концерта народного ансамбля «Берёзка».	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
65	Май	Практическое занятие	2	<u>Экзерсис у станка.</u> Ошибки и способы их устранения.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
66		Практическое занятие	2	<u>Из истории русской хореографии.</u> Просмотр концерта народного ансамбля Моисеева.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
67		Практическое занятие	2	<u>Повороты, вращения.</u> На месте и с продвижением.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
68		Практическое занятие	2	<u>Экзерсис у станка.</u> Тренаж упражнений под музыкальное сопровождение.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
69		Практическое занятие	2	<u>Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.</u> Концертное выступление.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
70		Практическое занятие	2	<u>Повороты, вращения.</u> На месте и с продвижением.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
71		Практическое занятие	2	<u>Партерная гимнастика.</u> Техника выполнения элемента задняя затяжка.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
72		Практическое занятие	2	<u>Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.</u> Концертное выступление.	ЦДТ «Хибины» пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
<b>Всего часов по программе</b>		<b>144</b>				