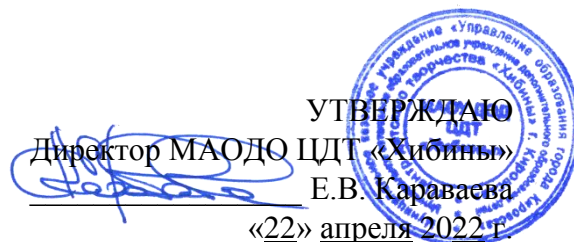


МУНИЦИПАЛЬНАЯ АВТОНОМНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «ХИБИНЫ» ГОРОДА КИРОВСКА»

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

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОДО ЦДТ «Хибинь»  
Е.В. Караева  
«22» апреля 2022 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«СПОРТИВНАЯ ХОРЕОГРАФИЯ. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МАСТЕРСТВА»

Направленность: художественная  
Уровень программы: продвинутый  
Возраст учащихся: 12-18 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 .....	5
1.3.2 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА .....	6
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 .....	9
2.5 МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.....	10
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	12
Приложение 1.....	13
Календарный учебный график на учебный год.....	13
Приложение 2.....	21
Педагогическая оценка хореографических способностей.....	21

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

## **1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Хореографическая подготовка в художественной гимнастике является дополнительным средством подготовки на пути к высшим спортивным достижениям. В связи с этим занятия хореографией являются частью учебно-тренировочного процесса и должны быть взаимосвязаны с другими видами подготовки гимнасток, а программа по хореографии входит в общую программу подготовки гимнасток.

Урок состоит из упражнений у опоры и на середине зала, последние делятся на экзерсис, адажио, аллегро и упражнения на пальцах. Последовательность упражнений у опоры и на середине одинакова, затем на середине зала вводится адажио. За адажио следует аллегро, маленькие и большие прыжки, танцевальные вариации и завершается урока «пор де бра» с наклонами вперед и перегибами назад и в стороны. Урок рассчитан на два академических часа.

**Направленность программы** – художественная.

**Уровень программы** – продвинутый.

**Тип программы:** дополнительная общеобразовательная общеразвивающая.

Программа «Спортивная хореография. Совершенствование мастерства» вариативная, при необходимости допускается корректировка содержания и форм занятий, времени прохождения материала, в связи с ежегодной корректировкой репертуарного плана и способностью обучающихся.

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 молодёжи»;

– 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 дети, 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. А так же, данная программы является 2 модулем после освоения программы «Хореография в художественной гимнастике» ознакомительного уровня (1 год обучения) и программы «Спортивная хореография» базового уровня (2 года обучения).

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

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

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

По принципу систематичности обучающиеся 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.

Интеграционный принцип представляет собой воздействие на эмоциональную сферу обучающихся гармоничным сочетанием музыкальных, литературных, живописных хореографических образов.

**Отличительная особенность программы** заключается в том, что она основывается на постепенном развитии природных данных у детей, строгой последовательности в овладении лексикой танцевального искусства, техническими приемами, систематичностью и регулярностью занятий, целенаправленностью учебного процесса. Она рассчитана на совершенствование мастерства в хореографическом искусстве, постановку и исполнение концертных номеров, приобретение предпрофессиональных навыков.

**Новизну данной программы** по хореографической подготовке определяет синтез углублённого изучения классического экзерсиса у станка и на середине зала, развития творческого мышления, воображения и фантазии.

**Адресат программы:** дети 12-18 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 45 минут) с перерывом в 10 минут. Режим занятий соответствует требованиям СанПиН. Соблюдается режим проветривания помещений, санитарное содержание помещений и площадок проведения занятий.

**Срок освоения программы** – 1 год.

**Наполняемость группы** – 10-12 человек.

**Формы организации образовательного процесса.**

- учебное занятие;
- открытое занятие;
- беседа; диалог;
- экскурсия;
- просмотр выступлений творческих коллективов, показательных выступлений, открытых занятий, репетиций;
- концерт;
- конкурс;
- фестиваль.

## 1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

**Цель программы:** совершенствование хореографического мастерства.

### Задачи

#### Обучающие:

- слушать и слышать музыку, передавать ее содержание в движении;
- совершенствование двигательных навыков через танцевальные движения.

#### Развивающие:

– способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата, координации движений и общей физической выносливости (ловкости, быстроты, гибкости, прыгучести, функций равновесия, выносливости);

– способствовать развитию эстетических способностей (музыкальности, танцевальности, артистизма);

- способствовать развитию морально-волевых и нравственных качеств ребёнка.

#### Воспитательные:

- способствовать формированию активной жизненной позиции;
- способствовать приобщению к здоровому образу жизни.

## 1.3 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 1.3.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела	Всего	Теория	Практика	Форма аттестации /контроля
1	Вводное занятие.	2	1	1	Входящая аттестация
2	Здоровый образ жизни.	18	18	0	- учебное занятие; - открытое занятие; - беседа; диалог; - игра; - экскурсия; - просмотр выступлений творческих коллективов, показательных выступлений, открытых занятий, репетиций; - музыкальное соревнование; - занятие-праздник; - концерт; - конкурс; - фестиваль.
3	Разогрев у станка.	8	0	8	
4	Творческий потенциал.	18	0	18	
5	Классический экзерсис у станка.	30	2	28	
6	Классический экзерсис на середине.	30	3	27	
7	Прыжки и повороты.	10	2	8	
8	Танцевальная импровизация.	6	0	6	
9	Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.	20	0	20	
10	Итоговое занятие	2	0	2	
<b>Итого</b>		<b>144</b>	<b>26</b>	<b>118</b>	

### 1.3.2 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

#### **Тема 1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ. – 2 часа.**

Теория (1 час): Беседа. Знакомство с образовательной программой, репертуарным планом, участием в конкурсах и фестивалях на 2022-2023 учебный год.

Практика (1 час): Изучение поклона, повторение репертуара.

#### **Тема 2. ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ. – 18 часов.**

Теория (18 часов): Беседы на тему здорового образа жизни с выполнением домашних заданий и ведением дневника питания с обязательной проверкой педагогом один раз в неделю:

- **Вода.** Вода- жизненно важный элемент здорового питания, хорошего самочувствия. Её роль в организме человека и польза. Расчёт объёма воды, необходимого каждому ребёнку ежедневно.

- **Сахар.** Содержание сахара в продуктах питания и напитках. Скрытый сахар. Влияние сахара на организм человека.

- **Диета.** Польза и вред диеты. Последствия диет.

- **Режим дня.** Временные промежутки между приёмами пищи, сон человека, количество приёмов пищи и активность.

- **Белки, жиры, углеводы.** Основные понятия, гликемический индекс продуктов питания, пирамида продуктов для здорового образа жизни.

- **Правило тарелки.** Ценность продуктов, соотношение на тарелке, варианты завтрака, обеда, ужина.

- **Гигиена лица и тела.** Средства ухода за лицом и телом, последовательность средств по уходу за кожей лица, особенности подростковой кожи.

- **Дневник питания.** Дневник питания как инструмент самоконтроля, поиска ошибок в пищевых привычках, достижения поставленных целей (набор веса, потеря веса). Система ведения дневника, проверка дневника педагогом.

- **Здоровые привычки.** Перечень привычек, благотворно влияющих на здоровье (вода, ходьба, ограничение мучного и сладкого, закаливание и другие).

#### **Тема 3. РАЗОГРЕВ У СТАНКА. – 8 часов.**

Практика (8 часов): Разучивание разогрева у станка перед тем как приступить к упражнениям классического танца. Упражнения направлены на подготовку к работе всех групп мышц (leve, plie, упражнения для разогрева стоп, мышц спины, шеи, плечевого пояса, волны и перегибы).

#### **Тема 4. ТВОРЧЕСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ. – 18 часов.**

Практика (18 часов): Развитие творческого мышления, скорости воспроизведения заданий, равной работы правой и левой ногой, рукой. Выполнение заданий педагога повторить учебную комбинацию назад, с другой ноги, в другую сторону, например, разучив комбинацию с правой ноги самостоятельно воспроизвести её с левой или разучив комбинацию вперёд самостоятельно сделать её назад.

#### **Тема 5. КЛАССИЧЕСКИЙ ЭКЗЕРСИС У СТАНКА. – 30 часов.**

Теория (2 часа): Методика исполнения упражнений экзерсиса у станка с работой на полупальцах.

Практика (28 часов): Все движения экзерсиса выполняются в более быстром темпе, с добавлением поворотов, туров, работой руки и головы, с выходом на полупальцы. Знание и воспроизведений упражнений классического танца на слух. Введение в работу предметов художественной гимнастики (обруч, мяч, булавы, лента) для развития координации движений, устойчивости, силы рук и спины.

### **Тема 6. КЛАССИЧЕСКИЙ ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ. – 30 часов.**

Теория (3 часа): Методика исполнения упражнений экзерсиса на середине зала с работой на полупальцах, с предметом, с разными предметами в каждой руке.

Практика (27 часов): Тренаж упражнений классического танца на середине зала от Plie до Grand Battement в больших и маленьких позах, с добавлением туров, турлянов, прыжков, равновесий и работой гимнастических предметов.

### **Тема 7. ПРЫЖКИ И ПОВОРОТЫ. – 10 часов.**

Теория (2 часа): Техника исполнения прыжков и поворотов. Правила исполнения.

Практика (8 часов): Всевозможные вариации прыжков с воспроизведением на слух, что способствует развитию слуховой памяти, скорости восприятия и координации движений. Комбинирование поворотов на ускорение, с сохранением точки, со сменой ракурса, с остановками в позу, с работой предмета.

### **Тема 8. ТАНЦЕВАЛЬНАЯ ИМПРОВИЗАЦИЯ. – 6 часов.**

Практика (6 часов): Дети импровизируют по задаче педагога на заданную тему и под заранее прослушанное музыкальное сопровождение сольно, в парах или коллективно.

### **Тема 9. ПОСТАНОВОЧНАЯ И РЕПЕТИЦИОННАЯ РАБОТА. КОНЦЕРТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ. – 20 часов.**

Практика (20 часов): Постановка сюжетных и бессюжетных концертных номеров. В работе используется характерная и эстрадная музыка. Повторение и отработка репертуара коллектива. Подготовка к конкурсам и концертам. Выступление и просмотр выступлений других коллективов. Разбор ошибок после выступления.

### **Тема 10. ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ. – 2 часа.**

Практика (2 часа): Демонстрация открытого занятия «Творческий экзамен» для родителей с целью повышения качества образования и исполнительского мастерства.

Творческий экзамен – это итог творческих работ детей совместно с педагогом (сочинённые комбинации упражнений классического танца у станка, на середине зала, танцевальные комбинации, этюды, творческие танцевальные номера).

## **1.4 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**К концу учебного года обучающиеся должны знать:**

- методику классического танца;
- особенности организма;
- правила работы с гимнастическими предметами;
- соблюдать правила техники безопасности при работе со станком и зеркалами.

**уметь:**

- исполнять упражнения классического танца «правильными» мышцами;
- координировать работу рук, ног и головы;
- воспроизводить упражнения классического танца на слух;
- исполнять упражнения с характером, точками, акцентами и паузами.

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

1. «Кружится девочка на ковре» (сольный танцевальный номер).
2. «Рапунцель» (сольный танцевальный номер).
3. «Русских хоровод» (массовый танцевальный номер).

## 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: 10-12 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

**Текущий контроль** – предполагает систематическую проверку и оценку знаний, умений и навыков по конкретным темам в течение учебного года;

**Входящая диагностика** – имеет диагностические задачи и осуществляется в начале учебного года. Цель – зафиксировать начальный уровень подготовки, имеющиеся знания, умения и навыки, связанные с предстоящей деятельностью;

**Промежуточная аттестация** осуществляется в середине учебного года с целью оценки теоретических знаний, а также практических умений и навыков по итогам полугодия, может проводиться в форме открытого занятия, участия в традиционных конкурсах, фестивалях различного уровня. Промежуточный контроль проводится также в форме – открытых занятий с последующим детальным обсуждением, на котором присутствуют руководитель объединения, учащиеся и приглашенные родители или лица, их заменяющие.

**Итоговая аттестация** осуществляется в конце учебного года. Наиболее распространенной ее формой является открытое занятие. Оно проводится в конце второго полугодия, что позволяет сравнивать результаты и сделать заключение об эффективности программы.

В течение учебного года проводятся диагностические мероприятия (наблюдение, контрольные срезы, контрольные занятия, конкурсные выступления) с целью педагогического анализа и оценки результатов обучения.

За период обучения по программе обучающиеся получают определённый объём знаний и умений, качество которых проверяется в течение года с помощью следующих методов:

- 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 результаты. 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).

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

## 2.4 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

### График проведения промежуточной и итоговой аттестации

Год обучения	I полугодие	II полугодие
1	Декабрь - открытое занятие для родителей	Май - открытое занятие для родителей

## Критерии оценивания

1. **Чувство ритма** – умение простучать, прохлопать ритмический рисунок повторив за педагогом.

1-3 балла – не может повторить ритмический рисунок

4 балла – допускает незначительные ошибки

5 баллов – повторяет без ошибок точно и сразу.

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

1-3 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.

1-3 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.

1-3 балла – при танцевальной импровизации используют только разученные движения

4 балла – частично вносит изменения в разученные движения

5 баллов – придумывает совершенно новые движения

Каждый критерий (от 1 до 5 баллов):

– 15-20 баллов – высокий уровень подготовки;

– 10-15 – средний;

– 1-10 – низкий уровень подготовки.

**См. Приложение 2**

## 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: 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 объема 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.

Принципы отбора содержания программы

Подбор репертуара с позиции его педагогической целесообразности, художественно-эстетической ценности.

Достоверность и научность сообщаемой информации, терминологии формируемых ЗУН.

Систематичность и прочность формируемых ЗУН.

Последовательность формируемых ЗУН.

Соответствие ЗУН возрастным и индивидуальным возможностям обучающихся.

**1-е полугодие** – формирование устойчивого интереса к занятиям хореографией. Обучающиеся обладают недостаточным уровнем природных задатков. Цель работы с такими детьми – обучение способам деятельности в области хореографии, воспитание воли, стремления самосовершенствования.

**2-е полугодие** – завершена психологическая подготовка ребенка к данному виду деятельности. Цель обучения – развитие способности творческого самовыражения ребенка средствами хореографии, формирование навыков исполнения сценического танца, расширение кругозора. Развитие эстетического вкуса, познавательной и творческой активности.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### Для педагогов:

1. Васильева, Т.К. Секрет танца: учеб.- метод. пособие. / Т.К. Васильева. – СПб.: Диамант, 2016. – 180 с.
2. Васильева, Е. Танец: книга для учителей. / Е. Васильева – М.: Искусство, 2016. – 210 с.
3. Козлов, В.В. Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования: Акробатика: учеб.- метод. пособие. / Козлов В. В. – М.: ВЛАДОС 2014. – 64 с.
4. Левин, М.В. Гимнастика в хореографической школе: учеб.- метод. пособие. / М.В. Левин. – М: Terra. Спорт, 2017. – 115 с.
5. Пуртова, Т.В. Учите детей танцевать: учеб.- метод. пособие. / Т.В. Пуртова. – М.: ВЛАДОС, 2013. – 234 с.
6. Смирнова, М.В. Классический танец: книга для учителей. / М.В. Смирнова. – М., 2015. – 230 с.

### Литература для учащихся и родителей:

1. Барышникова, Т.А. Азбука хореографии: учеб.-метод. пособие. /Т.А. Барышникова. – СПб.: ВЛАДОС, 2013. – 128 с.
2. Бурмистрова, И., Силаева, К. Школа танца для юных: учеб.-метод. пособие. / И. Бурмистрова, К. Силаева. – М.: Искусство, 2016. – 210 с.
3. Васильева, Т.К. Секрет танца: учеб.- метод. пособие. / Т.К. Васильева. – СПб.: Диамант, 2016. – 180 с.
4. Козлов, В.В. Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования: Акробатика: учеб.- метод. пособие. / Козлов В.В. – М.: ВЛАДОС 2013. – 64 с.
5. Миллер, Э, Блэкман, К. Упражнения на растяжку: учеб.- метод. пособие. / Э. Миллер, К. Блэкман – М.: Москва, 2016. – 100 с.
6. Михайлова, М.А., Воронина, Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения: учеб.- метод. пособие. / М.А. Михайлова, Н.В. Воронина. – М.: Ярославль, 2017. – 340 с.
7. Попова, Е.Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике: книга для учителей. / Е.Г. Попова. – М.: Искусство, 2017. – 240 с.

## Календарный учебный график на учебный год

№ п/п	Месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	групповая	2	<u>Вводное занятие.</u> Исходная диагностика ЗУН. Знакомство с программой «Спортивная хореография. Совершенствование мастерства». Техника безопасности.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
2		групповая	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		групповая	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		групповая	2	<u>Танцевальная импровизация.</u> Этюд на тему «Утро спортсмена».	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
5		групповая	2	<u>Здоровый образ жизни.</u> Беседа на тему «Вода».	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
6		групповая	2	<u>Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.</u> Повторение репертуара.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
7		групповая	2	<u>Прыжки и повороты.</u> Исполнение по диагонали по одному, в парах, через одного с разных диагоналей.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
8		групповая	2	<u>Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.</u> Постановка танцевального номера.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа

9	Октябрь	групповая	2	<u>Классический экзерсис на середине.</u> Повторение пройденного материала.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
10		групповая	2	<u>Классический экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации Plie и Battement tandu под музыкальное сопровождение.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
11		групповая	2	<u>Здоровый образ жизни.</u> Беседа на тему «Сахар».	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
12		групповая	2	<u>Прыжки и повороты.</u> Исполнение по диагонали по одному, в парах, через одного с разных диагоналей.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
13		групповая	1	<u>Классический экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации Battement tandu jete на 45 градусов из-за такта.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
			1	<u>Творческий потенциал.</u> Самостоятельный разбор упражнения у станка в обратном направлении и с другой ноги.		
14		групповая	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		групповая	2	<u>Классический экзерсис на середине.</u> Разучивание комбинации Plie и Battement tandu под музыкальное сопровождение.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
16		групповая	2	<u>Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.</u> Постановка танцевальных номеров согласно репертуарному плану.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
17		Ноябрь	групповая	2	<u>Классический экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации Rond de jamb par terre носком в пол, на 45 и 90 градусов.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5
18	групповая		2	<u>Здоровый образ жизни.</u> Беседа на тему «Диета».	ЦДТ «Хибины»,	наблюдение,

				пр. Ленина, д.5	обсуждение, анализ, практическая работа	
19	групповая	2	<u>Прыжки и повороты.</u> Серии прыжков на месте и с продвижением.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа	
20	групповая	2	<u>Классический экзерсис на середине.</u> Разучивание комбинации Battement tandu jete на 45 градусов.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа	
21	групповая	1 1	<u>Классический экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации Battement Fondu. <u>Творческий потенциал.</u> Самостоятельный разбор упражнения у станка в обратном направлении и с другой ноги.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа	
22	групповая	2	<u>Здоровый образ жизни.</u> Беседа на тему «Режим дня».	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа	
23	групповая	2	<u>Классический экзерсис на середине.</u> Разучивание комбинации Rond de jamb parterre носком в пол, на 45 и 90 градусов.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа	
24	групповая	1 1	<u>Классический экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации Frappe. <u>Творческий потенциал.</u> Самостоятельный разбор упражнения у станка в обратном направлении и с другой ноги.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа	
25	Декабрь	групповая	2	<u>Классический экзерсис на середине.</u> Разучивание комбинации Battement Fondu.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
26		групповая	2	<u>Классический экзерсис на середине.</u> Разучивание комбинации Tanlie носком в пол, на 45 и 90 градусов.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
27		групповая	1	<u>Классический экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации	ЦДТ «Хибины»,	наблюдение,

		1	Adajio. <u>Классический экзерсис на середине.</u> Разучивание комбинации Fгарре.	пр. Ленина, д.5	обсуждение, анализ, практическая работа	
28	групповая	2	<u>Творческий потенциал.</u> Самостоятельный разбор упражнений у станка Rond de jamb parterre и Battement Fondu в обратном направлении и с другой ноги.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа	
29	групповая	2	<u>Здоровый образ жизни.</u> Беседа на тему «Белки, жиры, углеводы».	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа	
30	групповая	2	<u>Классический экзерсис на середине.</u> Разучивание комбинации Adajio.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа	
31	групповая	2	<u>Классический экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации Grand Battement.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа	
32	групповая	2	<u>Прыжки и повороты.</u> Серии прыжков на месте и с продвижением.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа	
33	Январь	групповая	2	<u>Здоровый образ жизни.</u> Беседа на тему «Правило тарелки».	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
34	групповая	2	<u>Классический экзерсис на середине.</u> Разучивание комбинации Grand Battement.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа	
35	групповая	2	<u>Творческий потенциал.</u> Самостоятельный разбор упражнений у станка Adajio и Grand Battement в обратном направлении и с другой ноги.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа	
36	групповая	2	<u>Классический экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации Petti Battement и An Lerre.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ,	



					практическая работа	
37	групповая	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	
38	групповая	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	
39	групповая	2	<u>Классический экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации Plie и Battement tandu под музыкальное сопровождение.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа	
40	групповая	2	<u>Танцевальная импровизация.</u> Танцевальный этюд на тему «Святочные гадания» (коллективная работа).	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа	
41	Февраль	групповая	2	<u>Прыжки и повороты.</u> Удержание равновесия после вращений на середине зала, точка в заданную позу.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
41		групповая	2	<u>Классический экзерсис на середине.</u> Разучивание комбинации Plie и Battement Tandou на середине зала с использованием маленьких и больших поз.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
43		групповая	2	<u>Творческий потенциал.</u> Самостоятельная работа. Составление собственной комбинации у станка на выбор.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
44		групповая	2	<u>Классический экзерсис на середине.</u> Разучивание комбинации Battement tandu jete на 45 градусов.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
45		групповая	2	<u>Здоровый образ жизни.</u> Беседа на тему «Гигиена лица и тела».	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа

46		групповая	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		групповая	2	<u>Классический экзерсис на середине.</u> Разучивание комбинации Rond de jamb parterre.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
48		групповая	2	<u>Классический экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации Rond de jamb parterre.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
49	Март	групповая	2	<u>Классический экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации Fgarpe.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
50		групповая	2	<u>Классический экзерсис на середине.</u> Pas de boure, Sesson, desu-desu.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
51		групповая	2	<u>Творческий потенциал.</u> Самостоятельная работа. Составление собственной комбинации у станка на выбор.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
52		групповая	2	<u>Классический экзерсис на середине.</u> Разучивание комбинации Adajjo, Grand Battement.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
53		групповая	2	<u>Классический экзерсис у станка.</u> Разучивание комбинации Adajjo.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
54		групповая	2	<u>Танцевальная импровизация.</u> Танцевальный этюд на тему «Весенние цветы» (работа в паре).	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
55		групповая	2	<u>Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.</u> Концертное выступление.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ,

					практическая работа
56		групповая	2	<u>Творческий потенциал.</u> Самостоятельная работа. Составление собственной комбинации у станка на выбор.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5 наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
57	Апрель	групповая	2	<u>Классический экзерсис у станка.</u> Тренаж упражнений под музыкальное сопровождение.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5 наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
58		групповая	2	<u>Классический экзерсис на середине.</u> Апломб на середине зала.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5 наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
59		групповая	2	<u>Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.</u> Постановка танцевального номера.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5 наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
60		групповая	2	<u>Здоровый образ жизни.</u> Беседа на тему «Дневник питания».	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5 наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
61		групповая	2	<u>Классический экзерсис у станка.</u> Ошибки и способы их устранения.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5 наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
62		групповая	2	<u>Классический экзерсис на середине.</u> Разучивание комбинации Rond de jamb parterre.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5 наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
63		групповая	2	<u>Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.</u> Чистка номеров.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5 наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
64		групповая	2	<u>Здоровый образ жизни.</u> Беседа на тему «Здоровые привычки».	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5 наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа

65	Май	групповая	2	<u>Классический экзерсис у станка.</u> Ошибки и способы их устранения.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
66		групповая	2	<u>Прыжки и повороты.</u> Комбинирование прыжков и поворотов.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
67		групповая	2	<u>Творческий потенциал.</u> Самостоятельная работа. Составление собственной комбинации у станка на выбор.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
68		групповая	2	<u>Классический экзерсис у станка.</u> Тренаж упражнений под музыкальное сопровождение.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
69		групповая	2	<u>Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность.</u> Чистка номеров.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
70		групповая	2	<u>Творческий потенциал.</u> Самостоятельная работа. Составление собственной комбинации у станка на выбор.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
71		групповая	2	<u>Классический экзерсис на середине.</u> Апломб на середине зала. Серия поворотов.	ЦДТ «Хибины», пр. Ленина, д.5	наблюдение, обсуждение, анализ, практическая работа
72		групповая	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>			

## Педагогическая оценка хореографических способностей

\_\_\_\_\_ учебный год

№	ФИО	Чувство ритма		Сценические способности		Пластика		Креативность	
		Нач. года	Конец года	Нач. года	Конец года	Нач. года	Конец года	Нач. года	Конец года
1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
6.									
7.									
8.									
9.									
10.									
11.									
12.									

В – высокий уровень

С – средний уровень

Н – низкий уровень