

СОДЕРЖАНИЕ

[ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА 2](#_Toc173608298)

[СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПО ХОРЕОГРАФИИ ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «СОЗВЕЗДИЕ» 2](#_Toc173608301)

[КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПО ХОРЕОГРАФИИ ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «СОЗВЕЗДИЕ» 2](#_Toc173608302)

[МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ 2](#_Toc173608303)

[СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ 2](#_Toc173608304)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа дополнительного образованияпо хореографии художественно-эстетической направленности «Созвездие» составлена на основе методического пособия «Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры», - М.: Дрофа, 2003г, автор Г. А. Колодницкий.

Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует фигуру, развивает двигательную активность, гибкость и пластичность.

**Актуальность** данной программы обусловлена тем, что для детей специальных коррекционных школ высокая двигательная активность является естественной потребностью. Она заложена наследственной программой индивидуального развития ребенка и обуславливает необходимость постоянного подкрепления расширяющихся функциональных возможностей органов и структур организма детей. Если органы и структуры не проявляют постоянной активности, то процессы их развития тормозятся и как следствие этого возникают разнообразные функциональные и морфологические нарушения.

При этом следует учитывать возрастные особенности, уровень подготовки и развития в целом, соматические нарушения, общую физическую ослабленностть, нарушением моторики и т.п.

**Новизна программы:** в данной программе учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: ритмику, элементы классического танца, элементы русского народного танца, элементы бального танца, элементы национального танца, постановочно-репетиционную работу.

В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить обучающихся со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

В процессе занятий обучающиеся осваивают выразительность танцевальных движений, приобретают навыки самоанализа, самотворчества.

**Цель программы:**сформировать художественный вкус, пластичную выразительность, музыкальность.

**Задачи программы:**

- корригировать дефекты психического и физического развития детей с ограниченными возможностями;

- учить обучающихся красиво и органично выражать себя в танце, вырабатывать технику исполнения танцевальных движений;

- развивать внимание, воображение, координацию, пластику движений.

Программа разработана для обучающихся8-16лет (младшего, среднего и старшего звеньев) и рассчитана на 102 часа в год, 3 часа в неделю.

Наполняемость группы от 6 до 12 человек.

Занятия по данной программе состоят в основном из практических занятий. Теоретическая часть введена в форме объяснений, пояснения в сочетании с практикой.

Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы проходит в форме отчетных концертов, выступлений на культурно-массовых мероприятиях, конкурсах и фестивалях.

****Личностные и предметные результаты освоения****

****программы****

**Личностные результаты:**

* ответственное отношение к учению, готовность и спо­собность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
* развитиедвигательнойактивности;
* формирование способности к эмоциональному вос­приятию материала;
* осознавать роль танца в жизни;
* развитиетанцевальныхнавыков.

Предметные результаты:

* правильнодержатьосанку;
* правильно выполнять позиции рук и ног;
* правильно держать положения корпуса и головы при выполнении танцевальных движений;
* исполнять упражнения, танцевальные движения, хореографические композиции, этюды;
* выполнять передвижения в пространстве зала;
* выразительноисполнятьтанцевальныедвижения.

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название раздела** | **Количество часов** |
|  1 | Ритмика | 14 |
|  2 | Элементы классического танца | 18 |
|  3 | Элементы русского народного танца | 16 |
|  4 | Элементы бального танца | 18 |
|  5 | Элементы национального танца | 14 |
|  6 | Постановочно – репетиционная работа | 22 |
|  | **Итого** | 102 |

# СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПО ХОРЕОГРАФИИ ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «СОЗВЕЗДИЕ»

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Название раздела | Название темы | Содержание материала | Формы занятий |
| **1.** | **Ритмика** | 1. Ритмические упражнения | - упражнения на дыхание;- физиологическая разминка по принципу сверху вниз. | Беседа, тренировочные упражнения |
| 2. Упражнения на ковриках | - лежа на животе – поднимание рук и ног одновременно и поочередно, покачивание;- лежа на спине – поднимание ног, махи ногами; - сидя – сгибание туловища, упражнения для стоп, махи ногами, выпрямление спины; - статические позы (вспомогательные) – «кузнечик», «змея», «верблюд» и т.д. | Беседа, тренировочные упражнения |
| 3. Упражнения для развития художественно-творческих способностей | - движения в образах; - пантомима. | Беседа, тренировочные упражнения |
| 4. Упражнения на пластику и расслабление | - пластичные упражнения для рук;- наклоны корпуса в координации с движениями рук;- напряжение и поочередное расслабление всех мышц тела. | Беседа, тренировочные упражнения |
| 5. Пространственные упражнения | - продвижения с прыжками, бег, поскоки;- перестроение из одной фигуры в другую. | Беседа, тренировочные упражнения |
| 6. Ритмические комбинации | - связки ритмичных движений;- этюды;- танцевальная импровизация. | Беседа, тренировочные упражнения, самостоятельная работа |
| **2.** | **Элементы классического танца** | 1. Постановка корпуса, позиции ног (I, II, III, IV, V), позиции рук (I, II, III, подготовительная) в центре зала, поклон (усложнение). | - плие;- пор-де-бра. | Беседа, тренировочные упражнения |
| 2. Упражнения на середине зала | - приседания и полуприседания;- поднимание стопы на полупальцы;- движение в координации рук и ног по позициям, повороты. | Беседа, тренировочные упражнения |
| 3.Прыжки, верчения | - прыжки на месте по I, II, III позициям ног;- верчения на середине зала (понятие «точки»), в диагонали. | Беседа, тренировочные упражнения |
| 1. 4.Комбинации движений классического танца
 | - этюды;- координация движений рук и ног в исполнении прыжков и верчений;- координация рук и ног в исполнении движений на середине. | Беседа, тренировочные упражнения, самостоятельная работа |
| **3.** | **Элементы русского** **народного танца** | 1. Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон (усложнение). |  | Беседа, тренировочные упражнения |
| 2. Основные танцевальные движения | - танцевальные шаги – с каблука, боковые, с притопом, бег, притопы – одинарный, двойной, тройной;- «Ковырялочка», «Моталочка», «Гармошка»;- повороты, прыжки. | Беседа, тренировочные упражнения |
| 3. Комбинации русского народного танца «Плясовая». | Разучивание комбинации, движений и танцевального рисунка | Беседа, тренировочные упражнения |
| **4.** | **Элементы бального танца** | 1. Основные положения рук, ног, положения в паре, поклон (усложнение). |  | Беседа, тренировочные упражнения |
| 2. Основные элементы бального танца | - элементы танца «Вальс» - прямой вальсовый шаг, прямой вальсовый шаг с поворотом, вальсовое движение «Лодочка»;- свободная композиция (работа в паре);- элементы танца «Рок-н-ролл» - основной ход, приставные шаги, прыжки, повороты. | Беседа, тренировочные упражнения |
| 3. Комбинации бальных танцев«Вальс», «Рок-н-ролл» | - связка отдельных элементов в хореографические комбинации. | Беседа, тренировочные упражнения |
| **5.** | **Элементы национального****танца** | 1. Основные положения рук, ног, постановка корпуса. |  | Беседа, тренировочные упражнения |
| 2. Основные танцевальные движения. | Знакомство с основными танцевальными комбинациями, их отработка. | Беседа, тренировочные упражнения |
| 3. Композиции национального танца (ирландский танец)  | - связка отдельных элементов в свободные композиции. | Беседа, тренировочные упражнения |
| **6.** | **Постановочно-****репетиционная работа** | 1. Изучение движений танцевального номера | 1. Смотр и разучивание танцевальных движений
 | Беседа, тренировочные упражнения |
| 2. Отработка движений танцевального номера; | Соединение движений в комбинации | Тренировочные упражнения |
| 3. Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок | Создание танцевального рисунка, отработка номера в рисунке. | Тренировочные упражнения |
| 4. Репетиционная работа |  | Тренировочные упражнения |

# КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПО ХОРЕОГРАФИИ ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ«СОЗВЕЗДИЕ»

Младшеезвено

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****урока** | **Раздел, тема урока** | **Кол-во****часов** | **Сроки** | **Изменения** |
| 1 | **Ритмика**Упражнения на дыхание | **14**1 |  |  |
| 2 | Физиологическая разминка по принципу сверху вниз | 1 |  |  |
| 3 | Поднимание рук и ног одновременно и поочередно | 1 |  |  |
| 4 | Поднимание ног, махи ногами | 1 |  |  |
| 5 | Движения в образах | 1 |  |  |
| 6 | Пантомима | 1 |  |  |
| 7 | Пластичные упражнения | 1 |  |  |
| 8 | Поочередное расслабление всех мышц тела | 1 |  |  |
| 9 | Продвижения с прыжками, бег, поскоки | 1 |  |  |
| 10 | Перестроение из одной фигуры в другую | 1 |  |  |
| 11 | Ритмические движения | 1 |  |  |
| 12 | Импровизация | 1 |  |  |
| 13 | Ритмические комбинации: этюды | 1 |  |  |
| 14 | Связка танцевальных движений | 1 |  |  |
| 15 | **Элементы классического танца**Постановка корпуса, поклон  | **18**1 |  |  |
| 16 | Позиции рук, ног  | 1 |  |  |
| 17 | Приседания | 1 |  |  |
| 18 | Полуприседания | 1 |  |  |
| 19 | Поднимание стопы на полупальцы | 1 |  |  |
| 20 | Движение в координации рук и ног по позициям, повороты | 1 |  |  |
| 21 | Прыжки на месте по I, II, III позициям ног  | 1 |  |  |
| 22 | Понятие «Точка» | 1 |  |  |
| 23 | Верчения на середине зала, в диагонали | 1 |  |  |
| 24 | Прыжки на месте в координации с движениями рук | 1 |  |  |
| 25 | Гимнастика на полу (растяжка, пресс, спина) | 1 |  |  |
| 26 | Движения классического танца | 1 |  |  |
| 27 | Этюд | 1 |  |  |
| 28 | Координация движений рук в исполнении прыжков | 1 |  |  |
| 29 | Координация движений ног в исполнении прыжков | 1 |  |  |
| 30 | Координация движений рук в исполнении верчений | 1 |  |  |
| 31 | Координация движении ног в исполнений верчений | 1 |  |  |
| 32 | Координация рук и ног в исполнении движений на середине | 1 |  |  |
| 33 | **Элементы русского народного танца**Постановка корпуса, поклон | **16**1 |  |  |
| 34 | Танцевальные шаги – с каблука, боковые | 1 |  |  |
| 35 | Шаг с притопом, бег | 1 |  |  |
| 36 | Притопы- одинарный, двойной, тройной | 1 |  |  |
| 37 | Построение в круг.  | 1 |  |  |
| 38 | Движения по кругу | 1 |  |  |
| 39 | «Ковырялочка» | 1 |  |  |
| 40 | «Моталочка» | 1 |  |  |
| 41 | «Гармошка» | 1 |  |  |
| 42 | Повороты | 1 |  |  |
| 43 | Прыжки | 1 |  |  |
| 44 | Комбинации | 1 |  |  |
| 45 | Построение в фигуры (рисунок) | 1 |  |  |
| 46 | Отработка движений танца «Плясовая» | 1 |  |  |
| 47 | Соединение движений танца в комбинации | 1 |  |  |
| 48 | Постановка танца «Плясовая» | 1 |  |  |
| 49 | **Элементы бального танца**Основные позиции рук. Основные позиции ног. Поклон | **18**1 |  |  |
| 50 | Прямой вальсовый шаг. Прямой вальсовый шаг с поворотом. Вальсовое движение «Лодочка» | 1 |  |  |
| 51 | Свободная композиция (работа в паре) | 1 |  |  |
| 52 | Изучение движений танца «Вальс» | 1 |  |  |
| 53 | Отработка движений танца «Вальс» | 1 |  |  |
| 54 | Соединение движений танца «Вальс» в комбинации | 1 |  |  |
| 55 | Разводка комбинаций танца «Вальс» в сценический рисунок | 1 |  |  |
| 56 | Постановка танца «Вальс» | 1 |  |  |
| 57 | Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход | 1 |  |  |
| 58 | Приставные шаги. Прыжки | 1 |  |  |
| 59 | Повороты | 1 |  |  |
| 60 | Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход | 1 |  |  |
| 61 | Приставные шаги. Прыжки | 1 |  |  |
| 62 | Повороты | 1 |  |  |
| 63 | Изучение движений танца «Рок-н-ролл» | 1 |  |  |
| 64 | Отработка движений танца «Рок-н-ролл» | 1 |  |  |
| 65 | Соединение движений танца «Рок-н-ролл» в комбинации | 1 |  |  |
| 66 | Постановка танца «Рок-н-ролл» | 1 |  |  |
| 67 | **Элементы национального танца**Основные положения ног в ирландском танце | **14**1 |  |  |
| 68 | Постановка корпуса | 1 |  |  |
| 69 | Движения ногами | 1 |  |  |
| 70 | Шаг | 1 |  |  |
| 71 | Шаг с выносом ноги на каблук | 1 |  |  |
| 72 | Повороты | 1 |  |  |
| 73 | Движения ногами в такт музыки | 1 |  |  |
| 74 | Движения по рисунку танца | 1 |  |  |
| 75 | Отработка простых элементов танца | 1 |  |  |
| 76 | Отработка сложных элементов танца | 1 |  |  |
| 77 | Соединение простых движений в сценический рисунок | 1 |  |  |
| 78 | Соединение сложных движений в сценический рисунок | 1 |  |  |
| 79 | Разводка комбинаций | 1 |  |  |
| 80 | Постановка танца «Ирландский танец» | 1 |  |  |
| 81 | **Постановочно-репетиционная работа**Танцевальный номер «Вальс» | **22**1 |  |  |
| 82 | Танцевальный номер «Плясовая» | 1 |  |  |
| 83 | Танцевальный номер «Рок-н-ролл» | 1 |  |  |
| 84 | Танцевальный номер «Ирландский танец» | 1 |  |  |
| 85 | Простые движения танцевального номера | 1 |  |  |
| 86 | Отработка простых движений | 1 |  |  |
| 87 | Сложные движения танцевального номера | 1 |  |  |
| 88 | Отработка сложных движений | 1 |  |  |
| 89 | Соединение простых движений в комбинации | 1 |  |  |
| 90 | Соединений сложных движений в комбинации | 1 |  |  |
| 91 | Соединение движений в комбинации | 1 |  |  |
| 92 | Разводка простых комбинаций в сценический рисунок | 1 |  |  |
| 93 | Разводка сложных комбинаций в сценический рисунок | 1 |  |  |
| 94 | Повторение элементов изученных танцев | 1 |  |  |
| 95 | Работа над простыми элементами танцев | 1 |  |  |
| 96 | Работа над сложными элементами танцев | 1 |  |  |
| 97 | Работа под счет | 1 |  |  |
| 98 | Работа с музыкальным сопровождением | 1 |  |  |
| 99 | Рисунок танцев | 1 |  |  |
| 100 | Движения по рисунку танцев | 1 |  |  |
| 101 | Отработка движений | 1 |  |  |
| 102 | Постановка танцев | 1 |  |  |

Календарно-тематический план

Среднее звено

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****урока** | **Раздел, тема урока** | **Кол-во****часов** | **Сроки** | **Изменения** |
| 1 | **Ритмика**Упражнения на дыхание | **14**1 |  |  |
| 2 | Физиологическая разминка по принципу сверху вниз | 1 |  |  |
| 3 | Поднимание рук и ног одновременно и поочередно | 1 |  |  |
| 4 | Поднимание ног, махи ногами | 1 |  |  |
| 5 | Движения в образах | 1 |  |  |
| 6 | Пантомима | 1 |  |  |
| 7 | Пластичные упражнения | 1 |  |  |
| 8 | Поочередное расслабление всех мышц тела | 1 |  |  |
| 9 | Продвижения с прыжками, бег, поскоки | 1 |  |  |
| 10 | Перестроение из одной фигуры в другую | 1 |  |  |
| 11 | Ритмические движения | 1 |  |  |
| 12 | Импровизация | 1 |  |  |
| 13 | Ритмические комбинации: этюды | 1 |  |  |
| 14 | Связка танцевальных движений | 1 |  |  |
| 15 | **Элементы классического танца**Постановка корпуса, поклон  | **18**1 |  |  |
| 16 | Позиции рук, ног  | 1 |  |  |
| 17 | Приседания | 1 |  |  |
| 18 | Полуприседания | 1 |  |  |
| 19 | Поднимание стопы на полупальцы | 1 |  |  |
| 20 | Движение в координации рук и ног по позициям, повороты | 1 |  |  |
| 21 | Прыжки на месте по I, II, III позициям ног  | 1 |  |  |
| 22 | Понятие «Точка» | 1 |  |  |
| 23 | Верчения на середине зала, в диагонали | 1 |  |  |
| 24 | Прыжки на месте в координации с движениями рук | 1 |  |  |
| 25 | Гимнастика на полу (растяжка, пресс, спина) | 1 |  |  |
| 26 | Движения классического танца | 1 |  |  |
| 27 | Этюд | 1 |  |  |
| 28 | Координация движений рук в исполнении прыжков | 1 |  |  |
| 29 | Координация движений ног в исполнении прыжков | 1 |  |  |
| 30 | Координация движений рук в исполнении верчений | 1 |  |  |
| 31 | Координация движении ног в исполнений верчений | 1 |  |  |
| 32 | Координация рук и ног в исполнении движений на середине | 1 |  |  |
| 33 | **Элементы русского народного танца**Постановка корпуса, поклон | **16**1 |  |  |
| 34 | Танцевальные шаги – с каблука, боковые | 1 |  |  |
| 35 | Шаг с притопом, бег | 1 |  |  |
| 36 | Притопы- одинарный, двойной, тройной | 1 |  |  |
| 37 | Построение в круг.  | 1 |  |  |
| 38 | Движения по кругу | 1 |  |  |
| 39 | «Ковырялочка» | 1 |  |  |
| 40 | «Моталочка» | 1 |  |  |
| 41 | «Гармошка» | 1 |  |  |
| 42 | Повороты | 1 |  |  |
| 43 | Прыжки | 1 |  |  |
| 44 | Комбинации | 1 |  |  |
| 45 | Построение в фигуры (рисунок) | 1 |  |  |
| 46 | Отработка движений танца «Плясовая» | 1 |  |  |
| 47 | Соединение движений танца в комбинации | 1 |  |  |
| 48 | Постановка танца «Плясовая» | 1 |  |  |
| 49 | **Элементы бального танца**Основные позиции рук. Основные позиции ног. Поклон | **18**1 |  |  |
| 50 | Прямой вальсовый шаг. Прямой вальсовый шаг с поворотом. Вальсовое движение «Лодочка» | 1 |  |  |
| 51 | Свободная композиция (работа в паре) | 1 |  |  |
| 52 | Изучение движений танца «Вальс» | 1 |  |  |
| 53 | Отработка движений танца «Вальс» | 1 |  |  |
| 54 | Соединение движений танца «Вальс» в комбинации | 1 |  |  |
| 55 | Разводка комбинаций танца «Вальс» в сценический рисунок | 1 |  |  |
| 56 | Постановка танца «Вальс» | 1 |  |  |
| 57 | Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход | 1 |  |  |
| 58 | Приставные шаги. Прыжки | 1 |  |  |
| 59 | Повороты | 1 |  |  |
| 60 | Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход | 1 |  |  |
| 61 | Приставные шаги. Прыжки | 1 |  |  |
| 62 | Повороты | 1 |  |  |
| 63 | Изучение движений танца «Рок-н-ролл» | 1 |  |  |
| 64 | Отработка движений танца «Рок-н-ролл» | 1 |  |  |
| 65 | Соединение движений танца «Рок-н-ролл» в комбинации | 1 |  |  |
| 66 | Постановка танца «Рок-н-ролл» | 1 |  |  |
| 67 | **Элементы национального танца**Основные положения ног в ирландском танце | **14**1 |  |  |
| 68 | Постановка корпуса | 1 |  |  |
| 69 | Движения ногами | 1 |  |  |
| 70 | Шаг | 1 |  |  |
| 71 | Шаг с выносом ноги на каблук | 1 |  |  |
| 72 | Повороты | 1 |  |  |
| 73 | Движения ногами в такт музыки | 1 |  |  |
| 74 | Движения по рисунку танца | 1 |  |  |
| 75 | Отработка простых элементов танца | 1 |  |  |
| 76 | Отработка сложных элементов танца | 1 |  |  |
| 77 | Соединение простых движений в сценический рисунок | 1 |  |  |
| 78 | Соединение сложных движений в сценический рисунок | 1 |  |  |
| 79 | Разводка комбинаций | 1 |  |  |
| 80 | Постановка танца «Ирландский танец» | 1 |  |  |
| 81 | **Постановочно-репетиционная работа**Танцевальный номер «Вальс» | **22**1 |  |  |
| 82 | Танцевальный номер «Плясовая» | 1 |  |  |
| 83 | Танцевальный номер «Рок-н-ролл» | 1 |  |  |
| 84 | Танцевальный номер «Ирландский танец» | 1 |  |  |
| 85 | Простые движения танцевального номера | 1 |  |  |
| 86 | Отработка простых движений | 1 |  |  |
| 87 | Сложные движения танцевального номера | 1 |  |  |
| 88 | Отработка сложных движений | 1 |  |  |
| 89 | Соединение простых движений в комбинации | 1 |  |  |
| 90 | Соединений сложных движений в комбинации | 1 |  |  |
| 91 | Соединение движений в комбинации | 1 |  |  |
| 92 | Разводка простых комбинаций в сценический рисунок | 1 |  |  |
| 93 | Разводка сложных комбинаций в сценический рисунок | 1 |  |  |
| 94 | Повторение элементов изученных танцев | 1 |  |  |
| 95 | Работа над простыми элементами танцев | 1 |  |  |
| 96 | Работа над сложными элементами танцев | 1 |  |  |
| 97 | Работа под счет | 1 |  |  |
| 98 | Работа с музыкальным сопровождением | 1 |  |  |
| 99 | Рисунок танцев | 1 |  |  |
| 100 | Движения по рисунку танцев | 1 |  |  |
| 101 | Отработка движений | 1 |  |  |
| 102 | Постановка танцев | 1 |  |  |

Календарно-тематический план

Старшее звено

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****урока** | **Раздел, тема урока** | **Кол-во****часов** | **Сроки** | **Изменения** |
| 1 | **Ритмика**Упражнения на дыхание | **14**1 |  |  |
| 2 | Физиологическая разминка по принципу сверху вниз | 1 |  |  |
| 3 | Поднимание рук и ног одновременно и поочередно | 1 |  |  |
| 4 | Поднимание ног, махи ногами | 1 |  |  |
| 5 | Движения в образах | 1 |  |  |
| 6 | Пантомима | 1 |  |  |
| 7 | Пластичные упражнения | 1 |  |  |
| 8 | Поочередное расслабление всех мышц тела | 1 |  |  |
| 9 | Продвижения с прыжками, бег, поскоки | 1 |  |  |
| 10 | Перестроение из одной фигуры в другую | 1 |  |  |
| 11 | Ритмические движения | 1 |  |  |
| 12 | Импровизация | 1 |  |  |
| 13 | Ритмические комбинации: этюды | 1 |  |  |
| 14 | Связка танцевальных движений | 1 |  |  |
| 15 | **Элементы классического танца**Постановка корпуса, поклон  | **18**1 |  |  |
| 16 | Позиции рук, ног  | 1 |  |  |
| 17 | Приседания | 1 |  |  |
| 18 | Полуприседания | 1 |  |  |
| 19 | Поднимание стопы на полупальцы | 1 |  |  |
| 20 | Движение в координации рук и ног по позициям, повороты | 1 |  |  |
| 21 | Прыжки на месте по I, II, III позициям ног  | 1 |  |  |
| 22 | Понятие «Точка» | 1 |  |  |
| 23 | Верчения на середине зала, в диагонали | 1 |  |  |
| 24 | Прыжки на месте в координации с движениями рук | 1 |  |  |
| 25 | Гимнастика на полу (растяжка, пресс, спина) | 1 |  |  |
| 26 | Движения классического танца | 1 |  |  |
| 27 | Этюд | 1 |  |  |
| 28 | Координация движений рук в исполнении прыжков | 1 |  |  |
| 29 | Координация движений ног в исполнении прыжков | 1 |  |  |
| 30 | Координация движений рук в исполнении верчений | 1 |  |  |
| 31 | Координация движении ног в исполнений верчений | 1 |  |  |
| 32 | Координация рук и ног в исполнении движений на середине | 1 |  |  |
| 33 | **Элементы русского народного танца**Постановка корпуса, поклон | **16**1 |  |  |
| 34 | Танцевальные шаги – с каблука, боковые | 1 |  |  |
| 35 | Шаг с притопом, бег | 1 |  |  |
| 36 | Притопы- одинарный, двойной, тройной | 1 |  |  |
| 37 | Построение в круг.  | 1 |  |  |
| 38 | Движения по кругу | 1 |  |  |
| 39 | «Ковырялочка» | 1 |  |  |
| 40 | «Моталочка» | 1 |  |  |
| 41 | «Гармошка» | 1 |  |  |
| 42 | Повороты | 1 |  |  |
| 43 | Прыжки | 1 |  |  |
| 44 | Комбинации | 1 |  |  |
| 45 | Построение в фигуры (рисунок) | 1 |  |  |
| 46 | Отработка движений танца «Плясовая» | 1 |  |  |
| 47 | Соединение движений танца в комбинации | 1 |  |  |
| 48 | Постановка танца «Плясовая» | 1 |  |  |
| 49 | **Элементы бального танца**Основные позиции рук. Основные позиции ног. Поклон | **18**1 |  |  |
| 50 | Прямой вальсовый шаг. Прямой вальсовый шаг с поворотом. Вальсовое движение «Лодочка» | 1 |  |  |
| 51 | Свободная композиция (работа в паре) | 1 |  |  |
| 52 | Изучение движений танца «Вальс» | 1 |  |  |
| 53 | Отработка движений танца «Вальс» | 1 |  |  |
| 54 | Соединение движений танца «Вальс» в комбинации | 1 |  |  |
| 55 | Разводка комбинаций танца «Вальс» в сценический рисунок | 1 |  |  |
| 56 | Постановка танца «Вальс» | 1 |  |  |
| 57 | Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход | 1 |  |  |
| 58 | Приставные шаги. Прыжки | 1 |  |  |
| 59 | Повороты | 1 |  |  |
| 60 | Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход | 1 |  |  |
| 61 | Приставные шаги. Прыжки | 1 |  |  |
| 62 | Повороты | 1 |  |  |
| 63 | Изучение движений танца «Рок-н-ролл» | 1 |  |  |
| 64 | Отработка движений танца «Рок-н-ролл» | 1 |  |  |
| 65 | Соединение движений танца «Рок-н-ролл» в комбинации | 1 |  |  |
| 66 | Постановка танца «Рок-н-ролл» | 1 |  |  |
| 67 | **Элементы национального танца**Основные положения ног в ирландском танце | **14**1 |  |  |
| 68 | Постановка корпуса | 1 |  |  |
| 69 | Движения ногами | 1 |  |  |
| 70 | Шаг | 1 |  |  |
| 71 | Шаг с выносом ноги на каблук | 1 |  |  |
| 72 | Повороты | 1 |  |  |
| 73 | Движения ногами в такт музыки | 1 |  |  |
| 74 | Движения по рисунку танца | 1 |  |  |
| 75 | Отработка простых элементов танца | 1 |  |  |
| 76 | Отработка сложных элементов танца | 1 |  |  |
| 77 | Соединение простых движений в сценический рисунок | 1 |  |  |
| 78 | Соединение сложных движений в сценический рисунок | 1 |  |  |
| 79 | Разводка комбинаций | 1 |  |  |
| 80 | Постановка танца «Ирландский танец» | 1 |  |  |
| 81 | **Постановочно-репетиционная работа**Танцевальный номер «Вальс» | **22**1 |  |  |
| 82 | Танцевальный номер «Плясовая» | 1 |  |  |
| 83 | Танцевальный номер «Рок-н-ролл» | 1 |  |  |
| 84 | Танцевальный номер «Ирландский танец» | 1 |  |  |
| 85 | Простые движения танцевального номера | 1 |  |  |
| 86 | Отработка простых движений | 1 |  |  |
| 87 | Сложные движения танцевального номера | 1 |  |  |
| 88 | Отработка сложных движений | 1 |  |  |
| 89 | Соединение простых движений в комбинации | 1 |  |  |
| 90 | Соединений сложных движений в комбинации | 1 |  |  |
| 91 | Соединение движений в комбинации | 1 |  |  |
| 92 | Разводка простых комбинаций в сценический рисунок | 1 |  |  |
| 93 | Разводка сложных комбинаций в сценический рисунок | 1 |  |  |
| 94 | Повторение элементов изученных танцев | 1 |  |  |
| 95 | Работа над простыми элементами танцев | 1 |  |  |
| 96 | Работа над сложными элементами танцев | 1 |  |  |
| 97 | Работа под счет | 1 |  |  |
| 98 | Работа с музыкальным сопровождением | 1 |  |  |
| 99 | Рисунок танцев | 1 |  |  |
| 100 | Движения по рисунку танцев | 1 |  |  |
| 101 | Отработка движений | 1 |  |  |
| 102 | Постановка танцев | 1 |  |  |

# МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Занятия программы дополнительного образования по хореографии художественно-эстетической направленности «Созвездие» проходят в актовом зале. Для занятий необходимо:

* Музыкальный центр LGFX166 – 1 шт.
* Сцена – 1 шт.
* Пианино – 1 шт.
* Колонка – 1 шт.
* DJ-микшерныйпульт BEHRINGERNOX101 – 1 шт.
* Акустическая система GembirdSPK-204 – 2 шт.
* Ноутбук – 1 шт.
* Акустическая система NatinalNSM-V550 – 1 шт.

# СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1 Бочкарева, Н.И. Ритмика и хореография [Текст]/Н.И. Бочкарева.– Кемерово, 2000. – 101 с.

2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. С. – Петербург, 2000. – С5.

3. Дереклеева Н. И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1-5 классы.– Москва «ВАКО», 2005

4. Зенн Л. В. Всестороннее развитие ребенка, средствами музыки и ритмических движений на уроках ритмики // [http://www.kindergenii.ru](http://www.kindergenii.ru/)

5. Зимина, А.Н. Основы музыкального воспитания и развития детей младшего возраста / А.Н. Зимина. М.: Владос, 2000.

6. Каплунова И. Пособие для воспитателей и музыкальных руководителей детских дошкольных учреждений. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. /И. Каплунова, И. Новоскольцева. – Санкт-Петербург «Композитор», 2005.

7. Колодницкий, Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей / Г.А. Колодницкий. – М.: Гном-Пресс, 2000. – 61с.

8. Кошмина И.В. Музыкальный букварь.– Москва «ОЛИСС, ДЕЛЬТА», 2005.

9. Михайлова М.А. Развитие музыкальных способностей детей. Популярное пособие для родителей и педагогов /М.А.Михайлова. – Ярославль «Академия развития», 2002