

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА №55
ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА

Педагогическим Советом
ГБОУ школы № 55
Приморского района
Санкт-Петербурга
Протокол от 29.08.2025 № 5

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ школы № 55
Приморского района
Санкт-Петербурга
_____/Е.В.Андреева/
Приказ от 29.08.2025 № 130

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**к дополнительной общеразвивающей программе
художественной направленности
«Волшебный мир танца»
на 2025-2026 учебный год**

Возраст обучающихся: 7-11 лет

Год обучения : 1-й

Разработчик:

Матюхина Ирина Дмитриевна

педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе дополнительной общеразвивающей программы «Волшебный мир танца» имеет художественную направленность и предполагает базовый уровень освоения.

В группе – не менее 15 человек;

На 2й год обучения принимаются освоившие программу 1го года обучения. Принимаются физически здоровые дети, имеющие допуск врача к занятиям хореографии.

Цель программы «Волшебный мир танца» - развитие личности ребёнка способного к творческому самовыражению через овладение техникой хореографического искусства.

Задачи 1-го года обучения

Обучающие:

- сформировать систему знаний по основам хореографии;
- обучить базовым движениям, комбинациям;
- познакомить с хореографической терминологией.

Развивающие:

- развить координацию движений, устойчивости и физической выносливости;
- развить внимательность и наблюдательность, память, творческое воображение;
- развить чувство ритма.

Воспитательные:

- развить художественный вкус и уважение к искусству танца;
- приобщить к здоровому образу жизни;
- способствовать воспитанию дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении поставленных целей.

Планируемые результаты

Личностными результатами являются:

- воспитанию дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении поставленных целей;
- ведение здорового образа жизни;
- развитие художественного вкуса и уважение к искусству танца..

Метапредметными результатами:

- чувство ответственности;
- выработка координации движений, устойчивости и физической выносливости;
- появлением внимательности и наблюдательности, памяти, творческого воображения.

Предметными результатами являются:

- знание базовых движений, комбинаций;
- знание профессиональной терминологии;
- знание основных закономерностей хореографического искусства.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ЗАНЯТИЙ

**учащихся первого года обучения по программе
«Волшебный мир танца»**

| № п/п | Дата проведения | | Тема | Кол- во часов | Организация деятельности | Формы контроля |
|----------|--------------------|------|--|---------------------|-----------------------------|-------------------|
| | План | Факт | | | | |
| 1 | 02.09. | | Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Гигиена | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Входной контроль |
| 2 | 05.09. | | Основы музыкальной грамотности. Понятие темп | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 3 | 09.09. | | Основы музыкальной грамотности. Понятие размер | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 4 | 12.09. | | Основы музыкальной грамотности. Прослушивание музыкальных композиций и определение ритма. | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 5 | 16.09. | | Основы музыкальной грамотности- Прослушивание музыкальных композиций и определение ритма. | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 6 | 19.09. | | Основы музыкальной грамотности. Ритмические упражнения | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 7 | 23.09. | | Основы музыкальной грамотности. Ритмические упражнения | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 8 | 26.09. | | Основы музыкальной грамотности. Ритмические упражнения | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 9 | 30.09. | | Упражнения на силу ног | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 10 | 03.10. | | Упражнения на силу ног | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 11 | 07.10. | | Упражнения на силу ног | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 12 | 10.10. | | Упражнения на укрепление мышц пресса | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 13 | 14.10. | | Упражнения на укрепление мышц пресса | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 14 | 17.10. | | Упражнения на укрепление мышц спины | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 15 | 21.10. | | Упражнения на укрепление мышц спины | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 16 | 24.10. | | Упражнения на укрепление мышц спины | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 17 | 28.10. | | Растяжка | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 18 | 31.10. | | Растяжка | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |

| № п/п | Дата проведения | | Тема | Кол- во часов | Организация деятельности | Формы контроля |
|----------|--------------------|------|---|---------------------|-----------------------------|-------------------|
| | План | Факт | | | | |
| 19 | 07.11. | | Растяжка | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 20 | 11.11. | | Растяжка | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 21 | 14.11. | | Истоки классического танца | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 22 | 18.11. | | Терминология классического танца | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 23 | 21.11. | | Основные позиции рук и ног | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 24 | 25.11. | | Основные позиции рук и ног | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 25 | 28.11. | | Основные движения у станка | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 26 | 02.12. | | Основные движения у станка | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 27 | 05.12. | | Основные движения у станка | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 28 | 09.12. | | Основные движения на середине зала | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 29 | 12.12. | | Основные движения на середине зала | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 30 | 16.12. | | Основные движения на середине зала | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 31 | 19.12. | | Прыжки | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 32 | 23.12. | | Прыжки | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 33 | 26.12. | | Танцевальная композиция | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 34 | 30.12. | | Упражнения на ориентировку в пространстве | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 35 | 13.01. | | Упражнения на ориентировку в пространстве | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 36 | 16.01. | | Упражнения на ориентировку в пространстве | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 37 | 20.01. | | Упражнения на ориентировку в пространстве | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 38 | 23.01. | | Ритмико-гимнастические упражнения | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 39 | 27.01. | | Ритмико-гимнастические упражнения | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 40 | 30.01. | | Ритмико-гимнастические упражнения | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |

| № п/п | Дата проведения | | Тема | Кол- во часов | Организация деятельности | Формы контроля |
|----------|--------------------|------|--|---------------------|-----------------------------|-------------------|
| | План | Факт | | | | |
| 41 | 03.02. | | Ритмико-гимнастические упражнения | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 42 | 06.02. | | Танцевальные упражнения | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 43 | 10.02. | | Танцевальные упражнения | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 44 | 13.02. | | Танцевальные упражнения | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 45 | 17.02. | | Танцевальные упражнения | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 46 | 20.02. | | Танцевальные упражнения | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 47 | 24.02. | | Танцевальные упражнения | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 48 | 27.02. | | Постановочная работа «Конфетти» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 49 | 03.03. | | Постановочная работа «Конфетти» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 50 | 06.03. | | Постановочная работа «Конфетти» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 51 | 10.03. | | Постановочная работа «Конфетти» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 52 | 13.03. | | Постановочная работа «Конфетти» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 53 | 17.03. | | Постановочная работа «Конфетти» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 54 | 20.03. | | Постановочная работа «Конфетти» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 55 | 24.03. | | Постановочная работа «Конфетти» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 56 | 27.03. | | Постановочная работа «Конфетти» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 57 | 31.03. | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера «Конфетти» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 58 | 03.04.. | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера «Детки-конфетки» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 59 | 07.04. | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера «Детки-конфетки» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 60 | 10.04. | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера «Детки-конфетки»» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |

| № п/п | Дата проведения | | Тема | Кол- во часов | Организация деятельности | Формы контроля |
|--------------|--------------------|------|--|---------------------|-------------------------------|----------------------|
| | План | Факт | | | | |
| 61 | 14.04. | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера «Детки-конфетки» | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |
| 62 | 17.04. | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера «Детки-конфетки» | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |
| 63 | 21.04. | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера «Детки-конфетки» | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |
| 64 | 24.04. | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера «Детки-конфетки» | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |
| 65 | 28.04. | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера «Детки-конфетки» | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |
| 66 | 05.05. | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера «Детки-конфетки» | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |
| 67 | 08.05. | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера«Детки-конфетки» | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |
| 68 | 12.05. | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера «Детки-конфетки» | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |
| 69 | 15.05. | | Игровое занятие «Мир движения и ритма» | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |
| 70 | 19.05. | | Игровое занятие «Мир движения и ритма» | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |
| 71 | 22.05. | | Игровое занятие «Мир движения и ритма» | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |
| 72 | 26.05. | | Итоговое занятие | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Итоговый контроль |
| Итого | | | | 144 | | |

Содержание программы.

1. Вводное занятие. Теория: инструктаж по технике безопасности; беседа на тему «С чего начинается танец»; видеоролик танцевального коллектива, культура поведения на занятиях, требования к форме и внешнему виду, планы на год и режим занятий.

Практика: введение в программу первого года обучения, обсуждение целей и задач обучения.

Контроль входной

2. *Основы музыкальной грамотности.* Понятие темп Теория: Происхождение ритма в нашем дыхании, в напряжении и успокоении.

Практика: Медленный ход по кругу, быстрый бег, медленный, переменный

Контроль: текущий

3. *Основы музыкальной грамотности.* Понятие темп Теория: Музыкальный размер 4/4. Марш

Практика: Шаги под музыку. Контроль: текущий

4. *Основы музыкальной грамотности.* Понятие темп Теория: Музыкальный размер – 2/4. Полька, Галоп.

Практика: Прослушивание музыкальных произведений. Хода по линиям и по кругу: шаг, подскок, галоп, полька Контроль: текущий

5. *Основы музыкальной грамотности.* Понятие темп Теория: Музыкальный размер – 2/4. Полька, Галоп.

Практика: Прослушивание музыкальных произведений. Хода по линиям и по кругу: шаг, подскок, галоп, полька Контроль: текущий

6. *Основы музыкальной грамотности.* Понятие темп Теория: Музыкальный размер – 2/4, 3/4. Прослушивание музыкальных произведений. Хода с хлопками по линиям и по кругу. Контроль: текущий

7. *Основы музыкальной грамотности.* Понятие темп Теория: Музыкальный размер – 2/4, 3/4. Прослушивание музыкальных произведений.

Практика: Прослушивание музыкальных произведений. Хода с хлопками по линиям и по кругу Контроль: текущий

8. *Основы музыкальной грамотности.* Понятие темп Теория: Музыкальный размер – 2/4, 3/4.

Практика: Прослушивание музыкальных произведений. Хода с хлопками по линиям и по кругу. Контроль: текущий

9. *Упражнения на силу ног* Теория: подготовка опорно-двигательного аппарата для исполнения различных танцевальных движений. Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости.

Практика: динамические и статические упражнения на верхний и нижний отделы спины. Контроль: текущий

10. *Упражнения на силу ног* Теория: подготовка опорно-двигательного аппарата для исполнения различных танцевальных движений. Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости.

Практика: динамические и статические упражнения на верхний и нижний отделы спины. Контроль: текущий

11. *Упражнения на силу ног* Теория: подготовка опорно-двигательного аппарата для исполнения различных танцевальных движений. Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости.

Практика: динамические и статические упражнения на укрепление мышц ног. Контроль: текущий

12. *Упражнения на укрепление мышц пресса* Теория: подготовка опорно-двигательного аппарата для исполнения различных танцевальных движений. Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости.

Практика: упражнения на силу мышц пресса скручивания, сгибания. Контроль: текущий

13. *Упражнения на укрепление мышц пресса* Теория: подготовка опорно-двигательного аппарата для исполнения различных танцевальных движений. Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости.

Практика: упражнения на силу мышц пресса скручивания, сгибания. Контроль: текущий

14. *Упражнения на укрепление мышц спины* Теория: подготовка опорно-двигательного аппарата для исполнения различных танцевальных движений. Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости.

Практика: динамические и статические упражнения на силу и гибкость верхних и нижних отделов позвоночника. Контроль: текущий

15. *Упражнения на укрепление мышц спины* Теория: подготовка опорно-двигательного аппарата для исполнения различных танцевальных движений. Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости. Контроль: текущий

Практика: динамические и статические упражнения на силу и гибкость верхних и нижних отделов позвоночника.

16. *Упражнения на укрепление мышц спины* Теория: подготовка опорно-двигательного аппарата для исполнения различных танцевальных движений. Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости.

Практика: динамические и статические упражнения на силу и гибкость верхних и нижних отделов позвоночника. Контроль: текущий

17. *Растяжка* Теория: Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости. Понятия выворотности, гибкости, эластичности.

Практика: упражнения на развитие силы танцевального шага. Растягивания. Полушпагаты Контроль: текущий

18. *Растяжка* Теория: Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости. Понятия выворотности, гибкости, эластичности.

Практика: упражнения на развитие силы танцевального шага. Растягивания. Полушпагаты Контроль: текущий

19. *Растяжка* Теория: Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости. Понятия выворотности, гибкости, эластичности.

Практика: упражнения на развитие силы танцевального шага. Растягивания. Полушпагаты Контроль: текущий

20. Теория: Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости. Понятия выворотности, гибкости, эластичности.

Практика: упражнения на развитие силы танцевального шага. Растягивания. Полушпагаты. Контроль: текущий

21. *Истоки классического танца* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса.

Практика: экзерсис, постановка рук, ног, корпуса и головы, изучение позиций ног 1,3,6, изучение позиций рук разучивание и выполнение основных элементов классического танца. Контроль: текущий

22. *Терминология классического танца* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса.

Практика: экзерсис, постановка рук, ног, корпуса и головы, изучение позиций ног 1,3,6, изучение позиций рук разучивание и выполнение основных элементов классического танца. Контроль: текущий

23. *Основные позиции рук и ног* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса.

Практика: экзерсис, постановка рук, ног, корпуса и головы, изучение позиций ног 1,3,6, изучение позиций рук разучивание и выполнение основных элементов классического танца. Контроль: текущий

24. *Основные позиции рук и ног* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса.

Практика: экзерсис, постановка рук, ног, корпуса и головы, изучение позиций ног 1,3,6, изучение позиций рук, разучивание и выполнение основных элементов классического танца. Контроль: текущий

25. *Основные движения у станка* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса.

Практика: разучивание упражнений у станка. Контроль: текущий

26. *Основные движения у станка* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса. Demi-plié

Практика: разучивание упражнений у станка. Контроль: текущий

27. *Основные движения у станка* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса.

Практика: разучивание упражнений у станка. Контроль: текущий

28. *Основные движения на середине зала* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса.

Практика: разучивание упражнений на середине. Контроль: текущий

29. *Основные движения на середине зала* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса.

Практика: разучивание упражнений на середине. Pas balanse Контроль: текущий

30. *Основные движения на середине зала* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса.

Практика: разучивание упражнений на середине. Pas balanse Контроль: текущий

31. *Прыжки* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса.

Практика: разучивание упражнений на середине. Контроль: текущий

32. *Прыжки* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса. Контроль: текущий

Практика: разучивание pas saute по основным позициям.

33. *Танцевальная композиция* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса.

Практика: разучивание танцевальной композиции в характере польки. Контроль: текущий

34. *Упражнения на ориентировку в пространстве* Теория: мелодия и движение.

Практика: Перестроения из круга в линию, из шеренги в колонну, из круга в 2 круга. Контроль: текущий

35. *Упражнения на ориентировку в пространстве* Теория: мелодия и движение.

Практика: Перестроения из круга в линию, из шеренги в колонну, из круга в 2 круга. Контроль: текущий

36. *Упражнения на ориентировку в пространстве* Теория: мелодия и движение.

Практика: Перестроения из круга в линию, из шеренги в колонну, из круга в 2 круга.

37. *Упражнения на ориентировку в пространстве* Теория: мелодия и движение.

Практика: Перестроения из круга в линию, из шеренги в колонну, из круга в 2 круга. Контроль: текущий

38. *Ритмико-гимнастические упражнения* Теория: контрастная музыка (быстрая - медленная, веселая – грустная), техника исполнения. Практика: передача изменения характера музыки в движениях. Движения на координацию; прыжки на скакалке; перестроение из одного рисунка в другой; движения по кругу, танцевальные движения в образах. Контроль: текущий

39. *Ритмико-гимнастические упражнения* Теория: контрастная музыка (быстрая - медленная, веселая – грустная). техника исполнения. Практика: передача изменения характера музыки в движениях. Движения на координацию; прыжки на скакалке; перестроение из одного рисунка в другой; движения по кругу, танцевальные движения в образах. Контроль: текущий

40. *Ритмико-гимнастические упражнения* Теория: контрастная музыка (быстрая - медленная, веселая – грустная). техника исполнения.

Практика: передача изменения характера музыки в движениях. Движения на координацию; прыжки на скакалке; перестроение из одного рисунка в другой; движения по кругу, танцевальные движения в образах. Контроль: текущий

41. *Ритмико-гимнастические упражнения* Теория: контрастная музыка (быстрая - медленная, веселая – грустная). техника исполнения. Практика: передача изменения характера музыки в движениях. Движения на координацию; прыжки на скакалке; перестроение из одного рисунка в другой; движения по кругу, танцевальные движения в образах. Контроль: текущий

42. Танцевальные упражнения Теория: основные понятия танцевальных жанров, танцевальные шаги, приседы, расширение знаний о современных танцевальных жанрах
Практика: разучивание элементов танцевального направления – детский танец, подскоки, соскоки. Контроль: текущий

43. *Танцевальные упражнения* Теория: основные понятия танцевальных жанров, танцевальные шаги, приседы, расширение знаний о современных танцевальных жанрах
Практика: разучивание элементов танцевального направления – детский танец, подскоки, соскоки. Контроль: текущий

44. *Танцевальные упражнения* Теория: основные понятия танцевальных жанров, танцевальные шаги, приседы, расширение знаний о современных танцевальных жанрах
Практика: разучивание элементов танцевального направления – детский танец, подскоки, соскоки. Контроль: текущий

45. *Танцевальные упражнения* Теория: основные понятия танцевальных жанров, танцевальные шаги, приседы, расширение знаний о современных танцевальных жанрах
Практика: разучивание элементов танцевального направления – детский танец, подскоки, соскоки. Контроль: текущий

46. *Танцевальные упражнения* Теория: основные понятия танцевальных жанров, танцевальные шаги, приседы, расширение знаний о современных танцевальных жанрах
Практика: разучивание элементов танцевального направления – детский танец, подскоки, соскоки. Контроль: текущий

47. *Танцевальные упражнения* Теория: основные понятия танцевальных жанров, танцевальные шаги, приседы, расширение знаний о современных танцевальных жанрах
Практика: разучивание элементов танцевального направления – детский танец, подскоки, соскоки. Контроль: текущий

48. *Постановочная работа «Конфетти»* Теория. История развития детского танца. Ритмический рисунок танца.
Практика: изучение фигур и вариацию сочетания фигур, основные движения и ходы танца «Конфетти». Контроль: текущий

49. *Постановочная работа «Конфетти»* Теория. История развития детского танца. Ритмический рисунок танца.
Практика: изучение фигур и вариацию сочетания фигур, основные движения и ходы танца «Конфетти». Контроль: текущий

50. *Постановочная работа «Конфетти»* Теория. История развития детского танца. Ритмический рисунок танца.
Практика: изучение фигур и вариацию сочетания фигур, основные движения и ходы танца «Конфетти». Контроль: текущий

51. *Постановочная работа «Конфетти»* Теория. История развития детского танца. Ритмический рисунок танца.
Практика: изучение фигур и вариацию сочетания фигур, основные движения и ходы танца «Конфетти». Контроль: текущий

52. *Постановочная работа «Конфетти»* Теория. История развития детского танца. Ритмический рисунок танца.
Практика: изучение фигур и вариацию сочетания фигур, основные движения и ходы танца «Конфетти». Контроль: текущий

53. *Постановочная работа «Конфетти»* Теория. История развития детского танца. Ритмический рисунок танца.
Практика: изучение фигур и вариацию сочетания фигур, основные движения и ходы танца «Конфетти». Контроль: текущий

54. *Постановочная работа «Конфетти»*. Теория. История развития детского танца. Ритмический рисунок танца.
Практика: изучение фигур и вариации сочетания фигур, основные движения и ходы танца «Конфетти». Контроль: текущий

55. *Постановочная работа «Конфетти»*. Теория. История развития детского танца. Ритмический рисунок танца.
Практика: изучение фигур и вариации сочетания фигур, основные движения и ходы танца «Конфетти» Контроль: текущий

56. *Постановочная работа «Конфетти»*. Теория. История развития детского танца. Ритмический рисунок танца.
Практика: изучение фигур и вариацию сочетания фигур, основные движения и ходы танца «Конфетти». Контроль: текущий

57. *Репетиционная работа* Теория: устный детальный разбор номера, работа на эмоциональной передаче настроения танца.

65. *Репетиционная работа* Теория: устный детальный разбор номера, работа на эмоциональной передаче настроения танца.

Практика: обрабатывание техники отдельных движений, закрепление техники исполнения движений и эмоционального восприятия, отработка танцевальных номеров «Детки-конфетки». Контроль: текущий

66. *Репетиционная работа* Теория: устный детальный разбор номера, работа на эмоциональной передаче настроения танца.
Практика: обрабатывание техники отдельных движений, закрепление техники исполнения движений и эмоционального восприятия, отработка танцевальных номеров «Детки-конфетки». Контроль: текущий

67. *Репетиционная работа* Теория: устный детальный разбор номера, работа на эмоциональной передаче настроения танца.
Практика: обрабатывание техники отдельных движений, закрепление техники исполнения движений и эмоционального восприятия, отработка танцевальных номеров «Детки-конфетки». Контроль: текущий

68. *Репетиционная работа* Теория: устный детальный разбор номера, работа на эмоциональной передаче настроения танца.
Практика: обрабатывание техники отдельных движений, закрепление техники исполнения движений и эмоционального восприятия, отработка танцевальных номеров «Детки-конфетки». Контроль: текущий

69. *Игровое занятие «Мир движения и ритма* Викторина «Мир движения и ритма»
Теория: правила игры, подведение итогов, освоение сценической культуры, умение общаться в команде и со зрителями.
Практика: закрепление пройденного материала посредством игры. Контроль: текущий

70. *Игровое занятие «Мир движения и ритма* Викторина «Мир движения и ритма»
Теория: правила игры, подведение итогов, освоение сценической культуры, умение общаться в команде и со зрителями.
Практика: закрепление пройденного материала посредством игры. Контроль: текущий

71. *Игровое занятие «Мир движения и ритма* Викторина «Мир движения и ритма»
Теория: правила игры, подведение итогов, освоение сценической культуры, умение общаться в команде и со зрителями.
Практика: закрепление пройденного материала посредством игры. Контроль: текущий

72. Теория: результаты года
Практика: отчётное выступление, обсуждение достигнутых результатов, постановка задач на следующий год. Контроль: итоговый

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА №55
ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА:

Педагогическим Советом
ГБОУ школы № 55
Приморского района
Санкт-Петербурга
Протокол от 31.05.2024 № 2

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы ГБОУ школы № 55
Приморского района
Санкт-Петербурга
_____/ Е.В.Андреева
Приказ от 31.05.2024 № 61

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**к дополнительной общеразвивающей программе
художественной направленности
«Волшебный мир танца»
на 2024-2025 учебный год**

Возраст обучающихся: 7-12 лет

Год обучения : 2-ой

Разработчик:

Матюхина Ирина Дмитриевна
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе дополнительной общеразвивающей программы «Волшебный мир танца» имеет художественную направленность и предполагает базовый уровень освоения.

В группе – не менее 12 человек;

На 2 год обучения принимаются все желающие независимо от природных данных. Принимаются физически здоровые дети, имеющие допуск врача к занятиям хореографии.

Цель программы «Волшебный мир танца» - развитие личности ребёнка способного к творческому самовыражению через овладение техникой хореографического искусства.

Задачи 2-го года обучения

Обучающие:

- сформировать систему знаний по основам хореографии;
- обучить базовым движениям, комбинациям;
- познакомить с хореографической терминологией.

Развивающие:

- развить координацию движений, устойчивости и физической выносливости;
- развить внимательность и наблюдательность, память, творческое воображение;
- развить чувство ритма.

Воспитательные:

- развить художественный вкус и уважение к искусству танца;
- приобщить к здоровому образу жизни;
- способствовать воспитанию дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении поставленных целей.

Планируемые результаты

Личностными результатами являются:

- воспитанию дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении поставленных целей;
- ведение здорового образа жизни;
- развитие художественного вкуса и уважение к искусству танца.

Метапредметными результатами:

- чувство ответственности;
- выработка координации движений, устойчивости и физической выносливости;

- появлением внимательности и наблюдательности, памяти, творческого воображения.

Предметными результатами являются:

- знание базовых движений, комбинаций;
- знание профессиональной терминологии;
- знание основных закономерностей хореографического искусства.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ЗАНЯТИЙ

**учащихся второго года обучения по программе
«Волшебный мир танца»**

| № п/п | Дата проведения | | Тема | Кол- во часов | Организация деятельности | Формы контроля |
|----------|--------------------|------|--|---------------------|-----------------------------|-------------------|
| | План | Факт | | | | |
| 1 | | | Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Гигиена | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Входной контроль |
| 2 | | | Основы музыкальной грамотности. Понятие темпоритм | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 3 | | | Основы музыкальной грамотности. Понятие размер 3/4 | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 4 | | | Основы музыкальной грамотности. Прослушивание музыкальных композиций и определение ритма. | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 5 | | | Основы музыкальной грамотности- Прослушивание музыкальных композиций и определение ритма. | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 6 | | | Основы музыкальной грамотности. Ритмические упражнения | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 7 | | | Основы музыкальной грамотности. Ритмические упражнения | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 8 | | | Основы музыкальной грамотности. Ритмические упражнения | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 9 | | | Упражнения на силу ног (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 10 | | | Упражнения на силу ног (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 11 | | | Упражнения на силу ног (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 12 | | | Упражнения на укрепление мышц пресса (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 13 | | | Упражнения на укрепление мышц пресса (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 14 | | | Упражнения на укрепление мышц спины (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 15 | | | Упражнения на укрепление мышц спины (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |

| № п/п | Дата проведения | | Тема | Кол- во часов | Организация деятельности | Формы контроля |
|----------|--------------------|------|---|---------------------|-----------------------------|-------------------|
| | План | Факт | | | | |
| 16 | | | Упражнения на укрепление мышц спины (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 17 | | | Растяжка (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 18 | | | Растяжка (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 19 | | | Растяжка (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 20 | | | Растяжка (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 21 | | | Истоки классического танца. | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 22 | | | Терминология классического танца., положения | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 23 | | | Основные позиции рук и ног, положения | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 24 | | | Основные позиции рук и ног, положения | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 25 | | | Основные движения у станка Bt jete | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 26 | | | Основные движения у станка. Bt jete | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 27 | | | Основные движения у станка. Bt jete | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 28 | | | Основные движения на середине зала. Bt jete | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 29 | | | Основные движения на середине зала adagio | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 30 | | | Основные движения на середине зала adagio | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 31 | | | Прыжки | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 32 | | | Прыжки | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 33 | | | Танцевальная композиция | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 34 | | | Упражнения на ориентировку в пространстве (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 35 | | | Упражнения на ориентировку в пространстве (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |

| № п/п | Дата проведения | | Тема | Кол- во часов | Организация деятельности | Формы контроля |
|----------|--------------------|------|--|---------------------|-----------------------------|-------------------|
| | План | Факт | | | | |
| 36 | | | Упражнения на ориентировку в пространстве (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 37 | | | Упражнения на ориентировку в пространстве (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 38 | | | Ритмико-гимнастические упражнения (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 39 | | | Ритмико-гимнастические упражнения (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 40 | | | Ритмико-гимнастические упражнения (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 41 | | | Ритмико-гимнастические упражнения (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 42 | | | Танцевальные упражнения (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 43 | | | Танцевальные упражнения (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 44 | | | Танцевальные упражнения (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 45 | | | Танцевальные упражнения (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 46 | | | Танцевальные упражнения (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 47 | | | Танцевальные упражнения (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 48 | | | Постановочная работа «Карельский танец» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 49 | | | Постановочная работа «Карельский танец» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 50 | | | Постановочная работа «Карельский танец» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 51 | | | Постановочная работа «Карельский танец» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 52 | | | Постановочная работа «Карельский танец» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 53 | | | Постановочная работа «Карельский танец» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 54 | | | Постановочная работа «Карельский танец» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 55 | | | Постановочная работа «Карельский танец» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 56 | | | Постановочная работа «Карельский танец» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 57 | | | Репетиционная работа. Оработка движений и комбинаций номера «Карельский танец» | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |

| № п/п | Дата проведения | | Тема | Кол- во часов | Организация деятельности | Формы контроля |
|----------|--------------------|------|---|---------------------|-------------------------------|---------------------|
| | План | Факт | | | | |
| 58 | | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера «Детки-конфетки» | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |
| 59 | | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера «Детки-конфетки» | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |
| 60 | | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера «Детки-конфетки»» | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |
| 61 | | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера «Детки-конфетки» | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |
| 62 | | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера «Детки-конфетки» | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |
| 63 | | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера ««Детки-конфетки» | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |
| 64 | | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера «Детки-конфетки» | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |
| 65 | | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера «Детки-конфетки» | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |
| 66 | | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера ««Детки-конфетки» | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |
| 67 | | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера«Детки- конфетки» | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |
| 68 | | | Репетиционная работа. Отработка движений и комбинаций номера ««Детки-конфетки» | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |
| 69 | | | Игровое занятие «Мир движения и ритма» (усложнение) | 2 | Аудиторно- самостоятельная | Текущий контроль |

| № п/п | Дата проведения | | Тема | Кол- во часов | Организация деятельности | Формы контроля |
|--------------|--------------------|------|---|---------------------|-----------------------------|-------------------|
| | План | Факт | | | | |
| 70 | | | Игровое занятие «Мир движения и ритма» (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 71 | | | Игровое занятие «Мир движения и ритма» (усложнение) | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Текущий контроль |
| 72 | | | Итоговое занятие | 2 | Аудиторно-самостоятельная | Итоговый контроль |
| Итого | | | | 144 | | |

Содержание программы.

1. Вводное занятие. Теория: инструктаж по техники безопасности; беседа на тему «С чего начинается танец»; видеоролик танцевального коллектива, культура поведения на занятиях, требования к форме и внешнему виду, планы на год и режим занятий.

Практика: введение в программу первого года обучения, обсуждение целей и задач обучения.

Контроль входной

2. *Основы музыкальной грамотности.* Понятие темп Теория: Происхождение ритма в нашем дыхании, в напряжении и успокоении.

Практика: Медленный ход по кругу, быстрый бег, медленный, переменный

Контроль: текущий

3. *Основы музыкальной грамотности.* Понятие темп Теория: Музыкальный размер 4/4. Марш

Практика: Шаги под музыку. Контроль: текущий

4. *Основы музыкальной грамотности.* Понятие темп Теория: Музыкальный размер – 2/4. Полька, Галоп.

Практика: Прослушивание музыкальных произведений. Хода по линиям и по кругу: шаг, подскок, галоп, полька Контроль: текущий

5. *Основы музыкальной грамотности.* Понятие темп Теория: Музыкальный размер – 2/4. Полька, Галоп.

Практика: Прослушивание музыкальных произведений. Хода по линиям и по кругу: шаг, подскок, галоп, полька Контроль: текущий

6. *Основы музыкальной грамотности.* Понятие темп Теория: Музыкальный размер – 2/4, 3/4. Прослушивание музыкальных произведений. Хода с хлопками по линиям и по кругу. Контроль: текущий

7. *Основы музыкальной грамотности.* Понятие темп Теория: Музыкальный размер – 2/4, 3/4. Прослушивание музыкальных произведений.

Практика: Прослушивание музыкальных произведений. Хода с хлопками по линиям и по кругу Контроль: текущий

8. *Основы музыкальной грамотности.* Понятие темп Теория: Музыкальный размер – 2/4, 3/4.

Практика: Прослушивание музыкальных произведений. Хода с хлопками по линиям и по кругу. Контроль: текущий

9. *Упражнения на силу ног* Теория: подготовка опорно-двигательного аппарата для исполнения различных танцевальных движений. Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости.

Практика: динамические и статические упражнения на верхний и нижний отделы спины. Контроль: текущий

10. *Упражнения на силу ног* Теория: подготовка опорно-двигательного аппарата для исполнения различных танцевальных движений. Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости.

Практика: динамические и статические упражнения на верхний и нижний отделы спины. Контроль: текущий

11. *Упражнения на силу ног* Теория: подготовка опорно-двигательного аппарата для исполнения различных танцевальных движений. Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости.

Практика: динамические и статические упражнения на укрепление мышц ног. Контроль: текущий

12. *Упражнения на укрепление мышц пресса* Теория: подготовка опорно-двигательного аппарата для исполнения различных танцевальных движений. Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости.

Практика: упражнения на силу мышц пресса скручивания, сгибания. Контроль: текущий

13. *Упражнения на укрепление мышц пресса* Теория: подготовка опорно-двигательного аппарата для исполнения различных танцевальных движений. Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости.

Практика: упражнения на силу мышц пресса скручивания, сгибания. Контроль: текущий

14. *Упражнения на укрепление мышц спины* Теория: подготовка опорно-двигательного аппарата для исполнения различных танцевальных движений. Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости.

Практика: динамические и статические упражнения на силу и гибкость верхних и нижних отделов позвоночника. Контроль: текущий

15. *Упражнения на укрепление мышц спины* Теория: подготовка опорно-двигательного аппарата для исполнения различных танцевальных

движений. Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости. Контроль: текущий

Практика: динамические и статические упражнения на силу и гибкость верхних и нижних отделов позвоночника.

16. *Упражнения на укрепление мышц спины* Теория: подготовка опорно-двигательного аппарата для исполнения различных танцевальных движений. Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости.

Практика: динамические и статические упражнения на силу и гибкость верхних и нижних отделов позвоночника. Контроль: текущий

17. *Растяжка* Теория: Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости. Понятия выворотности, гибкости, эластичности.

Практика: упражнения на развитие силы танцевального шага. Растягивания. Полушпагаты Контроль: текущий

18. *Растяжка* Теория: Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости. Понятия выворотности, гибкости, эластичности.

Практика: упражнения на развитие силы танцевального шага. Растягивания. Полушпагаты Контроль: текущий

19. *Растяжка* Теория: Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости. Понятия выворотности, гибкости, эластичности.

Практика: упражнения на развитие силы танцевального шага. Растягивания. Полушпагаты Контроль: текущий

20. Теория: Тренировка и релаксация суставно-мышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости. Понятия выворотности, гибкости, эластичности.

Практика: упражнения на развитие силы танцевального шага. Растягивания. Полушпагаты. Контроль: текущий

21. *Истоки классического танца* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса.

Практика: экзерсис, постановка рук, ног, корпуса и головы, изучение позиций ног 1,3,6, изучение позиций рук разучивание и выполнение основных элементов классического танца. Контроль: текущий

22. *Терминология классического танца* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса.

Практика: экзерсис, постановка рук, ног, корпуса и головы, изучение позиций ног 1,3,6, изучение позиций рук разучивание и выполнение основных элементов классического танца. Контроль: текущий

23. *Основные позиции рук и ног* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса.

Практика: экзерсис, постановка рук, ног, корпуса и головы, изучение позиций ног 1,3,6, изучение позиций рук разучивание и выполнение основных элементов классического танца. Контроль: текущий

24. *Основные позиции рук и ног* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса.

Практика: экзерсис, постановка рук, ног, корпуса и головы, изучение позиций ног 1,3,6, изучение позиций рук разучивание и выполнение основных элементов классического танца. Контроль: текущий

25. *Основные движения у станка* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса.

Практика: разучивание упражнений у станка. Контроль: текущий

26. *Основные движения у станка* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса. Demi-plié

Практика: разучивание упражнений у станка. Контроль: текущий

27. *Основные движения у станка* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса.

Практика: разучивание упражнений у станка. Контроль: текущий

28. *Основные движения на середине зала* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса.

Практика: разучивание упражнений на середине. Контроль: текущий

29. *Основные движения на середине зала* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности,

эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса.

Практика: разучивание упражнений на середине. Pas balanse Контроль: текущий

30. *Основные движения на середине зала* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса.

Практика: разучивание упражнений на середине. Pas balanse Контроль: текущий

31. *Прыжки* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса.

Практика: разучивание упражнений на середине. Контроль: текущий

32. *Прыжки* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса. Контроль: текущий

Практика: разучивание pas saute по основным позициям.

33. *Танцевальная композиция* Теория: тренировка суставно-мышечного аппарата. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепкости голеностопного, коленного и тазобедренного сустава. Позиции и положения ног и рук. Основные названия упражнений классического экзерсиса.

Практика: разучивание танцевальной композиции в характере польки. Контроль: текущий

34. *Упражнения на ориентировку в пространстве* Теория: мелодия и движение.

Практика: Перестроения из круга в линию, из шеренги в колонну, из круга в 2 круга. Контроль: текущий

35. *Упражнения на ориентировку в пространстве* Теория: мелодия и движение.

Практика: Перестроения из круга в линию, из шеренги в колонну, из круга в 2 круга. Контроль: текущий

36. *Упражнения на ориентировку в пространстве* Теория: мелодия и движение.

Практика: Перестроения из круга в линию, из шеренги в колонну, из круга в 2 круга.

37. *Упражнения на ориентировку в пространстве* Теория: мелодия и движение.

Практика: Перестроения из круга в линию, из шеренги в колонну, из круга в 2 круга. Контроль: текущий

38. *Ритмико-гимнастические упражнения* Теория: контрастная музыка (быстрая - медленная, веселая – грустная), техника исполнения. Практика: передача изменения характера музыки в движениях. Движения на координацию; прыжки на скакалке; перестроение из одного рисунка в другой; движения по кругу, танцевальные движения в образах. Контроль: текущий

39. *Ритмико-гимнастические упражнения* Теория: контрастная музыка (быстрая - медленная, веселая – грустная). техника исполнения. Практика: передача изменения характера музыки в движениях. Движения на координацию; прыжки на скакалке; перестроение из одного рисунка в другой; движения по кругу, танцевальные движения в образах. Контроль: текущий

40. *Ритмико-гимнастические упражнения* Теория: контрастная музыка (быстрая - медленная, веселая – грустная). техника исполнения. Практика: передача изменения характера музыки в движениях. Движения на координацию; прыжки на скакалке; перестроение из одного рисунка в другой; движения по кругу, танцевальные движения в образах. Контроль: текущий

41. *Ритмико-гимнастические упражнения* Теория: контрастная музыка (быстрая - медленная, веселая – грустная). техника исполнения. Практика: передача изменения характера музыки в движениях. Движения на координацию; прыжки на скакалке; перестроение из одного рисунка в другой; движения по кругу, танцевальные движения в образах. Контроль: текущий

42. *Танцевальные упражнения* Теория: основные понятия танцевальных жанров, танцевальные шаги, приседы, расширение знаний о современных танцевальных жанрах. Практика: разучивание элементов танцевального направления – детский танец, подскоки, соскоки. Контроль: текущий

43. *Танцевальные упражнения* Теория: основные понятия танцевальных жанров, танцевальные шаги, приседы, расширение знаний о современных танцевальных жанрах. Практика: разучивание элементов танцевального направления – детский танец, подскоки, соскоки. Контроль: текущий

44. *Танцевальные упражнения* Теория: основные понятия танцевальных жанров, танцевальные шаги, приседы, расширение знаний о современных танцевальных жанрах. Практика: разучивание элементов танцевального направления – детский танец, подскоки, соскоки. Контроль: текущий

45. *Танцевальные упражнения* Теория: основные понятия танцевальных жанров, танцевальные шаги, приседы, расширение знаний о современных танцевальных жанрах

Практика: разучивание элементов танцевального направления – детский танец, подскоки, соскоки. Контроль: текущий

46. *Танцевальные упражнения* Теория: основные понятия танцевальных жанров, танцевальные шаги, приседы, расширение знаний о современных танцевальных жанрах

Практика: разучивание элементов танцевального направления – детский танец, подскоки, соскоки. Контроль: текущий

47. *Танцевальные упражнения* Теория: основные понятия танцевальных жанров, танцевальные шаги, приседы, расширение знаний о современных танцевальных жанрах

Практика: разучивание элементов танцевального направления – детский танец, подскоки, соскоки. Контроль: текущий

48. *Постановочная работа «Карельский танец»* Теория. История развития детского танца. Ритмический рисунок танца.

Практика: изучение фигур и вариацию сочетания фигур, основные движения и ходы танца «Карельский танец». Контроль: текущий

49. *Постановочная работа «Карельский танец»* Теория. История развития детского танца. Ритмический рисунок танца.

Практика: изучение фигур и вариацию сочетания фигур, основные движения и ходы танца «Карельский танец». Контроль: текущий

50. *Постановочная работа «Карельский танец»* Теория. История развития детского танца. Ритмический рисунок танца.

Практика: изучение фигур и вариацию сочетания фигур, основные движения и ходы танца «Карельский танец». Контроль: текущий

51. *Постановочная работа «Карельский танец»* Теория. История развития детского танца. Ритмический рисунок танца.

Практика: изучение фигур и вариацию сочетания фигур, основные движения и ходы танца «Карельский танец». Контроль: текущий

52. *Постановочная работа «Карельский танец»* Теория. История развития детского танца. Ритмический рисунок танца.

Практика: изучение фигур и вариацию сочетания фигур, основные движения и ходы танца «Карельский танец». Контроль: текущий

53. *Постановочная работа «Карельский танец»* Теория. История развития детского танца. Ритмический рисунок танца.

Практика: изучение фигур и вариацию сочетания фигур, основные движения и ходы танца «Карельский танец». Контроль: текущий

54. *Постановочная работа «Карельский танец»*. Теория. История развития детского танца. Ритмический рисунок танца.

Практика: изучение фигур и вариации сочетания фигур, основные движения и ходы танца «Карельский танец». Контроль: текущий

55. *Постановочная работа «Карельский танец».* Теория. История развития детского танца. Ритмический рисунок танца.

Практика: изучение фигур и вариации сочетания фигур, основные движения и ходы танца «Карельский танец» Контроль: текущий

56. *Постановочная работа «Карельский танец».* Теория. История развития детского танца. Ритмический рисунок танца.

Практика: изучение фигур и вариацию сочетания фигур, основные движения и ходы танца «Карельский танец». Контроль: текущий

57. *Репетиционная работа* Теория: устный детальный разбор номера, работа на эмоциональной передаче настроения танца.

Практика: отработка техники отдельных движений, закрепление техники исполнения движений и эмоционального восприятия, отработка танцевальных номера «Карельский танец». Контроль: текущий

58. *Репетиционная работа* Теория: устный детальный разбор номера, работа на эмоциональной передаче настроения танца.

Практика: отработка техники отдельных движений, закрепление техники исполнения движений и эмоционального восприятия, отработка танцевальных номеров «Детки-конфетки». Контроль: текущий

59. *Репетиционная работа* Теория: устный детальный разбор номера, работа на эмоциональной передаче настроения танца.

Практика: обработка техники отдельных движений, закрепление техники исполнения движений и эмоционального восприятия, отработка танцевальных номеров «Детки-конфетки». Контроль: текущий

60. *Репетиционная работа* Теория: устный детальный разбор номера, работа на эмоциональной передаче настроения танца.

Практика: отработка техники отдельных движений, закрепление техники исполнения движений и эмоционального восприятия, отработка танцевальных номеров «Детки-конфетки». Контроль: текущий

61. *Репетиционная работа* Теория: устный детальный разбор номера, работа на эмоциональной передаче настроения танца.

Практика: обработка техники отдельных движений, закрепление техники исполнения движений и эмоционального восприятия, отработка танцевальных номеров «Детки-конфетки» . Контроль: текущий

62. *Репетиционная работа* Теория: устный детальный разбор номера, работа на эмоциональной передаче настроения танца.

Практика: обрабатывание техники отдельных движений, закрепление техники исполнения движений и эмоционального восприятия, отработка танцевальных номеров «Детки-конфетки». Контроль: текущий

63. *Репетиционная работа* Теория: устный детальный разбор номера, работа на эмоциональной передаче настроения танца.

Практика: обрабатывание техники отдельных движений, закрепление техники исполнения движений и эмоционального восприятия, отработка танцевальных номеров «Детки-конфетки» .

64. *Репетиционная работа* Теория: устный детальный разбор номера, работа на эмоциональной передаче настроения танца.

Практика: обрабатывание техники отдельных движений, закрепление техники исполнения движений и эмоционального восприятия, отработка танцевальных номеров «Детки-конфетки». Контроль: текущий

65. *Репетиционная работа* Теория: устный детальный разбор номера, работа на эмоциональной передаче настроения танца.

Практика: обрабатывание техники отдельных движений, закрепление техники исполнения движений и эмоционального восприятия, отработка танцевальных номеров «Детки-конфетки». Контроль: текущий

66. *Репетиционная работа* Теория: устный детальный разбор номера, работа на эмоциональной передаче настроения танца.

Практика: обрабатывание техники отдельных движений, закрепление техники исполнения движений и эмоционального восприятия, отработка танцевальных номеров «Детки-конфетки». Контроль: текущий

67. *Репетиционная работа* Теория: устный детальный разбор номера, работа на эмоциональной передаче настроения танца.

Практика: обрабатывание техники отдельных движений, закрепление техники исполнения движений и эмоционального восприятия, отработка танцевальных номеров «Детки-конфетки». Контроль: текущий

68. *Репетиционная работа* Теория: устный детальный разбор номера, работа на эмоциональной передаче настроения танца.

Практика: обрабатывание техники отдельных движений, закрепление техники исполнения движений и эмоционального восприятия, отработка танцевальных номеров «Детки-конфетки». Контроль: текущий

69. *Игровое занятие «Мир движения и ритма* Викторина «Мир движения и ритма»

Теория: правила игры, подведение итогов, освоение сценической культуры, умение общаться в команде и со зрителями.

Практика: закрепление пройденного материала посредством игры. Контроль: текущий

70. *Игровое занятие «Мир движения и ритма* Викторина «Мир движения и ритма»

Теория: правила игры, подведение итогов, освоение сценической культуры, умение общаться в команде и со зрителями.

Практика: закрепление пройденного материала посредством игры. Контроль: текущий

71. *Игровое занятие «Мир движения и ритма* Викторина «Мир движения и ритма»

Теория: правила игры, подведение итогов, освоение сценической культуры, умение общаться в команде и со зрителями.

Практика: закрепление пройденного материала посредством игры. Контроль: текущий

72. Теория: результаты года

Практика: отчётное выступление, обсуждение достигнутых результатов, постановка задач на следующий год. Контроль: итоговый