

**Муниципальное дошкольное образовательное автономное учреждение**

**«Детский сад №171» г. Оренбурга**

Принято  
На заседании педагогического совета  
Протокол № 1  
« 29 » 08 2024г.

Утверждаю  
Заведующий МДОАУ №171  
Зорина В.Г.  
Приказ №40 от « 29 » 08 2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная  
(общеразвивающая) программа  
художественно-эстетической  
направленности  
«Хореография»**

Возраст обучающихся: 4-7 лет

Срок реализации: 1 года

Автор-составитель:  
Арсланова Э.Н., педагог  
дополнительного образования

г. Оренбург

## Содержание

РАЗДЕЛ № 1 «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК..... 3	3
ПРОГРАММЫ»..... 3	3
1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА..... 3	3
Направленность дополнительной общеобразовательной .....	3
общеразвивающей программы..... 3	3
Актуальность дополнительной общеобразовательной .....	4
общеразвивающей программы..... 4	4
Отличительные особенности программы .....	4
<i>Адресат программы</i> ..... 6	6
Объем и сроки реализации программы..... 6	6
Формы обучения и виды занятий по программе .....	7
Основная форма обучения- групповая..... 7	7
Виды занятий по программе: теоретические, практические, комбинированные, репетиционные. Теоретические занятия проводятся в форме рассказа, объяснения, показа. Практические занятия в форме – тренировок, репетиций, сценических выступлений. Основной формой образовательной работы являются тренировочные занятия. ....	7
1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ .....	8
<i>Учебный план</i> .....	9
<i>Содержание учебного плана I года обучения</i> ..... 22	22
Вводное занятие .....	22
<i>Содержание учебного плана II года обучения</i> .....	26
Вводное занятие .....	26
<i>Содержание учебного плана III года обучения</i> .....	30
Вводное занятие .....	30
1.4 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ..... 34	34
2.2 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ .....	69
<i>Информационное обеспечение</i> .....	69
2.5 <i>Методические материалы</i> .....	70
<b>Уровни усвоения программы</b> .....	83
Ребенок допускает существенные ошибки в технике .....	83
движения. Не соблюдает заданный темп и ритм, действует только в сопровождении показа педагога. Нарушает правила в играх. Ошибок в действиях других не замечает.....	83
Ребенок владеет главными элементами техники .....	83
большинства движений. Способен самостоятельно выполнять упражнения на основе предварительного показа. ....	83
Ребенок владеет главными элементами техники .....	83
Ребенок проявляет стойкий интерес к танцевальным.....	83

элементам. Осуществляет элементы контроля за действиями сверстников, замечает нарушение правил в играх и в .....	83
выполнении танцевальных элементов. Наблюдается перенос основных элементов в самостоятельную деятельность.....	83
<b>Условные обозначения:</b> .....	83
Ребенок владеет главными элементами техники.....	84
<b>Условные обозначения:</b> .....	84
Ребенок допускает ошибки в основных элементах сложных.....	85
Ребенок допускает ошибки в технике движения, действует .....	85
Ребенок технически правильно выполняет большинство .....	85
Ребенок владеет главными элементами техники.....	85
Ребенок результативно, уверенно, мягко, выразительно.....	85
точно выполняет танцевальные элементы. Самоконтроль и.....	85
<b>Условные обозначения:</b> .....	85
Приложение 3.....	69
Приложение 4.....	72
Приложение 5.....	74
Приложение 6.....	76
Приложение 7.....	79
Приложение 8.....	83
Приложение 9.....	87
Приложение 10.....	89

## **РАЗДЕЛ № 1 «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»**

### **1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

#### **Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография» имеет *художественную направленность* и обеспечивает приобщение дошкольников к танцевальному искусству, развитие их творческих способностей в процессе обучения хореографии. Среди множества форм художественного развития детей хореография занимает особое место. Занятия танцем развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений. А также устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.) Танец обучает правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения. Танец развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству. Содержание занятий по хореографии создаёт условия для самореализации личности, раскрытия её творческого потенциала.

Освоение программы «Хореография» обеспечит:

- развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений, составляющих основу детских танцев);

- формирование осмысленной моторики, предполагающее развитие координации ребёнка и его способности на определённом этапе изучения танцевальных движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений;

- формирование навыков взаимодействия в паре и в группе в процессе исполнения танца;

- формирование навыка публичного выступления.

Данных результатов можно добиться только при условии раннего включения ребёнка в деятельность, базирующуюся на синтезе искусств: хореографии, и музыки, в деятельность, направленную на создание гармоничного пластического образа.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография» реализуется в муниципальном дошкольном образовательном автономном учреждении «Детский сад №171» в течение трех лет.

## **Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

Актуальность данной программы определяется социальным заказом современного общества на личность физически здоровую, мобильную, динамичную, ответственную, обладающую определенным уровнем художественно-эстетического воспитания, а также способностью к конструктивному сотрудничеству. Коммуникабельность, мобильность, динамизм, конструктивность, ответственность – это именно те личностные качества, которые формируются у детей в результате систематических занятий хореографией.

Дошкольный период общепризнан как начальный этап развития внутреннего мира ребенка, его духовности, формирования личностных качеств. Этот возраст является временем интенсивного развития и всесторонней любознательности. Изучение детьми хореографии, вводит их в мир волнующих перевоплощений, радостных переживаний, открывает путь эстетического восприятия и освоения жизни в рамках, доступных его возрасту.

Оказывая активное влияние на развитие эмоционально-образной сферы мышления, постоянно побуждая к творчеству, давая примеры нравственного поведения, тренируя волю и тело, данная программа может дать дошкольникам то, чего не хватает в современном процессе дошкольного обучения и воспитания - попытаться уравновесить, гармонизировать их интеллектуальное развитие с физическим, нравственным, духовным и эмоциональным ценностями.

Программа предполагает использование дистанционных образовательных технологий (дистанционное обучение) для обучения по отдельным разделам программы, с целью:

- обеспечения доступности дополнительного образования для различных категорий детей<sup>1</sup>;
- предоставления доступа детей к образовательным и иным информационным ресурсам;
- дополнения очной формы обучения;
- реализации проектно-исследовательской деятельности;
- подготовки к участию в дистанционных конкурсах, организации виртуальных выставок и т.д.

### **Отличительные особенности программы**

В настоящее время существует довольно большое количество программ по хореографической подготовке дошкольников в системе дополнительного образования. Их анализ показал, что они строятся на основе использования какого-либо одного основного метода обучения, что не всегда дает желаемые результаты в формировании хореографических умений и навыков

детей. Поэтому возникла необходимость разработать программу на основе комплексного использования основных методов обучения хореографии.

Для разработки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Хореография» были использованы следующие источники:

Название программы, автор	Цель	Возраст	Особенности программы
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная мозаика», Копаневой С.В.	Выявление, раскрытие и развитие специальных (художественных) способностей каждого воспитанника, развитие личности дошкольника, развитие интереса к искусству танца	4-7 лет	Обучение музыкально-ритмическим движениям различными способами: имитационными, танцевальными, общеразвивающими
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Цветик Семицветик», Нецета В.В.	Содействовать всестороннему развитию детей (формирование знаний, умений, навыков, способностей и качеств личности) средствами музыки и танца	4-7 лет	Использование здоровьесберегающих технологий и лечебный эффект занятий
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Чудо-ритмика», Скрипниченко Е.В.	Укрепление физического и психического здоровья дошкольников, привитие начальных навыков в искусстве танца и воспитание хореографической культуры	4,5- 6,5 лет	Использование метода аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация)

Отличительной особенностью данной программы является комплексное использование трех методов: метода музыкального движения, метода хореографии и методики партерного экзерсиса. Выбор основных методов обучения основан на возрастных и индивидуальных особенностях детей среднего и старшего дошкольного возраста.

*Технологический аспект.* В процессе обучения используются технологии, предполагающие активную деятельность обучающихся. Программа предполагает:

– интеграцию очного и электронного обучения с использованием дистанционных образовательных технологий (дистанционное обучение), обеспечение цифровыми образовательными ресурсами (ЦОР) и электронными пособиями, ориентированными на самостоятельную работу обучающихся; и др.

### **Адресат программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
Программа «Хореография» адресована дошкольникам в возрасте 4-6 лет:  
I год обучения - 4 года (подготовительный этап);  
II год обучения -

## **Формы обучения и виды занятий по программе**

Форма организации образовательной деятельности очный. Для детей дошкольного возраста важен непосредственный контакт с педагогом, другие формы взаимодействия менее эффективны.

Реализация программы осуществляется с использованием очной формы получения образования. Программа предполагает (при необходимости) интеграцию очного и электронного обучения с использованием дистанционных образовательных технологий.

Использование дистанционного обучения (потребность в интерактивном взаимодействии обучающихся и педагогов) обосновано необходимостью:

- организации работы с одаренными детьми (индивидуальные дополнительные задания повышенного уровня);
- организации выполнения заданий с целью повторения (тесты, кроссворды, ребусы и др.);
- возможностью ликвидации пробелов в знаниях и др.
- организации занятий в условиях противоэпидемических мероприятий.

Основная форма обучения- групповая.

Виды занятий по программе: теоретические, практические, комбинированные, репетиционные. Теоретические занятия проводятся в форме рассказа, объяснения, показа. Практические занятия в форме – тренировок, репетиций, сценических выступлений. Основной формой образовательной работы являются тренировочные занятия.

### ***Особенности организации образовательного процесса***

Образовательная деятельность по программе осуществляется на русском языке в соответствии с п.12 Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденном Приказом Минобрнауки РФ № 1008 от 29 августа 2013 г. Основная форма обучения работа в микрогруппе (8-10 человек).

Обучающиеся сформированы в микрогруппы одного возраста, состав группы является постоянным. В течение года группы объединяются для проведения различных мероприятий.

### ***Режим занятий***

Занятия проводятся в следующем *режиме*:

I год обучения -1 раз в неделю продолжительностью 30 минут;

II год - 1 раз в неделю продолжительностью 30 минут;

III год - 1 раз в неделю продолжительностью 30 минут.

## 1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

**Цель:** развитие личности дошкольника, его специальных (хореографических) способностей, элементарных основ общей эстетической и танцевальной культуры, в процессе приобщения к искусству хореографии

**Задачи:**

Обучающие:

- формировать представления о танцевальной азбуке (спец. термины);
- формировать представления об основах классического, эстрадного детского танца;
- формировать первоначальные танцевальные навыки (осанка, выворотность, натянутость ног, стопы, мягкость рук);
- формировать основы музыкальной грамоты (быстро, медленно, умеренно);
- формировать основы актерского мастерства (маленькие актёры);
- формировать навык публичного выступления.

Развивающие:

- развивать познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
- развивать художественный вкус, воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- развивать двигательные качества и умения: гибкость, пластичность, ловкость, координацию движений, силу, выносливость;
- развивать музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;

Воспитательные:

- воспитывать основы культуры безопасного поведения на сцене; в хореографическом зале;
- формировать основы эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости и сопереживания;
- формировать готовность к совместной деятельности со сверстниками, умение работать в коллективе;
- формировать эстетическое отношение к миру танца;
- воспитывать самостоятельность, чувство ответственности, трудолюбие.

### 1.3 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### Учебный план

№	Название раздела	Количество часов за год									Всего часов		
		1 год			2 год			3 год			всего	теория	практика
		Всего	теория	практика	всего	теория	практика	всего	теория	практика			
1	Вводное занятие	1	1		1	1		1	1		3	3	
2	Ритмика. Элементы музыкальной грамоты	4	0,5	3,5	4		4	3		3	11		11
3	Танцеваль- ная азбука	6	1	5	7		7	4	1	3	17	2	15
4	Танец	8	1	7	7	1	6	8		8	23	3	20
5	Творческая деятельность	3		3	4		4	3		3	10		10
6	Музыкаль- ные игры	3		3	2		2	2		2	7		7
7	Репетицион- но - постановоч- ная работа	10		10	10		10	14		14	34		34
8	Итоговое занятие	1		1	1		1	1		1	3		3
	<b>ИТОГО:</b>	<b>36</b>	<b>3,5</b>	<b>32, 5</b>	<b>36</b>	<b>2</b>	<b>34</b>	<b>36</b>	<b>2</b>	<b>34</b>	<b>10 8</b>	<b>8</b>	<b>10 0</b>

*Учебно-тематический план 1-го года обучения (этап подготовительный)*

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	«Вводное занятие». Мир танца. Введение в программу	1	1		Беседа
2	<b>Раздел: Ритмика.</b> <b>Элементы</b> <b>музыкальной</b> <b>грамоты</b>	4	0,5	3,5	
2.1	Темп в музыке и тан- це (быстро, медленно, умеренно)	1		1	Игра на определение характера музыки «Динамика»
2.2	Хлопки, выстукивания, притоп	1		1	Выполнение комплекса контрольных упражнений
2.3	Точки-ориентировки в зале. Простой ход – бег на носочках, на пятках.	1		1	Выполнение комплекса контрольных упражнений
2.4	Построение в шеренгу, в круг, сужение и расширение	1		1	Выполнение комплекса контрольных упражнений
3	<b>Радел:</b> <b>Танцевальная азбука</b>	6	1	5	
3.1	Основные понятия по- зиции рук, ног, головы	1	1		Выполнение комплекса контрольных упражнений
3.2	Отработка позиций рук, ног	1		1	Выполнение комплекса контрольных упражнений

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
3.3	Постановка корпуса	1		1	Выполнение комплекса контрольных упражнений
3.4	Бег, прыжки, поворо- ты и наклоны	1		1	Выполнение комплекса контрольных упражнений
3.5	Танцевальные шаги	1		1	Выполнение комплекса контрольных упражнений
3.6	Фигуры в танце	1		1	Выполнение комплекса контрольных упражнений
<b>4.</b>	<b>Раздел: Танец</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	
4.1	Простые элементы русского танца	1	1		Беседа
4.2	Положение рук и кор- пуса в русском стиле.	1		1	Выполнение элемента
4.3	Пружинка на каблук	1		1	Выполнение элемента
4.4	Простые шаги, подскоки, присядка	1		1	Выполнение элемента
4.5	Хороводные построения	1		1	Выполнение элемента
4.6	Хороводные переходы	1		1	Выполнение элемента
4.7	Комбинация с притопами	1		1	Выполнение элемента
4.8	Комбинация с гало- пом	1		1	Выполнение элемента
<b>5.</b>	<b>Раздел: Творческая деятельность</b>	<b>3</b>		<b>3</b>	

№ п/п	Название темы	раздела,	Количество часов			Форма аттестации /контроля
			Всего	Теория	Практика	
5.1	Игровой этюд «Репка».				1	Музыкально- ритмические игры
5.2	Игровой этюд «Теремок».				1	Музыкально- ритмические игры
5.3	Игровой этюд «Часики»				1	Музыкально- ритмические игры
<b>6</b>	<b>Раздел: Музыкальные игры</b>		<b>3</b>		<b>3</b>	
6.1	Подражательные игры		1		1	Музыкально- ритмические игры
6.2	Игры на согласование		1		1	Музыкально- ритмические игры
6.3	Игры на развитие двигательной реакции		1		1	Музыкально- ритмические игры
<b>7</b>	<b>Раздел: Репетиционно -постановочная работа</b>		<b>10</b>		<b>10</b>	
7.1	Постановка танца «Скоморох». Групповые комбинации		1		1	Танцевальный этюд
7.2	Постановка танца «Скоморох». Парные комбинации		1		1	Танцеваль- ный этюд
7.3	Танец «Скоморох». Простые шаги, подскоки, присядки		1		1	Танцеваль- ный этюд
7.4	Танец «Скоморох». Комбинации с притопами		1		1	Танцеваль- ный этюд
7.5	Танец «Скоморох». Комбинации с		1		1	Танцевальный этюд

№ п/п	Название темы	раздела,	Количество часов			Форма аттестации /контроля
			Всего	Теория	Практика	
	галопом					
7.6	Постановка танца «Новый год»		1		1	Танцеваль- ный этюд
7.7	Танец «Новый год». Хороводные построения		1		1	Танцеваль- ный этюд
7.8	Танец «Новый год». Хороводные пере- строения		1		1	Танцеваль- ный этюд
7.9	Танец «Новый год». Комбинации в парах		1		1	Танцеваль- ный этюд
7.10	Танец «Новый год». Соединение элементов		1		1	Танцеваль- ный этюд
<b>8</b>	<b>Итоговое занятие</b>		<b>1</b>		<b>1</b>	Класс- концерт
	<b>Итого</b>		<b>36</b>	<b>3,5</b>	<b>32,5</b>	

**Учебно-тематический план 2-го года обучения (этап начальный)**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	<b>Вводное занятие</b> Постановка программных задач на год	1	1		Беседа
2	<b>Раздел: Ритмика. Элементы музыкальной грамоты</b>	4		4	
2.1	Пластическая гимнастика	1		1	Гимнастические этюды
2.2	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения	1		1	Гимнастические этюды
2.3	Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок).	1		1	Гимнастические этюды
2.4	Движения с ритмическими акцентами	1		1	Гимнастические этюды
3	<b>Раздел: Танцевальная азбука</b>	7		7	
3.1	Упражнения на середине зала	1		1	Выполнение комплекса контрольных упражнений
3.2	Танцевальная комбинация. Постановка рук 1,2,3 позиция.	1		1	Выполнение комплекса контрольных упражнений
3.3	Упражнения на середине зала.	1		1	Выполнение комплекса контрольных упражнений

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
3.4	Слушаем музыку и танцуем комбинацию «Веселая разминка»	1			Выполнение комплекса контрольных упражнений
3.5	Упражнения для стоп, шаги на полу пальцах, на пятках.	1		1	Выполнение комплекса контрольных упражнений
3.6	Повторение комбинации «Веселая разминка»	1		1	Выполнение комплекса контрольных упражнений
3.7	Повороты	1		1	Выполнение комплекса контрольных упражнений
<b>4</b>	<b>Раздел «Танец»</b>	<b>7</b>	<b>1</b>	<b>6</b>	
4.1	Элементы детского эстрадного танца	1	1		Беседа
4.2	Постановка корпуса. Легкие прыжки	1		1	Выполнение комплекса контрольных упражнений
4.3	Танцевальный шаг	1		1	Выполнение комплекса контрольных упражнений
4.4	Повороты и наклоны	1		1	Выполнение комплекса контрольных упражнений
4.5	Элементы равновесия	1		1	Выполнение комплекса контрольных упражнений
4.6	Перевод рук из позиции в позицию	1		1	Выполнение комплекса контрольных упражнений
4.7	Построения и перестроения	1		1	Выполнение комплекса контрольных упражнений
<b>5</b>	<b>Раздел: Творческая деятельность</b>	<b>4</b>		<b>4</b>	

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
5.1	Музыкально-пластическая импровизация. Образы времен года	1		1	Творческие задания
5.2	Музыкально-пластическая импровизация. Образы птиц и животных	1		1	Творческие задания
5.3	Музыкально-пластическая импровизация. Образы сказочных персонажей	1		1	Творческие задания
5.4	Музыкально-пластическая импровизация. Образы неживой природы	1		1	Творческие задания
<b>6.</b>	<b>Раздел: Музыкальные игры</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	
6.1	Игры на координацию движений	1		1	Творческие задания
6.2	Игры на взаимодействие	1		1	Творческие задания
<b>7</b>	<b>Раздел: Репетиционно-постановочная работа.</b>	<b>10</b>		<b>10</b>	
7.1	Постановка танца «Дождик»	1		1	Танцевальный этюд
7.2	Танец «Дождик». Танцевальные шаги	1		1	Танцевальный этюд
7.3	Танец «Дождик». Повороты и наклоны	1		1	Танцевальный этюд

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
	ны				
7.4	Танец «Дождик». Перестроения	1		1	Танцевальный этюд
7.5	Танец «Дождик». Соединение элемен- тов танца	1		1	Танцевальный этюд
7.6	Постановка танца « Кукарелла»	1		1	Танцевальный этюд
7.7	Танец «Кукарелла» Танцевальные шаги	1		1	Танцевальный этюд
7.8	Танец «Кукарелла» Подскоки и прыжки	1		1	Танцевальный этюд
7.9	Танец «Кукарелла» Элементы равнове- сия	1		1	Танцевальный этюд
7.10	Танец «Кукарелла» Соединение элемен- тов танца	1		1	Танцевальный этюд
<b>8</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>1</b>		<b>1</b>	Творческий отчет
	<b>Итого</b>	<b>36</b>	<b>2</b>	<b>34</b>	

**Учебно-тематический план 3-го года обучения (этап развивающий)**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Вводное занятие</b> Постановка программных задач на год	<b>1</b>		<b>1</b>	Собеседование
<b>2</b>	<b>Раздел:</b> <b>Ритмика. Элементы музыкальной грамоты</b>	<b>3</b>		<b>3</b>	
2.1	Игропластика (гимнастические упражнения на гибкость)	1		1	Гимнастические этюды
2.2	Растяжка на полу	1		1	Гимнастические этюды
2.3	Координационно-двигательные упражнения	1		1	Гимнастические этюды
<b>3</b>	<b>Раздел:</b> <b>Танцевальная азбука</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	
3.1	Бег и прыжки в сочетании по принципу контраста	1		1	Гимнастические этюды
3.2	Танцевальный рисунок и ориентация в пространстве	1	1		Гимнастические этюды
3.3	Упражнения на ориентацию в пространстве	1		1	Гимнастические этюды
3.4	Элементы партерной гимнастики	1		1	Гимнастические этюды
<b>4</b>	<b>Раздел: Танец</b>	<b>8</b>		<b>8</b>	
4.1	Равномерный бег с захлестом голени	1	1		Выполнение комплекса кон-

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
					трольных упражнений
4.2	Перескоки с ноги на ногу	1		1	Выполнение комплекса кон- трольных упражнений
4.3	Шаги на полу паль- цах и пятках	1		1	Выполнение комплекса кон- трольных упражнений
4.4	Притопы: удары сто- пы в пол равномерно и по три	1		1	Выполнение комплекса кон- трольных упражнений
4.5	Поклоны	1		1	Выполнение комплекса кон- трольных упражнений
4.6	Повороты на двух ногах. Вынос ноги на каблук	1		1	Выполнение комплекса кон- трольных упражнений
4.7	Прыжки	1		1	Выполнение комплекса кон- трольных упражнений
5.	<b>Раздел: Творческая деятельность</b>	<b>3</b>		<b>3</b>	
5.1	Этюдная работа	1		1	Музыкально ритмические задания
5.2	Свободная импровизация	1		1	Музыкально ритмические задания
5.3	Актерское мастерство	1		1	Музыкально ритмические задания

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>6</b>	<b>Раздел: Музыкальные игры</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	
6.1	Игры со сменой музыкального темпа	1		1	Музыкально ритмические задания
6.2	Игры на развитие музыкального слуха	1		1	Музыкально ритмические задания
<b>7</b>	<b>Раздел: Репетиционно- постановочная работа</b>	<b>14</b>		<b>14</b>	
7.1	Постановка танца «Весенний хоровод»	1		1	Танцевальный этюд
7.2	Танец «Весенний хоровод». Хороводные построения и перестроения	1			Танцевальный этюд
7.3	Танец «Весенний хоровод». Основные элементы	1		1	Танцевальный этюд
7.4	Танец «Весенний хоровод». Скользящий и при- ставной шага	1		1	Танцевальный этюд
7.5	Танец «Весенний хоровод». Соединение элементов	1		1	Танцевальный этюд
7.6	Постановка тан- ца «Гномики»	1		1	Танцевальный этюд
7.7	Танец «Гномики». Танцевальные шаги	1		1	Танцевальный этюд
7.8	Танец «Гномики». Парные композиции	1		1	Танцевальный этюд
7.9	Танец «Гномики». Подскоки и перевороты	1		1	Танцевальный этюд

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
7.10	Танец «Гномики». Соединение элементов	1		1	Танцевальный этюд
7.11	Постановка танца «Дружба»	1		1	Танцевальный этюд
7.12	Танец «Дружба». Перестроения	1		1	Танцевальный этюд
7.13	Танец «Дружба». Движения с предме- тами	1		1	Танцевальный этюд
7.14	Танец «Дружба». Соединение Элементов	1		1	Танцевальный этюд
<b>8</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>1</b>		<b>1</b>	Концерт
	<b>Итого</b>	<b>36</b>	<b>2</b>	<b>34</b>	

## *Содержание учебного плана I года обучения*

### **Вводное занятие**

*Теория:* знакомство с детьми. Рассказ об искусстве танца. Инструктаж по технике безопасности на занятиях. Ознакомление с содержанием программы, требованиями к внешнему виду, правилами поведения.

*Форма контроля:* Беседа

### **Раздел 2. Ритмика**

#### ***Тема 1. Темп в музыке и танце (быстро, медленно, умеренно)***

*Теория:* знакомство с понятиями темп (быстро, медленно, умеренно) и счет в музыке.

*Практика:* слушание мелодий разных жанров и определение их темпа.

*Форма контроля:* Игра на определение характера музыки «Динамика»

#### ***Тема 2. Хлопки, выстукивания, притоп***

*Практика:* выстукивание мелодии после прослушивания. Отработка хлопков и притопов в разных темпах.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

#### ***Тема 3. Точки-ориентировки в зале. Простой ход – бег на носочках, на пятках***

*Практика:* отработка ориентировки в зале по заданным точкам. Разучивание простого хода и бега на носочках и на пятках.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

#### ***Тема 4. Построение в шеренгу, в круг, сужение и расширение***

*Практика:* разучивание построений в шеренгу и круг с сужением и расширением.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

### **Раздел 3. Танцевальная азбука**

#### ***Тема 1. Основные понятия позиции рук, ног, головы***

*Теория:* знакомство с понятиями позиции. Показ основных позиций рук, ног, головы. Объяснение правил выполнения позиций.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

#### ***Тема 2. Отработка позиций рук, ног***

*Практика:* разучивание основных позиций ног, рук, позиций в связке.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

#### ***Тема 3. Постановка корпуса***

*Практика:* выполнение упражнений по постановке корпуса: «Большая бабочка», «Перемена рук», «Поднимание ног», «Кукла», «Простая координация».

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

#### ***Тема 4. Бег, прыжки, повороты и наклоны***

*Практика:* отработка бега в разном темпе. Отработка прыжков вверх и в сторону. Разучивание поворотов и наклонов в стороны (руки по швам, руки на поясе).

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

#### ***Тема 5. Танцевальные шаги***

*Практика:* отработка простого шага, разучивание переменного шага, удара ногой.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

#### ***Тема 6. Фигуры в танце***

*Практика:* разучивание построения в квадрат, круг, линию, звездочку, воротца.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

### **Раздел 4. Танец**

#### ***Тема 1. Элементы народного танца***

*Теория:* знакомство с основными элементами народного танца. Показ русских народных движений. Знакомство с позициями ног и рук в народном танце.

*Форма контроля:* Беседа

#### ***Тема 2. Положение рук и корпуса в русском стиле***

*Практика:* упражнения на постановку корпуса: «Березка», «Якорь». Разучивание открытых, закрытых, прямых положений рук.

*Форма контроля:* Выполнение элемента

#### ***Тема 3. Пружинка на каблук***

*Практика:* разучивание элемента русского народного танца «пружинка на каблук».

*Форма контроля:* Выполнение элемента

#### ***Тема 4. Простые шаги, подскоки, присядка***

*Практика:* разучивание элементов русского народного танца «простые шаги», «подскоки», «присядка».

*Форма контроля:* Выполнение элемента

#### ***Тема 5. Хороводные построения***

*Практика:* разучивание основных рисунков хоровода: один и два круга, расхождение парами.

*Форма контроля:* Выполнение элемента

### ***Тема 6. Хороводные переходы***

*Практика:* разучивание переходов: «улица», «воротца», «цепь»

*Форма контроля:*

Выполнение элемента

### ***Тема 7. Комбинация с притопами***

*Практика:* разучивание притопов при движении вперед, назад, в стороны, при повороте и в комбинации с изученными движениями.

*Форма контроля:* Выполнение элемента

### ***Тема 8. Комбинация с галопом***

*Практика:* разучивание бокового галопа и галопа в комбинации с изученными движениями.

*Форма контроля:* Выполнение элемента

## **Раздел 5. Творческая деятельность**

### ***Тема 1. Игровой этюд «Репка»***

*Практика:* инсценирование музыкально-игрового этюда «Репка».

*Форма контроля:* Музыкально-ритмические игры

### ***Тема 2. Игровой этюд «Теремок»***

*Практика:* инсценирование музыкально-игрового этюда «Теремок».

*Форма контроля:* Музыкально-ритмические игры

### ***Тема 3. Игровой этюд «Часики»***

*Практика:* инсценирование музыкально-игрового этюда «Часики».

*Форма контроля:* Музыкально-ритмические игры

## **Раздел 6. Музыкальные игры**

### ***Тема 1. Подражательные игры***

*Практика:* разучивание игр: «Цапли и лягушки», «На кого я похож», «Дождик», «Веселые пингвины».

*Форма контроля:* Музыкально-ритмические игры

### ***Тема 2. Игры на согласование***

*Практика:* разучивание игр: «Парные пятнашки», «Зеркало», «Танец по кругу».

*Форма контроля:* Музыкально-ритмические игры

### ***Тема 3. Игры на развитие двигательной реакции***

*Практика:* разучивание игр: «А, ну-ка, повтори», «Ловишки», «Руки в боки»

*Форма контроля:* Музыкально-ритмические игры

## **Раздел 7. Репетиционно-постановочная работа**

### ***Тема 1. Постановка танца «Скоморох». Групповые комбинации***

*Практика:* разучивание групповых комбинаций: галоп по кругу,

Простые шаги, подскоки, притопы.

*Форма контроля:* Собеседование

### ***Тема 2. Постановка танца «Скоморох». Парные комбинации***

*Практика:* разучивание парных комбинаций: наклоны. Присядки.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

### ***Тема 3. Танец «Скоморох». Простые шаги, подскоков, присядки***

*Практика:* отработка основных элементов танца: «простые шаги», «подскоки», «присядка».

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

### ***Тема 4. Танец «Скоморох». Комбинации с притопами***

*Практика:* отработка комбинаций с притопами.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

### ***Тема 5. Танец «Скоморох». Комбинации с галопом***

*Практика:* отработка комбинаций с галопом. Соединение всех элементов танца.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

### ***Тема 6. Постановка танца «Новый год»***

*Практика:* изучение рисунка танца и основных хороводных движений рук и ног.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

### ***Тема 7. Танец «Новый год». Хороводные построения***

*Практика:* отработка хороводных построений в один и два круга, расхождение парами.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

### ***Тема 8. Танец «Новый год». Хороводные перестроения***

*Практика:* отработка хороводных перестроений «улица» и «цепь».

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

### ***Тема 9. Танец «Новый год». Комбинации в парах***

*Практика:* отработка комбинаций в парах: хлопки, повороты и поклоны.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

***Тема 10. Танец «Новый год». Соединение элементов***

*Практика:* отработка и соединение изученных элементов.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

**Итоговое занятие**

*Практика:* класс-концерт для родителей.

***Содержание учебного плана II года обучения***

**Вводное занятие**

*Теория:* постановка программных задач на год. Инструктаж по технике безопасности на занятиях. Повторение требований к внешнему виду, правилами поведения.

*Форма контроля:* Собеседование

**Раздел 2. Ритмика**

***Тема 1. Пластическая гимнастика***

*Практика:* выполнение упражнений на развитие пластики «Кошки», «Змейка», «Росток», «Крылья».

*Форма контроля:* Гимнастические этюды

***Тема 2. Настроение в музыке и танце. Характер исполнения***

*Практика:* определение настроения музыки. Передача настроения музыки движением.

*Форма контроля:* Гимнастические этюды

***Тема 3. Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок)***

*Практика:* разучивание упражнений с мячом, обручем, платком.

*Форма контроля:* Гимнастические этюды

***Тема 4. Движения с ритмическими акцентами***

*Практика:* отработка изученных упражнений с ритмическими акцентами (сильная и слабая доли).

*Форма контроля:* Гимнастические этюды

**Раздел 3. Танцевальная азбука**

***Тема 1. Выполнение упражнений на середине***

*Практика:* разучивание Demi plie 1 и 2 позиция, Battements tends 1 и 6 позиция.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

***Тема 2. Танцевальная комбинация. Постановка рук 1,2,3 позиция.***

*Практика:* отработка постановки рук 1,2,3 позиция, позиций в связке.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

### ***Тема 3. Упражнения на середине зала***

*Практика:* разучивание танцевальных ходов и вращений.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

### ***Тема 4. Слушаем музыку и танцуем комбинацию «Веселая разминка»***

*Практика:* слушание музыки, разучивание комбинации «Веселая разминка»

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

### ***Тема 5. Упражнения для стоп, шаги на полу пальцах, на пятках***

*Практика:* выполнение упражнений для стоп, отработка шага на полу пальцах и пятках.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

### ***Тема 6. Повторение комбинации «Веселая разминка»***

*Практика:* отработка элементов комбинации «Веселая разминка».

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

### ***Тема 7. Повороты***

*Практика:* изучение поворотов в стороны (руки по швам, руки на поясе), поворотов с раскрытием рук.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

## **Раздел 4. Танец**

### ***Тема 1. Элементы детского эстрадного танца***

*Теория:* знакомство с видами и основными элементами детского эстрадного танца. Показ основных движений. Знакомство с позициями ног и рук в эстрадном танце.

*Форма контроля:* Беседа

### ***Тема 2. Постановка корпуса. Легкие прыжки***

*Практика:* разучивание упражнений для постановки корпуса: «Жираф», «Неваляшки». Отработка прыжков вверх и в сторону.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

### ***Тема 3. Танцевальный шаг***

*Практика:* разучивание танцевальных шагов чеканного шага, переступания с продвижением, высокого шага

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

### ***Тема 4. Повороты и наклоны***

*Практика:* отработка поворотов в стороны (руки по швам, руки на поясе), поворотов с раскрытием рук.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

### ***Тема 5. Элементы равновесия***

*Практика:* разучивание упражнений для равновесия: «Весы», «Лианы», «Лодочка», «Качели».

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

### ***Тема 6. Перевод рук из позиции в позицию***

*Практика:* отработка перевода рук из позиции в позицию.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

### ***Тема 7. Построения и перестроения***

*Практика:* отработка перестроений из квадрата в диагональ, из круга в диагональ, из линии в квадрат.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

## **Раздел 5. Творческая деятельность**

### ***Тема 1. Музыкально-пластическая импровизация. Образы времен года***

*Практика:* выполнение образных упражнений: «Зима», «Весна», «Лето», «Осень».

*Форма контроля:* Творческие задания

### ***Тема 2. Музыкально-пластическая импровизация. Образы птиц и животных***

*Практика:* выполнение образных упражнений: «Цирковая лошадка», «Веселые мартышки», «Павлин».

*Форма контроля:* Творческие задания

### ***Тема 3. Музыкально-пластическая импровизация. Образы сказочных персонажей***

*Практика:* выполнение образных упражнений: «Капризная принцесса». «Нечистая сила», «Кума лиса», «Доктор Айболит».

*Форма контроля:* Творческие задания

### ***Тема 4. Музыкально-пластическая импровизация. Образы неживой природы***

*Практика:* выполнение образных упражнений: «Хрустальная ваза», «Чайник со свистком», «Мороженое», «Телефон».

*Форма контроля:* Творческие задания

## **Раздел 6. Музыкальные игры**

### ***Тема 1. Игры на координацию движений***

*Практика:* разучивание игр: «Сороконожка», «Ванька-встанька», «Веселый жук», «Радуга».

*Форма контроля:* Творческие задания

## ***Тема 2. Игры на взаимодействие***

*Практика:* разучивание игр: «Тяни-толкай», «Ладощки», «Приветствие».

*Форма контроля:* Творческие задания

## **Раздел 7. Репетиционно-постановочная работа**

### ***Тема 1. Постановка танца «Дождик»***

*Практика:* разучивание рисунка танца. Отработка групповых комбинаций: круг и звездочка.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

### ***Тема 2. Танец «Дождик». Танцевальные шаги***

*Практика:* отработка танцевальных шагов: шаг с притопом на месте, переменный шаг, высокий шаг.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

### ***Тема 3. Танец «Дождик». Повороты и наклоны***

*Практика:* отработка поворотов в сторону руки на поясе, наклонов с выкидом ноги на пятку.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

### ***Тема 4. Танец «Дождик». Перестроения***

*Практика:* отработка перестроений из квадрата в круг, из круга в диагональ.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

### ***Тема 5. Танец «Дождик». Соединение элементов танца***

*Практика:* отработка изученных движений. Соединение всех элементов танца.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

### ***Тема 6. Постановка танца «Кукарелла»***

*Практика:* изучение рисунка танца и основных движений рук и ног.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

### ***Тема 7. Танец «Кукарелла». Танцевальные шаги***

*Практика:* разучивание танцевальных шагов: пружинящий шаг, шаг «косичка», топающий шаг.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

### ***Тема 8. Танец «Кукарелла» Подскоки и прыжки***

*Практика:* отработка подскоков и прыжков в движении.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

### ***Тема 9. Танец «Кукарелла». Элементы равновесия***

*Практика:* изучение элементов: припадания на одну и две ноги, пружинки.  
*Форма контроля:* Танцевальный этюд

### ***Тема 10. Танец «Кукарелла». Соединение элементов***

*Практика:* отработка и соединение изученных элементов.  
*Форма контроля:* Танцевальный этюд

### **Итоговое занятие**

*Практика:* творческий отчет

## ***Содержание учебного плана III года обучения***

### **Вводное занятие**

*Теория:* постановка программных задач на год. Инструктаж по технике безопасности на занятиях. Повторение требований к внешнему виду, правилами поведения.

*Форма контроля:* Собеседование

### **Раздел 2. Ритмика**

#### ***Тема 1. Игротрапика (гимнастические упражнения на гибкость)***

*Практика:* выполнение гимнастических упражнений на развитие гибкости.

*Форма контроля:* Гимнастические этюды

#### ***Тема 2. Растяжка на полу***

*Практика:* выполнение упражнений: «Выпад бегуна», «Растяжка позвоночника», «Поза кобры», «счастливый ребенок».

*Форма контроля:* Гимнастические этюды

#### ***Тема 3. Координационно-двигательные упражнения***

*Практика:* выполнение упражнений: «Топ и хлопок», «Зафиксируй позу», «Стрекоза».

*Форма контроля:* Гимнастические этюды

### **Раздел 3. Танцевальная азбука**

#### ***Тема 1. Бег и прыжки в сочетании по принципу контраста***

*Практика:* отработка бега по кругу с прыжками вверх и в сторону.

*Форма контроля:* Гимнастические этюды

#### ***Тема 2. Танцевальный рисунок и ориентация в пространстве***

*Теория:* знакомство с понятием «танцевальный» рисунок, видами, танцевальных рисунков. Правилами построения рисунка в пространстве.

*Форма контроля:* Гимнастические этюды

#### ***Тема 3. Упражнения на ориентацию в пространстве***

*Практика:* выполнение упражнений: «Жмурки», «Мы сейчас пойдем на право», «Найди свое место».

*Форма контроля:* Гимнастические этюды

#### **Тема 4.** Элементы партерной гимнастики

*Практика:* выполнение упражнений: «Лягушка», «Улитка», «Веселый слоненок», «Берёзка», «Мостик».

*Форма контроля:* Гимнастические этюды

### **Раздел 4. Танец**

#### **Тема 1. Равномерный бег с захлестом голени**

*Практика:* отработка простого бега по кругу и диагонали и равномерного бега с захлестом.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

#### **Тема 2. Перескоки с ноги на ногу**

*Практика:* отработка перескоков с ноги на ногу на месте и в движении.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

#### **Тема 3. Шаги на полу пальцах и пятках**

*Практика:* отработка танцевальных шагов на полу пальцах и пятках.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

#### **Тема 4. Притопы: удары стопы в пол равномерно и по три**

*Практика:* отработка ударов стопы в пол равномерно и по три.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

#### **Тема 5. Поклоны**

*Практика:* разучивание поклонов в народном и эстрадном стилях.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

#### **Тема 6. Повороты на двух ногах. Вынос ноги на каблук**

*Практика:* отработка поворотов на двух ногах с выносом ноги на каблук.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

#### **Тема 7. Прыжки**

*Практика:* отработка одиночных и парных прыжков.

*Форма контроля:* Выполнение комплекса контрольных упражнений

### **Раздел 5. Творческая деятельность**

#### **Тема 1. Этюдная работа**

*Практика:* разучивание этюда «Солнечный зайчик»

*Форма контроля:* Музыкально- ритмические задания

#### **Тема 2. Свободная импровизация**

*Практика:* самостоятельная импровизация в характере предлагаемых музыкальных композиций.

*Форма контроля:* Музыкально- ритмические задания

**Тема 3. Актерское мастерство (маленькие актёры)**

*Практика:* инсценирование музыкальной сказки «Волшебный цветок»

*Форма контроля:* Музыкально- ритмические задания

**Раздел 6. Музыкальные игры**

**Тема 1. Игры со сменой музыкального темпа**

*Практика:* разучивание игр: «Если весело живется», «Карусель», «Юла», «Ковер-самолет».

*Форма контроля:* Музыкально- ритмические задания

**Тема 2. Игры на развитие музыкального слуха**

*Практика:* разучивание игр: «Веселые нотки», «Дождик», «Путешествие», «Эхо».

*Форма контроля:* Музыкально- ритмические задания

**Раздел 7. Репетиционно-постановочная работа**

**Тема 1. Постановка танца «Весенний хоровод»**

*Практика:* разучивание рисунка танца и движений с предметами.

*Форма контроля:* Музыкально- ритмические задания

**Тема 2. Танец «Весенний хоровод». Хороводные построения и перестроения**

*Практика:* отработка хороводных построений в круг и в два круга, перестроений по двое и по трое.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

**Тема 3. Танец «Весенний хоровод». Основные элементы**

*Практика:* отработка основных элементов: «воротца», «ручеек».

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

**Тема 4. Танец «Весенний хоровод». Скользящий и приставной шага**

*Практика:* отработка скользящего и приставного шага.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

**Тема 5. Танец «Весенний хоровод». Соединение элементов**

*Практика:* отработка и соединение изученных движений.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

**Тема 6. Постановка танца «Гномики»**

*Практика:* изучение рисунка танца и основных движений рук и ног.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

**Тема 7. Танец «Гномики». Танцевальные шаги**

*Практика:* отработка танцевальных шагов: шаг с притопом на месте и в движении, боковой шаг, шаг в полуприсяде.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

**Тема 8. Танец «Гномики». Парные композиции**

*Практика:* отработка парных подскоков и парных поворотов.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

**Тема 9. Танец «Гномики». Подскоки и перевороты**

*Практика:* отработка подскоков на одной ноге, переворотов на двух ногах.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

**Тема 10. Танец «Гномики». Соединение элементов**

*Практика:* отработка и соединение изученных элементов.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

**Тема 11. Постановка танца «Дружба»**

*Практика:* изучение рисунка танца и основных движений рук и ног.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

**Тема 12. Танец «Дружба». Перестроения**

*Практика:* отработка перестроений из линии в круг, из круга в диагональ.

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

**Тема 13. Танец «Дружба». Движения с предметами**

*Практика:* отработка движений с мячами и обручами.

*Форма контроля:*

Танцевальный этюд

**Тема 14. Танец «Дружба». Соединение элементов**

*Форма контроля:* Танцевальный этюд

*Практика:* отработка и соединение изученных элементов.

**Итоговое занятие**

*Практика:* концерт.

## 1.4 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

**По окончании I года обучения, обучающиеся будут**

**знать:**

- музыкальные темпы;
- основные позиции рук, ног, головы в классическом и народном танцах;
- танцевальные шаги народных танцев;
- простые элементы детских танцев

**уметь:**

- ориентироваться по точкам в зале;
- строиться и перестраиваться в шеренгу, круг, квадрат;
- выполнять простые элементы народного танца;

**По окончании II года обучения, обучающиеся будут**

**знать:**

- основные элементы партерной гимнастики;
- основные элементы детских эстрадных танцев;
- танцевальные шаги эстрадных танцев;

**уметь:**

- выполнять элементы партерной гимнастики;
- выполнять движения в различном характере музыки и движения с ритмическими акцентами;
- выполнять элементы детских танцев;
- исполнять детские танцевальные композиции.

**По окончании III года обучения, обучающиеся будут**

**знать:**

- виды танцевального рисунка;
- основы актерского мастерства (маленькие актёры)
- правила ориентации в пространстве (в зале, на сцене)

**уметь:**

- выполнять элементы эстрадных танцев;
- исполнять детские эстрадные композиции.

**По окончании реализации программы у детей будут сформированы умения:**

- передавать в пластике разнообразный характер музыки;
- передавать в пластике музыкальный образ;
- исполнять музыкальные композиции в народном и эстрадном стилях;
- сценической танцевальной импровизации;
- выступать публично;
- передавать основные средства музыкальной выразительности: темп, динамику, точки зала, и т.д.
- самостоятельно находить свое место в зале;
- исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях;
- самостоятельно начинать и заканчивать движения вместе с музыкой;
- сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ;
- перестраиваться в круг, становится в пары и друг за другом и т.д.

- -выражать различные эмоции в мимике и пантомимике;
- -сочувствовать и сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам;
- - формировать начальные представления о здоровом образе жизни.

**РАЗДЕЛ № 2 «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»**

**Календарный учебный график I года обучения**

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
1	Сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	Видео	1	Вводное Занятие Игра «Давайте познакомимся»	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Google	<a href="https://drive.google.com/open?id">https://drive.google.com/open?id</a>	Визуальный контроль
2	Сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Вводное Занятие Игра «Давайте познакомимся»	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Google	<a href="https://drive.google.com/open?id">https://drive.google.com/open?id</a>	Визуальный контроль
3	Сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Темп в музыке и танце (быстро, медленно, умеренно)	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Google	<a href="https://drive.google.com/open?id">https://drive.google.com/open?id</a>	Визуальный контроль
4	Сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Темп в музыке и танце (быстро, медленно, умеренно)	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Google	<a href="https://drive.google.com/open?id">https://drive.google.com/open?id</a>	Визуальный контроль
5	сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Хлопки, выстукивания, притоп	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Google	<a href="https://drive.google.com/open?id">https://drive.google.com/open?id</a>	Визуальный контроль
6	сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Хлопки, выстукивания, притоп	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Google	<a href="https://drive.google.com/open?id">https://drive.google.com/open?id</a>	Визуальный контроль
7	сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Простой ход-бег на носочках.	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?id">https://drive.google.com/open?id</a>	Визуальный контроль

<b>№</b>	<b>Месяц</b>	<b>Число</b>	<b>Время проведения занятия</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Место проведения/цифровая среда</b>	<b>Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них</b>	<b>Форма контроля</b>
8	сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Простой ход-бег на носочках.	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?id">https://drive.google.com/open?id</a>	Визуальный контроль
9	сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Наклоны головы в игровой форме	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?id">https://drive.google.com/open?id</a>	Визуальный контроль
10	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Основные понятия позиции рук, ног, головы	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://vk.com/video-57392692.vk">https://vk.com/video-57392692.vk</a>	Визуальный контроль
11	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Основные понятия позиции рук, ног, головы	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Google	<a href="https://vk.com/video-57392692.vk">https://vk.com/video-57392692.vk</a>	Визуальный контроль
12	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	«Самолётик»	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Google	<a href="https://vk.com/video-57392692.vk">https://vk.com/video-57392692.vk</a>	Визуальный контроль
13	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Постановка корпуса	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Google	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview?filmid=906192228331431068">https://yandex.ru/video/touch/preview?filmid=906192228331431068</a>	Визуальный контроль
14	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Постановка корпуса	Хореографический зал. Google	<a href="https://drive.google.com/open?id">https://drive.google.com/open?id</a>	Визуальный контроль
15	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Элементы русского танца.	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Google	<a href="https://vk.com/video-57392692.vk">https://vk.com/video-57392692.vk</a> Google	Визуальный контроль

<b>№</b>	<b>Месяц</b>	<b>Число</b>	<b>Время проведения занятия</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Место проведения/цифровая среда</b>	<b>Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них</b>	<b>Форма контроля</b>
16	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Элементы русского танца.	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Google	<a href="https://vk.com/video-57392692.vk">https://vk.com/video-57392692.vk</a> Google	Визуальный контроль
17	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Положение рук и корпуса в русском стиле.	Хореографический зал. Google	<a href="https://vk.com/video-57392692.vk">https://vk.com/video-57392692.vk</a> Google	Визуальный контроль
18	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Положение рук и корпуса в русском стиле.	Хореографический зал. Google	<a href="https://vk.com/video-57392692.vk">https://vk.com/video-57392692.vk</a> Google	Визуальный контроль
19	ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Хороводные построения	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview?filmid=906192228331431068">https://yandex.ru/video/touch/preview?filmid=906192228331431068</a>	Визуальный контроль
20	ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Хороводные построения	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview?filmid=906192228331431068">https://yandex.ru/video/touch/preview?filmid=906192228331431068</a>	Визуальный контроль
21	ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Положение рук и корпуса в русском стиле.	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
22	Ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Положение рук и корпуса в русском стиле.	Хореографический зал. Viber группа	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
23	Ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Хороводные построения	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
24	Ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Хороводные переходы	Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=906192228331431068">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=906192228331431068</a>	Визуальный контроль
25	Ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	Видео	1	Постановка танца «Новый год»	Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=906192228331431068">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=906192228331431068</a>	Визуальный контроль
26	ноябрь	По расписанию	По расписанию	видео	1	Танец «Новый год». Хороводные построения	Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=906192228331431068">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=906192228331431068</a>	Визуальный контроль
27	Декабрь	По расписанию	По расписанию педагога	Видео	1	Танец «Новый год». Повороты, хлопки, наклоны	Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
28	декабрь	По расписанию	По расписанию	видео	1	Танец «Новый год». Хороводные построения	Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
29	декабрь	По расписанию	По расписанию	видео	1	Танец «Новый год». Повороты, хлопки, наклоны	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896</a>	Визуальный контроль

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
30	Декабрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танец «Новый год». Комбинации в парах	Хореографический зал. Google	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview?filmid=90611431068">https://yandex.ru/video/touch/preview?filmid=90611431068</a>	Визуальный контроль
31	Декабрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Комбинации в парах.	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
32	Декабрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танец «Новый год». Соединение элементов	Хореографический зал. Google	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview?filmid=906192228331431068">https://yandex.ru/video/touch/preview?filmid=906192228331431068</a>	Визуальный контроль
33	Декабрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танец «Новый год» соединение элементов	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
34	Декабрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танец «Новый год» соединение элементов	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	<a href="https://vk.com/video4728927339580?skn=vnogoljfgpvdopsdvvm2kgjd;digjvlk-spiug4728927339580">Skfn//.vnogoljfgpvdopsdvvm2kgjd;digjvlk-spiug4728927339580</a>	Визуальный контроль
35	Декабрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	«Как танцуют зайки»	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	<a href="https://vk.com/video4728927339580?skn=vnogoljfgpvdopsdvvm2kgjd;digjvlk-spiug4728927339580">Skfn//.vnogoljfgpvdopsdvvm2kgjd;digjvlk-spiug4728927339580</a>	Визуальный контроль
36	Январь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Отработка позиций рук, ног	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview?filmid=906192228331431068">https://yandex.ru/video/touch/preview?filmid=906192228331431068</a>	Визуальный контроль

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
37	Январь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Отработка позиций рук, ног	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview?filmid=906192228331431068">https://yandex.ru/video/touch/preview?filmid=906192228331431068</a>	Визуальный контроль
38	Январь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Бег, прыжки, повороты и наклоны	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview?filmid=906192228331431068">https://yandex.ru/video/touch/preview?filmid=906192228331431068</a>	Визуальный контроль
39	Январь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Бег, прыжки, повороты и наклоны	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview?filmid=906192228331431068">https://yandex.ru/video/touch/preview</a> Viber группа Google	Визуальный контроль
40	Январь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Бег на носочках, ходьба на пятках	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview?filmid=906192228331431068">https://yandex.ru/video/touch/preview</a> Viber группа You Tube, WhatsApp	Визуальный контроль
41	Январь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Бег на носочках, ходьба на пятках	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview?filmid=906192228331431068">https://yandex.ru/video/touch/preview</a> Viber группа You Tube, WhatsApp	Визуальный контроль
42	январь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танцевальные шаги.	Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview?filmid=906192228331431068">https://yandex.ru/video/touch/preview</a> Viber группа You Tube, WhatsApp	Визуальный контроль
43	январь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танцевальные шаги.	Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview?filmid=906192228331431068">https://yandex.ru/video/touch/preview</a> Viber группа You Tube, WhatsApp	Визуальный контроль
44	январь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Простые шаги подскоки, присядка Фигуры в русском стиле	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Google	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview?filmid=906192228331431068">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmid=</a> Google	Визуальный контроль

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
45	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Простые шаги подскоки, присядка Фигуры в русском стиле	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Google	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=Google">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=Google</a>	Визуальный контроль
46	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	Видео	1	Пружинка на каблук	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
47	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Пружинка на каблук	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="Skfn//.vnogoljfgpvdopsdvvm2kgjd;digjvlk-spiug4728927339580Google">Skfn//.vnogoljfgpvdopsdvvm2kgjd;digjvlk-spiug4728927339580 Google</a>	Выполнение элемента
48	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	Видео	1	Простые шаги, подскоки присядка.	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="Skfn//.vnogoljfgpvdopsdvvm2kgjd;digjvlk-spiug4728927339580Google">Skfn//.vnogoljfgpvdopsdvvm2kgjd;digjvlk-spiug4728927339580 Google</a>	Визуальный контроль
49	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	Видео	1	Простые шаги, подскоки присядка.	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="Skfn//.vnogoljfgpvdopsdvvm2kgjd;digjvlk-spiug4728927339580Google">Skfn//.vnogoljfgpvdopsdvvm2kgjd;digjvlk-spiug4728927339580 Google</a>	Визуальный контроль
50	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Комбинация с притопами.	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Google	<a href="Skfn//.vnogoljfgpvdopsdvvm2kgjd;digjvlk-spiug4728927339580Googl">Skfn//.vnogoljfgpvdopsdvvm2kgjd;digjvlk-spiug4728927339580 Googl</a>	Визуальный контроль

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
51	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Комбинация с галопом.	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Google	<a href="https://skfn.vnogoljfgpv.dopsvvm2kgjd;digjvlk-spiug4728927339580">Skfn//.vnogoljfgpv dopsvvm2kgjd;digjvlk- spiug47289273395 80</a>	Визуальный контроль
52	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	Видео	1	Подражательные игры	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://skfn.vnogoljfgpv.dopsvvm2kgjd;digjvlk-spiug4728927339580">Skfn//.vnogoljfgpv dopsvvm2kgjd;digjvlk- spiug47289273395 80 Viber группа Google</a>	Визуальный контроль
53	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Подражательные игры	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://skfn.vnogoljfgpv.dopsvvm2kgjd;digjvlk-spiug4728927339580">Skfn//.vnogoljfgpv dopsvvm2kgjd;digjvlk- spiug47289273395 80</a>	Визуальный контроль
54	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Подражательные игры	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://skfn.vnogoljfgpv.dopsvvm2kgjd;digjvlk-spiug4728927339580">Skfn//.vnogoljfgpv dopsvvm2kgjd;digjvlk- spiug47289273395</a>	Визуальный контроль
55	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Игровой этюд «Теремок»	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube,	<a href="https://watch?uehkdfldjfnclduo756839557878357996">https://watch?uehkdfldjfnclduo756 839557878357996</a>	Визуальный контроль
56	март	По расписанию	По расписанию педагога	Видео игра	1	Игровой этюд «Теремок»	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://Ytube.bel6MigQtlxxl">Ytube.bel6MigQtlxxl</a> Google	Визуальный контроль

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
57	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Как танцуют зайки»	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	<a href="https://watch?uehkdfldjfncldkuo756839557878357996">https://watch?uehkdfldjfncldkuo756839557878357996</a>	Визуальный контроль
58	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Как танцуют зайки»	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	<a href="https://watch?uehkdfldjfncldkuo756839557878357996">https://watch?uehkdfldjfncldkuo756839557878357996</a>	Визуальный контроль
59	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Игровой этюд «Часики	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	<a href="https://watch?uehkdfldjfncldkuo756839557878357996">https://watch?uehkdfldjfncldkuo756839557878357996</a>	Визуальный контроль
60	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Игровой этюд «Часики»	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	<a href="https://watch?uehkdfldjfncldkuo756839557878357996">https://watch?uehkdfldjfncldkuo756839557878357996</a> You Tube	Визуальный контроль
61	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	«Посмотри и повторяй»	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://watch?uehkdfldjfncldkuo756839557878357996">https://watch?uehkdfldjfncldkuo756839557878357996</a>	Визуальный контроль
62	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Игры на развитие двигательной реакции	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://watch?uehkdfldjfncldkuo756839557878357996">https://watch?uehkdfldjfncldkuo756839557878357996</a>	Визуальный контроль
63	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Игры на развитие двигательной реакции	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа	<a href="https://watch?uehkdfldjfncldkuo756839557878357996">https://watch?uehkdfldjfncldkuo756839557878357996</a>	Визуальный контроль
64	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Игра «Самолёт»	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube,	<a href="https://watch?uehkdfldjfncldkuo756839557878357996">https://watch?uehkdfldjfncldkuo756839557878357996</a>	Визуальный контроль

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
65	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Простые шаги, подскоки, присядки	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	<a href="https://watch?uehkdfldjfnclduo756839557878357996">https://watch?uehkdfldjfnclduo756839557878357996</a>	Визуальный контроль
66	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Комбинации с притопами, галопом	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	<a href="Ytube.bel6MigQtlxxl">Ytube.bel6MigQtlxxl</a>	Визуальный контроль
67	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Комбинации с притопами, галопом	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube,	<a href="Ytube.bel6MigQtlxxl">Ytube.bel6MigQtlxxl</a>	Визуальный контроль
68	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Подскоки в движении	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	<a href="Ytube.bel6MigQtlxxl">Ytube.bel6MigQtlxxl</a>	Визуальный контроль
69	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Подскоки в движении	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	<a href="Ytube.bel6MigQtlxxl">Ytube.bel6MigQtlxxl</a>	Визуальный контроль
70	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	«Головой мы покачаем»	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	<a href="Ytube.bel6MigQtlxxl">Ytube.bel6MigQtlxxl</a>	Визуальный контроль
71	май	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Простые шаги, подскоки, присядки	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	<a href="Ytube.bel6MigQtlxxl">Ytube.bel6MigQtlxxl</a>	Визуальный контроль
72	май	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Простые шаги, подскоки, присядки	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	<a href="Ytube.bel6MigQtlxxl">Ytube.bel6MigQtlxxl</a>	Визуальный контроль

<b>№</b>	<b>Месяц</b>	<b>Число</b>	<b>Время проведения занятия</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Место проведения/цифровая среда</b>	<b>Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них</b>	<b>Форма контроля</b>
73	май	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Комбинации с притопами	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	Yube.bel6MigQtc lxxl	Визуальный контроль
74	май	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Комбинации с притопами	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	Ytube.bel6MigQtc lxxl	Визуальный контроль
75	май	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	комбинации с галопом	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	Ytube.bel6MigQtc lxxl	Визуальный контроль
76	май	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	комбинации с галопом	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube, WhatsApp	Ytube.bel6MigQtc lxxl	Визуальный контроль
77	май	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Итоговое занятие	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://watch?uehkdffldjfncldkuo756839557878357996">https://watch?uehkdffldjfncldkuo756839557878357996</a>	Визуальный контроль
78	май	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Итоговое занятие	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://watch?uehkdffldjfncldkuo756839557878357996">https://watch?uehkdffldjfncldkuo756839557878357996</a>	Визуальный контроль

## Календарный учебный график II года обучения

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
1	сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	Игровое занятие по передаче знаний	1	Вводное Занятие Игра «Давайте познакомимся»	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Google	<a href="https://drive.google.com/open?id">https://drive.google.com/open?id</a>	Визуальный контроль
2	сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Вводное Занятие Игра «Давайте познакомимся»	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Google	<a href="https://drive.google.com/open?id">https://drive.google.com/open?id</a>	Визуальный контроль
3	сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Пластическая гимнастика	Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
4	сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Пластическая гимнастика	Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
5	сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.	Хореографический зал. Viber группа	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
6	сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.	Хореографический зал. Viber группа Youtube Google. WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896</a>	Визуальный контроль

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
7	сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Ритмические упражнения с предметом( обруч, мяч, платок)	Хореографический зал.Viber группа Youtube Google.WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
8	сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Ритмические упражнения с предметом( обруч, мяч, платок)	Хореографический зал.Viber группа Youtube Google.WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
9	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Движения с ритмическими акцентами	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
10	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Движения с ритмическими акцентами	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
11	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Музыкально-пластическая импровизация	Хореографический зал.Viber группа Youtube Google.WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
12	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Музыкально-пластическая импровизация	Хореографический зал.Viber группа Youtube Google.WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
13	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Игры на координацию движений	Хореографический зал. Viber группа WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
14	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Игры на координацию движений	Хореографический зал. Viber группа WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
15	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танцевальная комбинация	Хореографический зал.Viber группа Google.WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=Google">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=Google</a> .	Визуальный контроль
16	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танцевальная комбинация	Хореографический зал.Viber группа Youtube Google.WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
17	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Слушаем музыку и танцуем «Весёлая разминка»	ЦТиС «ЛораПлюс» Хореографический зал. Viber группа WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
18	ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Упражнения для стоп, шаги, на полу пальцах, на пятках	Хореографический зал. Viber группа You TubeWhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
19	ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Упражнения для стоп, шаги, на полу пальцах, на пятках	Хореографический зал. Viber группа You TubeWhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
20	ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Повторение комбинации «Весёлая разминка»	Хореографический зал.Viber группа Youtube Google.WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
21	ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Повторение комбинации «Весёлая разминка»	Хореографический зал.Viber группа Youtube Google.WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
22	ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Упражнения для стоп, шаги, на полу пальцах, на пятках	Хореографический зал. Viber группа You TubeWhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
23	ноябрь	По	По расписанию	видео	1	Упражнения для	Хореографический	<a href="https://yandex.ru/vi">https://yandex.ru/vi</a>	Визуальный

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
		расписана	педагога			стоп, шаги, на полу пальцах, на пятках	зал. Viber группа You TubeWhatsApp	<a href="https://deftouch.com/preview/?filmId=5784398558979896">deo/touch/preview/?filmId=5784398558979896</a>	контроль
24	ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Повторение комбинации «Весёлая разминка»	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Youtube Google.WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
25	ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Повторение комбинации «Весёлая разминка»	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Youtube Google.WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
26	ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Повороты	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Youtube Google.WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
27	ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Повороты	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Youtube Google.WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
28	декабрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Музыкально-пластическая импровизация. Образы птиц и животных	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?">https://drive.google.com/open?</a>	Визуальный контроль
29	декабрь	По расписанию	По расписанию педагога	Видео видео	1	Музыкально-пластическая импровизация. Образы птиц и животных	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?">https://drive.google.com/open?</a>	Визуальный контроль
30	декабрь	По	По расписанию	видео	1	Игры на взаимодей-	ЦтиС «Лора Плюс»	<a href="https://drive.google.com/open?">https://drive.google.com/open?</a>	Визуальный

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
		расписание	педагога			ствие	Хореографический зал.Viber группа Google	<a href="#">com/open?</a>	контроль
31	декабрь	По расписание	По расписанию педагога	видео	1	Игры на взаимодействии	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?">https://drive.google.com/open?</a>	Визуальный контроль
32	декабрь	По расписание	По расписанию педагога	видео	1	Элементы детского эстрадного танца	Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
33	декабрь	По расписание	По расписанию педагога	видео	1	Элементы детского эстрадного танца	Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
34	декабрь	По расписание	По расписанию педагога	видео	1	Постановка корпуса. Лёгкие прыжки.	ЦтиС «ЛораПлюс» Хореографический зал. Viber группа yandex.ru/	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
35	январь	По расписание	По расписанию педагога	видео	1	Постановка корпуса. Лёгкие прыжки.	ЦтиС «ЛораПлюс» Хореографический зал. Viber группа yandex.ru/	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
36	январь	По расписание	По расписанию педагога	видео	1	Танцевальный шаг	ЦтиС «ЛораПлюс» Хореографический зал. Viber группа yandex.ru/	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmId=5784398558979896</a>	Визуальный контроль

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
37	январь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танцевальный шаг	ЦТиС «ЛораПлюс» Хореографический зал. Viber группа yandex.ru/	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
38	январь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Музыкально-пластическая импровизация. Образы сказочных персонажей.	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Yotube Google.WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
39	январь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Музыкально-пластическая импровизация. Образы сказочных персонажей.	Хореографический зал.Viber группа Yotube Google.WhatsApp	<a href="https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896">https://yandex.ru/video/touch/preview/?filmlid=5784398558979896</a>	Визуальный контроль
40	январь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Элементы равновесия	Хореографический зал.Viber группа Yotube Google.WhatsApp	<a href="https://drive.google.com/open?">https://drive.google.com/open?</a>	Визуальный контроль
41	январь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Элементы равновесия	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?">https://drive.google.com/open?</a>	Визуальный контроль
42	январь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Перевод рук из позиции в позицию	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?">https://drive.google.com/open?</a>	Визуальный контроль
43	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Повороты и наклоны	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?">https://drive.google.com/open?</a>	Визуальный контроль

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
44	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Повороты и наклоны	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?">https://drive.google.com/open?</a>	Визуальный контроль
45	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Перевод рук из позиции в позицию	Хореографический зал.Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?">https://drive.google.com/open?</a>	Визуальный контроль
46	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Перевод рук из позиции в позицию	Хореографический зал.Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?">https://drive.google.com/open?</a>	Визуальный контроль
47	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Ручки вытяни вперёд	Хореографический зал.Viber группа Yotube Google.WhatsApp	<a href="https://drive.google.com/open?">https://drive.google.com/open?</a>	Визуальный контроль
48	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Ручки вытяни вперёд	Хореографический зал.Viber группа Yotube Google.WhatsApp	<a href="https://drive.google.com/open?">https://drive.google.com/open?</a>	Визуальный контроль
49	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Мы пойдём налево	Хореографический зал.Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?">https://drive.google.com/open?</a>	Визуальный контроль
50	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Мы пойдём налево	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?">https://drive.google.com/open?</a>	Визуальный контроль

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
51	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Перевод рук из позиции в позицию	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?">https://drive.google.com/open?</a>	Визуальный контроль
52	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Перевод рук из позиции в позицию	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?">https://drive.google.com/open?</a>	Визуальный контроль
53	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Построения и перестроения	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?">https://drive.google.com/open?</a>	Визуальный контроль
54	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Построения и перестроения	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?">https://drive.google.com/open?</a>	Визуальный контроль
55	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танцевальные шаги.	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?">https://drive.google.com/open?</a>	Визуальный контроль
56	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танцевальные шаги.	Хореографический зал.Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?">https://drive.google.com/open?</a>	Визуальный контроль
57	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танец «Дождик». Повороты и наклоны	Хореографический зал.Viber группа Youtube	<a href="https://youtu.be/6MIgQtCVXXI">https://youtu.be/6MIgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
58	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танец «Дождик». Повороты и наклоны	Хореографический зал.Viber группа YouTube	<a href="https://youtu.be/6MIgQtCVXXI">https://youtu.be/6MIgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль
59	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Приставной шаг	Хореографический зал. YouTube	<a href="https://youtu.be/6MIgQtCVXXI">https://youtu.be/6MIgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль
60	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танец «Дождик». Перестроения	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Youtube	<a href="https://youtu.be/6MIgQtCVXXI">https://youtu.be/6MIgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль
61	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танец «Дождик». Перестроения	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Youtube	<a href="https://youtu.be/6MIgQtCVXXI">https://youtu.be/6MIgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль
62	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танец «Дождик». Соединение элементов	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Youtube	<a href="https://youtu.be/6MIgQtCVXXI">https://youtu.be/6MIgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль
63	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танец «Дождик». Соединение элементов	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа	<a href="https://youtu.be/6MIgQtCVXXI">https://youtu.be/6MIgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль
64	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Музыкально – пластическая импровизация. Образы неживой природы.	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Youtube	<a href="https://youtu.be/6MIgQtCVXXI">https://youtu.be/6MIgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль
65	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Музыкально – пластическая импровизация. Образы неживой природы.	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Youtube	<a href="https://youtu.be/6MIgQtCVXXI">https://youtu.be/6MIgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
66	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танец «Кукарелла». Танцевальные шаги.	Хореографический зал.Viber группа Youtube	<a href="https://youtu.be/6MIgQtCVXXI">https://youtu.be/6MIgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль
67	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танец «Кукарелла». Танцевальные шаги.	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Youtube	<a href="https://youtu.be/6MIgQtCVXXI">https://youtu.be/6MIgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль
68	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танец «Кукарелла». Прыжки с поворотом	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Youtube	<a href="https://youtu.be/6MIgQtCVXXI">https://youtu.be/6MIgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль
69	май	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танец «Кукарелла». Прыжки с поворотом	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber	<a href="https://youtu.be/6MIgQtCVXXI">https://youtu.be/6MIgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль
70	май	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Подскоки и прыжки.	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Youtube	<a href="https://youtu.be/6MIgQtCVXXI">https://youtu.be/6MIgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль
71	май	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Подскоки и прыжки.	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Youtube	<a href="https://youtu.be/6MIgQtCVXXI">https://youtu.be/6MIgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль
72	май	По рас	По расписанию педагога	видео	1	Элементы равновесия	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Youtube	<a href="https://youtu.be/6MIgQtCVXXI">https://youtu.be/6MIgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль
73	май	По рас	По расписанию педагога	видео	1	Элементы равновесия	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Youtube	<a href="https://youtu.be/6MIgQtCVXXI">https://youtu.be/6MIgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
74	май	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Музыкально-пластическая импровизация. Образы сказочных персонажей	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал.Viber группа Youtube Google.	<a href="https://whatsapp?irjglcvnvj jffiiig/riepg?google">https://whatsapp?irjglcvnvj jffiiig/riepg?google</a>	Визуальный контроль
75	май	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Музыкально-пластическая импровизация. Образы сказочных персонажей	Хореографический зал.Viber группа Youtube Google.WhatsApp	<a href="https://youtu.be/6MIgQtCVXXI">https://youtu.be/6MIgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль
76	май	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Соединение элементов	Хореографический зал.Viber группа Youtube Google.WhatsApp	<a href="https://whatsapp?irjglcvnvj jffiiig/riepg?google">https://whatsapp?irjglcvnvj jffiiig/riepg?google</a>	Визуальный контроль
77	май	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Соединение элементов	Хореографический зал.Viber группа Youtube Google.WhatsApp	<a href="https://youtu.be/6MIgQtCVXXI">https://youtu.be/6MIgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль

### Календарный учебный график III года обучения

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
1	сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Вводное Занятие Игра «Давайте познакомимся»	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Google	<a href="https://drive.google.com/open?id">https://drive.google.com/open?id</a>	Визуальный контроль
2	сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	«Давайте познакомимся»	Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?id=1LOWwwc">https://drive.google.com/open?id=1LOWwwc</a>	Визуальный контроль
3	сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Игровая пластика (гимнастические упражнения на гибкость)	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?id=1LOWwwc">https://drive.google.com/open?id=1LOWwwc</a>	Визуальный контроль
4	сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Игровая пластика (гимнастические упражнения на гибкость)	Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://youtu.be/6MlgQtCVXXI">https://youtu.be/6MlgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль
5	сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Растяжка на полу.	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtu.be/6MlgQtCVXXI">https://youtu.be/6MlgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль
6	сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Растяжка на полу.	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtu.be/6MlgQtCVXXI">https://youtu.be/6MlgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль
7	сентябрь	По пнию	По расписанию педагога	видео	1	Бег и прыжки в сочетании по принципу контста	Хореографический зал. Viber You Tube	<a href="https://youtu.be/6MlgQtCVXXI">https://youtu.be/6MlgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль

<b>№</b>	<b>Месяц</b>	<b>Число</b>	<b>Время проведения занятия</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Место проведения/цифровая среда</b>	<b>Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них</b>	<b>Форма контроля</b>
8	сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Бег и прыжки в сочетании по принципу контраста	Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?id=1LOWwwc">https://drive.google.com/open?id=1LOWwwc</a>	Визуальный контроль
9	сентябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Игровая пластика (гимнастические упражнения на гибкость)	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtu.be/6MlgQtCVXXI">https://youtu.be/6MlgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль
10	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	(гимнастические упражнения на гибкость)	Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?id=1LOWwwc">https://drive.google.com/open?id=1LOWwwc</a>	Визуальный контроль
11	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танцевальные шаги	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtu.be/6MlgQtCVXXI">https://youtu.be/6MlgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль
12	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Танцевальные шаги	Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?id=1LOWwwc">https://drive.google.com/open?id=1LOWwwc</a>	Визуальный контроль
13	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Упражнения на ориентацию в пространстве	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtu.be/6MlgQtCVXXI">https://youtu.be/6MlgQtCVXXI</a>	Визуальный контроль
14	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Упражнения на ориентацию в пространстве	Хореографический зал. Viber группа Google	<a href="https://drive.google.com/open?id=1LOWwwc">https://drive.google.com/open?id=1LOWwwc</a>	Визуальный контроль

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
15	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Перескоки с ноги на ногу	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtu.be/6MlgQtCVXX">https://youtu.be/6MlgQtCVXX</a>	Визуальный контроль
16	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Перескоки с ноги на ногу	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtu.be/6MlgQtCVXX">https://youtu.be/6MlgQtCVXX</a>	Визуальный контроль
17	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Шаги на полу пальцах и на пятках	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtu.be/6MlgQtCVXX">https://youtu.be/6MlgQtCVXX</a>	Визуальный контроль
18	октябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Шаги на полу пальцах и на пятках	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtu.be/6MlgQtCVXX">https://youtu.be/6MlgQtCVXX</a>	Визуальный контроль
19	ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Притопы: удары стопы в пол равномерно и по три	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtube.be/Pie4u2YOY1U">https://youtube.be/Pie4u2YOY1U</a>	Визуальный контроль
20	ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Притопы: удары стопы в пол равномерно и по три	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtube.be/Pie4u2YOY1U">https://youtube.be/Pie4u2YOY1U</a>	Визуальный контроль

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
21	ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Позиции ног и корпуса	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtu.be/6MlgQtCVXX">https://youtu.be/6MlgQtCVXX</a>	Визуальный контроль
22	ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	«Зайки танцевали»	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtube.be/Pie4u2YOY1U">https://youtube.be/Pie4u2YOY1U</a>	Визуальный контроль
23	ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	«Зайки танцевали»	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtu.be/6MlgQtCVXX">https://youtu.be/6MlgQtCVXX</a>	Визуальный контроль
24	ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Позиции ног и корпуса	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtube.be/Pie4u2YOY1U">https://youtube.be/Pie4u2YOY1U</a>	Визуальный контроль
25	ноябрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Позиции ног и корпуса	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtu.be/6MlgQtCVXX">https://youtu.be/6MlgQtCVXX</a>	Визуальный контроль
26	декабрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Подскоки и перевороты	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtube.be/Pie4u2YOY1U">https://youtube.be/Pie4u2YOY1U</a>	Визуальный контроль

<b>№</b>	<b>Месяц</b>	<b>Число</b>	<b>Время проведения занятия</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Место проведения/цифровая среда</b>	<b>Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них</b>	<b>Форма контроля</b>
27	декабрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Подскоки и перевороты	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://yotube.be/Pie4u2YOY1U">https://yotube.be/Pie4u2YOY1U</a>	Визуальный контроль
28	декабрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Кувырки и хлопки	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://yotube.be/Pie4u2YOY1U">https://yotube.be/Pie4u2YOY1U</a>	Визуальный контроль
29	декабрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	хлопки и перевороты	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://yotube.be/Pie4u2YOY1U">https://yotube.be/Pie4u2YOY1U</a>	Визуальный контроль
30	декабрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	«Как подтянемся рукой»	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://yotube.be/Pie4u2YOY1U">https://yotube.be/Pie4u2YOY1U</a>	Визуальный контроль
31	декабрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	«Как подтянемся рукой»	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://yotube.be/Pie4u2YOY1U">https://yotube.be/Pie4u2YOY1U</a>	Визуальный контроль
32	декабрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Игры со сменой музыкального темпа	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://yotube.be/Pie4u2YOY1U">https://yotube.be/Pie4u2YOY1U</a>	Визуальный контроль
33	декабрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Игры со сменой музыкального темпа	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://yotube.be/Pie4u2YOY1U">https://yotube.be/Pie4u2YOY1U</a>	Визуальный контроль

<b>№</b>	<b>Месяц</b>	<b>Число</b>	<b>Время проведения занятия</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Место проведения/цифровая среда</b>	<b>Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них</b>	<b>Форма контроля</b>
34	декабрь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	«Самолётик»	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtube.be/Pie4u2YOY1U">https://youtube.be/Pie4u2YOY1U</a>	Визуальный контроль
35	январь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	«Самолётик»	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtube.be/Pie4u2YOY1U">https://youtube.be/Pie4u2YOY1U</a>	Визуальный контроль
36	январь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Свободная импровизация	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtube.be/Pie4u2YOY1U">https://youtube.be/Pie4u2YOY1U</a>	Визуальный контроль
37	январь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Свободная импровизация	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtube.be/Pie4u2YOY1U">https://youtube.be/Pie4u2YOY1U</a>	Визуальный контроль
38	январь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Координационно-двигательные упражнения	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtube.be/Pie4u2YOY1U">https://youtube.be/Pie4u2YOY1U</a>	Визуальный контроль
39	январь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Координационно-двигательные упражнения	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://drive.google.com/open?id=1LOWwwc">https://drive.google.com/open?id=1LOWwwc</a>	Визуальный контроль
40	январь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Элементы партерной гимнастики	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://youtube.be/Pie4u2YOY1U">https://youtube.be/Pie4u2YOY1U</a>	Визуальный контроль

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
41	январь	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Элементы партерной гимнастики	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://drive.google.com/open?id=1LOWwwc">https://drive.google.com/open?id=1LOWwwc</a>	Визуальный контроль
42	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Равномерный бег с заклёстом голени	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch.vk.com/video-57392692456239553">https://watch.vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
43	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Равномерный бег с заклёстом голени	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch.vk.com/video-57392692456239553">https://watch.vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
44	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Повороты на двух ногах. Вынос ноги на каблук	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch.vk.com/video-57392692456239553">https://watch.vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
45	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Повороты на двух ногах. Вынос ноги на каблук	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch.vk.com/video-57392692456239553">https://watch.vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
46	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Прыжки	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch.vk.com/video-57392692456239553">https://watch.vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль Визуальный контроль
47	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Прыжки	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch.vk.com/video-57392692456239553">https://watch.vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
48	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Партер- мостик	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch.vk.com/video-57392692456239553">https://watch.vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
49	февраль	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Партер-мостик	ЦтиС «Лора Плюс» Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
50	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Постановка танца «Весенний хоровод»	Хореографический зал. Viber группа	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
51	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Постановка танца «Весенний хоровод»	Хореографический зал. Viber группа	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
52	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Хороводные построения и перестроения	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
53	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Хороводные построения и перестроения	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
54	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Основные элементы-ход на носках, припадание	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
55	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Основные элементы-ход на носках, припадание	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль

<b>№</b>	<b>Месяц</b>	<b>Число</b>	<b>Время проведения занятия</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Место проведения/цифровая среда</b>	<b>Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них</b>	<b>Форма контроля</b>
56	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Скользкий и приставной шаг	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
57	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Скользкий и приставной шаг	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
58	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Соединение элементов	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
59	март	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Соединение элементов	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
60	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Подвижные игры с танцевальными элементами	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
61	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Актёрское мастерство	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
62	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Актёрское мастерство	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
63	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Игры на развитие музыкального слуха	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения/цифровая среда	Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них	Форма контроля
64	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Игры на развитие музыкального слуха	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-573926924562395">https://watch?vk.com/video-573926924562395</a>	Визуальный контроль
65	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Партерная гимнастика	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
66	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Партерная гимнастика	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
67	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Партерная гимнастика	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
68	апрель	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Партерная гимнастика	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
69	май	По расписанию	По расписанию педагога	Видео видео	1	Постановка танца «Дружба»	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
70	май	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Постановка танца «Дружба»	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
71	май	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Движения с предметами	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль

<b>№</b>	<b>Месяц</b>	<b>Число</b>	<b>Время проведения занятия</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Место проведения/цифровая среда</b>	<b>Название цифровых образовательных ресурсов, ссылки на них</b>	<b>Форма контроля</b>
72	май	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Движения с предметами	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
73	май	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Перестроения и соединение элементов	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
74	май	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Перестроения и соединение элементов	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль
75	май	По расписанию	По расписанию педагога	видео	1	Итоговое занятие	Хореографический зал. Viber группа You Tube	<a href="https://watch?vk.com/video-57392692456239553">https://watch?vk.com/video-57392692456239553</a>	Визуальный контроль

## **2.2 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### ***Материально-техническое обеспечение***

Для занятий по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Танцевальный серпантин» необходимы:

- светлый просторный зал, оснащенный зеркалами, хореографическим станком и музыкальной аппаратурой;
- проектор, экран, ноутбук;
- две раздевалки: для мальчиков и девочек;
- шкафы для хранения гимнастических предметов, ковриков, необходимого реквизита для занятий, методической литературы, и др.
- гимнастические предметы: скакалки, обручи, мячи среднего размера;
- аудиокассеты, компакт диски с записями фонограмм для занятий и танцевальных номеров.

### ***Информационное обеспечение***

Для информационного обеспечения программы необходимо видео с комплексами упражнений на снятие мышечных зажимов, отработку растяжки и пластики. А также видео с выступлениями детских хореографических коллективов.

*Интернет-ресурсы:*

- Танцевальный ресурс «Танцы и о танцах» <http://dancedancer.ru/index/0-4>
- Танцы для дошкольников <http://dancewow.ru/films/detskij-tanets/tantsi-dlja-doshkolnikov-smotret-besplatno.html>
- Современный сюжетно-образный танец для дошкольников <http://solarrusoftwezm.fo.ru/wiki/381498>
- «Дошколята» <http://doshkolata.ru>

### ***Кадровое обеспечение***

Для реализации программы необходим педагог дополнительного образования по хореографии, имеющий подготовку по организации образовательного процесса для дошкольного возраста (раннее развитие). Желательным является участие в образовательном процессе педагога - психолога, функция которого заключается в проведении диагностики с целью отслеживания решения развивающих и воспитательных задач и последующей коррекции педагогической деятельности.

## **2.3 ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ**

### ***Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов***

При переходе с этапа на этап с целью визуализации и осмысления детей результатов собственного творческого роста используются различные формы аттестации.

1. *Танцевальные конкурсы* разного уровня – проводятся для выявления индивидуальных способностей, проявления выразительности исполнения танца. Конкурсы укрепляют чувства коллективизма и ответственности, повышают интерес и эмоциональный настрой к дальнейшему обучению, воспитывают сдержанность и благородство манер.

2. *Концертная деятельность* помогает доводить работу до желаемого результата, фиксировать результат, демонстрировать собственные достижения и достойно воспринимать достижения других. Участие в концертах, фестивалях, конкурсах служит своеобразной формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы.
3. *Открытые занятия* - знания, умения и навыки отслеживаются на открытых занятиях в присутствии родителей (в конце каждого полугодия), на зачетных и показательных выступлениях, концертах, конкурсах. Открытые занятия, с присутствием обучающихся других групп служат для контроля усвоения приобретенных знаний и умений, а также дают возможность определить исполнительские способности обучающихся. На открытом занятии проявляются исполнительские способности и навыки у ребенка. На открытом занятии обучающийся показывает без подсказки педагога, чему научился; проводится один раз в полгода.
4. *Дипломы конкурсов* различных уровней (демонстрация знаний в конкурсах различного уровня).
5. *Диагностическая карта* помогает проследить уровень освоения программы (Приложение № 11)
6. *Бланк фиксации* (Приложение № 12)

## **2.4 Оценочные материалы**

Для определения достижения учащимися планируемых результатов используется пакет диагностических методик:

- методика выявления уровня развития чувства ритма (на основе методик А.Н. Зиминой, А.И. Бурениной) (Приложение 3);
- методика выявления уровня музыкально-двигательного развития ребенка (Приложение 4);
- наблюдение за самостоятельностью и творческой активностью обучающихся (Приложение 5);
- предметная проба «Навыки музыкально-ритмической координации и мышечное чувство» (Приложение 6);
- тесты базового образовательного минимума на знание основных поз рук и ног в хореографии (Приложение 7).

## **2.5 Методические материалы**

### **Особенности организации образовательного процесса**

В основе образовательного процесса по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Хореография» лежат следующие методические принципы:

- единство физического и художественно-эстетического развития обучающихся;
- постепенность и последовательность в овладении координацией движений;
- принцип положительного эмоционального фона обучения.

При проведении занятий рекомендуется:

1. При музыкальном оформлении педагогу не следует считать вслух, так как это притупляет музыкальное восприятие ребенка. Объяснив и показав, в каком размере и темпе делается данный танцевальный элемент необходимо выполнить его совместно с ребенком, затем дать ему возможность исполнить танцевальный элемент самостоятельно и под музыку. Считать вслух допустимо только в начале разучивания нового танцевального элемента.
2. Каждый новый танцевальный элемент надо начинать и заканчивать преподавателем, делать постоянно акцент на исходную позицию.
3. Строго дозировать танцевальные элементы. Чередовать сложные элементы с легкими, движения, требующие большего мышечного напряжения – с движениями на расслабление.
4. После выполнения движений в быстром темпе необходимо выполнить движения на восстановление дыхания.
5. На каждое танцевальное движение использовать новое музыкальное произведение.
6. Не показывать детям как неправильно они исполняют то, или иное танцевальное движение и не сравнивать их исполнение с чем-либо.
7. Движения должны соответствовать музыке, а также быть доступными возможностям детей, понятными по содержанию, разнообразными, включающими различные исходные положения: стоя, лежа, сидя.

Образовательная деятельность по программе осуществляется на русском языке, специальную \_\_\_\_\_ терминологию обучающиеся осваивают на \_\_\_\_\_ русском \_\_\_\_\_ языке (в соответствии с п.12 Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденном Приказом Минобрнауки РФ от 9 ноября 2018 г. № 196)

.....

Программа предполагает *интеграцию очного и электронного обучения с использованием дистанционных образовательных технологий (дистанционное обучение)*, при котором обучение и контроль усвоения материала происходит с помощью компьютерной сети Интернет, используя технологии on-line и off-line. Это позволяет обучающимся:

- не ограничиваться в выборе образовательного учреждения;
- не имеющим возможность проходить программу очно (не мобильным, часто длительно болеющим детям) в полной мере осваивать курс;
- самим корректировать и составлять график обучения, расписание занятий, а также список изучаемых предметов;
- самостоятельно ликвидировать пробелы в знаниях;
- учиться в своем собственном темпе, исходя из своих потребностей в образовании и личностных особенностей;
- обучаться в максимально комфортной и привычной обстановке, что

способствует продуктивному обучению;

- изучать тему, раздел углубленно в режиме онлайн с помощью видео занятий, чатов.

Программа предполагает интеграцию очного и электронного обучения (дистанционное обучение) для обучения по отдельным разделам программы. Образовательный процесс с использованием дистанционных образовательных технологий осуществляется как в режиме реального времени удаленно, через сеть Интернет, так и off-line.

Это позволяет:

- обеспечить максимальную интерактивность курса программы (максимально возможная «обратная связь» между обучающимся и педагогом);

- использовать различные средства и приемы для мотивации обучения;

- проходить программу детям, не имеющим возможность в полной мере осваивать курс (не мобильным, часто длительно болеющим детям);

- корректировать и составлять график обучения и расписание занятий самими обучающимися;

- ликвидировать пробелы в знаниях самостоятельно;

- учиться в своем собственном темпе, исходя из своих потребностей в образовании и личностных особенностей;

- обучаться в максимально комфортной и привычной обстановке, что способствует продуктивному обучению;

- изучать тему, раздел углубленно в режиме онлайн с помощью видео занятий, чатов.

В процессе такого обучения у детей формируются самостоятельность, ответственность, умение организовывать, планировать свое учебное время.

Образовательный процесс организуется в соответствии с утвержденным расписанием. Так как контингент программы - младшие школьники, педагог организывает тестовое подключение к образовательному ресурсу в присутствии родителей для обучения ребенка работе. На первых 1-2 занятиях обучающемуся оказывается техническая помощь. В дальнейшем задания выполняются самостоятельно для получения педагогом объективной информации о результатах обучения и эффективности используемых технологий. Это позволяет педагогу скорректировать маршрут изучения темы.

Основная теоретическая и практическая деятельность обучающихся подразумевает самостоятельное выполнение творческих заданий и проектов в удобное для ребенка время, в персональном темпе (возможно совместно с родителями), используя электронные ресурсы как локального, так и удаленного доступа.

Ссылки на дидактический материал, технологические карты, разработанные педагогом презентации с текстовым комментарием, инструкции по выполнению практических заданий, тестовые и контрольные задания, ЦОРы (фрагменты и материалы доступных образовательных интернет-ресурсов) размещены на сайте учреждения (вкладка «дистанционное обучение»), в календарном графике программы.

Программа предполагает интеграцию очного и электронного обучения (дистанционное обучение) для обучения по отдельным разделам программы. Образовательный процесс с использованием дистанционных образовательных технологий осуществляется как в режиме реального времени удаленно, через сеть Интернет, так и off-line.

Это позволяет:

- обеспечить максимальную интерактивность курса программы (максимально возможная «обратная связь» между обучающимся и педагогом);
- использовать различные средства и приемы для мотивации обучения;
- проходить программу детям, не имеющим возможность в полной мере осваивать курс (не мобильным, часто длительно болеющим детям);
- корректировать и составлять график обучения и расписание занятий самими обучающимися;
- ликвидировать пробелы в знаниях самостоятельно;
- учиться в своем собственном темпе, исходя из своих потребностей в образовании и личностных особенностей;
- обучаться в максимально комфортной и привычной обстановке, что способствует продуктивному обучению;
- изучать тему, раздел углубленно в режиме онлайн с помощью видео занятий, чатов.

В процессе такого обучения у детей формируются самостоятельность, ответственность, умение организовывать, планировать свое учебное время.

Образовательный процесс организуется в соответствии с утвержденным расписанием. Так как контингент программы - младшие школьники, педагог организывает тестовое подключение к образовательному ресурсу в присутствии родителей для обучения ребенка работе. На первых 1-2 занятиях обучающемуся оказывается техническая помощь. В дальнейшем задания выполняются самостоятельно для получения педагогом объективной информации о результатах обучения и эффективности используемых технологий. Это позволяет педагогу скорректировать маршрут изучения темы.

Основная теоретическая и практическая деятельность обучающихся подразумевает самостоятельное выполнение творческих заданий и проектов в удобное для ребенка время, в персональном темпе (возможно совместно с родителями), используя электронные ресурсы как локального, так и удаленного доступа.

Ссылки на дидактический материал, технологические карты, разработанные педагогом презентации с текстовым комментарием, инструкции по выполнению практических заданий, тестовые и контрольные задания, ЦОРы (фрагменты и материалы доступных образовательных интернет-ресурсов) размещены на сайте учреждения (вкладка «дистанционное обучение»), в календарном графике программы.

Программа предполагает интеграцию очного и электронного обучения (дистанционное обучение) для обучения по отдельным разделам программы. Образовательный процесс с использованием дистанционных образовательных технологий осуществляется как в режиме реального времени удаленно, через сеть Интернет, так и off-line.

Это позволяет:

- обеспечить максимальную интерактивность курса программы (максимально возможная «обратная связь» между обучающимся и педагогом);
- использовать различные средства и приемы для мотивации обучения;
- проходить программу детям, не имеющим возможность в полной мере осваивать курс (не мобильным, часто длительно болеющим детям);
- корректировать и составлять график обучения и расписание занятий самими обучающимися;
- ликвидировать пробелы в знаниях самостоятельно;
- учиться в своем собственном темпе, исходя из своих потребностей в образовании и личностных особенностей;
- обучаться в максимально комфортной и привычной обстановке, что способствует продуктивному обучению;
- изучать тему, раздел углубленно в режиме онлайн с помощью видео занятий, чатов.

В процессе такого обучения у детей формируются самостоятельность, ответственность, умение организовывать, планировать свое учебное время.

Образовательный процесс организуется в соответствии с утвержденным расписанием. Так как контингент программы - младшие школьники, педагог организывает тестовое подключение к образовательному ресурсу в присутствии родителей для обучения ребенка работе. На первых 1-2 занятиях обучающемуся оказывается техническая помощь. В дальнейшем задания выполняются самостоятельно для получения педагогом объективной информации о результатах обучения и эффективности используемых технологий. Это позволяет педагогу скорректировать маршрут изучения темы.

Основная теоретическая и практическая деятельность обучающихся подразумевает самостоятельное выполнение творческих заданий и проектов в удобное для ребенка время, в персональном темпе (возможно совместно с родителями), используя электронные ресурсы как локального, так и удаленного доступа.

Ссылки на дидактический материал, технологические карты, разработанные педагогом презентации с текстовым комментарием, инструкции по выполнению практических заданий, тестовые и контрольные задания, ЦОРы (фрагменты и материалы доступных образовательных интернет-ресурсов) размещены на сайте учреждения (вкладка «дистанционное обучение»), в календарном графике программы.

## Методы обучения

При организации занятий по программе используются следующие обще дидактические методы и приемы обучения:

*-методы словесного обучения (беседа, рассказ)* - универсальный метод, с помощью которого, решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой. К приемам метода относятся: вопросы к детям, указания, объяснения, педагогическая оценка;

*-наглядный метод*, способствующий более быстрому, глубокому и прочному усвоению материала, повышению интереса к хореографии. К приемам данного метода относятся: показ упражнений, показ образца (показ педагога каждого танцевального элемента), демонстрация видео записей выполнения отдельных элементов или связанных танцевальных композиций;

*-практические методы*, с помощью которых педагог придает познавательной деятельности детей, усвоению новых знаний, умений, практический характер. Ведущими практическими методами обучения являются упражнения, экспериментирование (сюда включаются элементы творческой работы дошкольников);

*-игровые методы*, вызывающие у детей повышенный интерес, положительные эмоции, помогающие концентрировать внимание на учебной задаче, которая становится не навязанной извне, а желанной, личной целью. Игровые приемы достаточно разнообразны. Наиболее распространенными являются музыкально-танцевальные игры, импровизационные этюды.

Помимо обще дидактических методов обучения в программе в комплексе используются специальные методы обучения хореографии: метод музыкального движения, метод хоре коррекции и методика партерного экзерсиса.

*Метод музыкального движения* (метод А. Дункан) применяется, в основном, на начальной стадии усвоения программы, когда дети знакомятся с музыкой, ритмом и, опираясь на свои внутренние эмоциональные ощущения, возникшие при прослушивании музыки, пытаются выразить свое настроение свободными танцевальными движениями.

От обучающегося требуется двигаться только вместе с музыкой: начинать движение с её началом и заканчивать точно с окончанием. Движение должно отражать характер музыкального фрагмента – контрастность, текучесть, порывистость и т.д., - иначе говоря, обучающийся должен найти в музыке угадывающееся там движение.

Правильное выполнение упражнения заключается не в копировании двигательной формы, а в её воссоздании, для чего обучающийся должен услышать, прочувствовать и присвоить – «взять внутрь» - музыкальное произведение со всеми его особенностями. Только тогда пластический жест занимающегося совпадет с музыкальной интонацией произведения и отольется в эстетически совершенную и эмоционально убедительную

музыкально-двигательную форму.

*Метод хоре коррекции*—это метод, позволяющий проводить коррекцию фигуры с помощью физических упражнений, при которых тело приобретает правильную и красивую форму, становится подтянутым. Происходит формирование осанки, профилактика плоскостопия. Педагог подбирает специальную систему упражнений для каждого ребенка с учетом его индивидуальных особенностей и состояния здоровья, опираясь на данные медицинских обследований.

#### *Методика партерной гимнастики—упражнения на полу*

Методика используется с целью помочь формированию скелетно-мышечного аппарата ребенка, формированию осанки. Пока ребенку еще трудно координировать движения своего тела, включать в работу различные группы мышц, занятия в положении сидя и лежа облегчают ему эти задачи. Партерный экзерсис позволяет с наименьшими затратами энергии достичь сразу 3-х целей:

- повысить гибкость суставов;
- улучшить эластичность мышц и связок;
- нарастить силу мышц.

Упражнения партерной гимнастики на первом этапе позволят приобрести навыки вытянутого носка, ровного и подтянутого корпуса, дадут первоначальное представление о работе мышц ног, рук, шеи, спины и т.д.; На втором и третьем этапе помогут развитию двигательных функций (выворотности ног, подъема ног, гибкости корпуса, шага, прыжка). Особенно важно в процессе обучения учитывать физическую нагрузку детей, не допускать перенапряжения, а также учить их правильно дышать при исполнении упражнений, а далее – в танце.

В процессе работы особое внимание уделяется развитию чувства ритма и развитию навыков музыкально-ритмической координации.

#### ***Формы организации образовательного процесса***

Основной формой организации образовательного процесса в студии раннего развития «Почемучки» является учебное занятие в микрогруппе. Форма получения образования— очная (с применением дистанционных технологий). Состав группы является постоянным. В течение года группы объединяются для проведения различных мероприятий, позволяющих закрепить полученные умения и навыки в неформальной обстановке, праздник Осени, Новый год, День именинника, «Ура, каникулы» в соответствии с планом ЦТиС «Лора Плюс».

#### ***Формы учебных занятий***

- игровые занятия- Игра служит физическому, умственному и нравственному воспитанию детей.
- практические занятия-основная форма ведения предмета.

- репетиционные занятия-это отточенная система упражнений и знаний.
- комбинированное занятие- характеризуется постановкой и достижением нескольких дидактических целей.
- контрольно-учетные- это отчёт о проделанной работе.

### ***Педагогические технологии***

Основной технологией используемой в процессе обучения, является: *игровая технология*, которая строится как целостное образование, охватывающее определенную часть учебного процесса и объединенное общим содержанием, сюжетом, образами. Игровая технология применяются педагогами в работе с обучающимися и используются при организации занятий всем направлениям деятельности.

*Игры с массажными мячами:* перекатывание в ладонях, прокатывание по предплечью, удерживание мяча с одновременным проведением гимнастик и т. п. Также в процессе реализации программы используются:

- здоровьесберегающая технология*, позволяющая с помощью дозированных физических нагрузок сохранить и укрепить здоровье дошкольников;
- технология развивающего обучения*, позволяющая постоянно усложнять преподаваемый хореографический материал.

### ***Алгоритм учебного занятия***

#### **Построение занятия**

Структура занятия по хореографии-общепринятая. Каждое занятие состоит из трёх частей.

**вводная часть** - подготовительная часть - основная часть заключительная часть.

-организованный вход детей под любое музыкальное произведение (желательно под марш) в танцевальный зал и расстановка на сценической площадке;

-поклон-приветствие;

-разминка;

-**основная часть** - повторение пройденного материала и разучивание новых танцевальных движений. Причем сложные танцевальные движения разучиваются вначале занятия, пока дети еще не успели устать;

-**заключительная часть** (подведение итогов занятия, поклон-прощание);

-организованный выход из зала.

Структура занятия может изменяться в зависимости от поставленных дидактических задач в процессе занятия.

### ***Дидактические материалы***

- Тематические иллюстрации, карточки.
- Пособие для работы с предметами на занятиях: шары, мячи, кубы, скакалки; платочки, лавочки, сабли, корзины, шляпы и т.д.

- Иллюстрационный материал: картины природы по временам года,
- картины для знакомства с жанрами музыкальных произведений, разные картины.
- Карточки речевых игр для развития двигательных навыков, для развития голоса, пальчиковых игр, игр с массажем.

## **6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

### **Нормативные документы**

1. Международный документ. Конвенция. О правах ребенка: [одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20 ноября 1989 г.: вступила в силу для СССР 15 сентября 1990 г.]. – Режим доступа: <http://www.consultant.ru/>
2. Российская Федерация. Законы. Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации: федер. закон: [принят Гос. Думой 3 июля 1998 г.: одобр. Советом Федерации 9 июля 1998 г.]. – Режим доступа: <http://www.consultant.ru/>
3. Российская Федерация. Законы. Об образовании в Российской Федерации: федер. закон: [принят Гос. Думой 21 декабря 2012 г.: одобр. Советом Федерации 26 декабря 2012 г.]. – Режим доступа: <http://base.garant.ru/>
4. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года».
5. Национальный проект «Образование» [утв. Президиумом Совета при президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 № 16)]. – Режим доступа: <https://edu.gov.ru/national-project>
6. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование [утв. Президиумом Совета при президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 3 ноября 2016 г. № 11)]. – Режим доступа: <http://dop.edu.ru/article/321/pasport-prioritetnogo-proekta-dostupnoe-dopolnitelnoe-obrazovanie-dlya-detei>
7. Стратегическая инициатива «Новая модель системы дополнительного образования», одобренная Президентом Российской Федерации 27 мая 2015 г.
8. Российская Федерация. Концепция развития дополнительного образования детей: [утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р]. – Режим доступа: <https://rg.ru/2014/09/08/obrazovanie-site-dok.html>
9. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении стратегии развития воспитания в Российской Федерации в период до 2025 года». – Режим доступа: <https://legalacts.ru/doc/rasporjazhenie-pravitelstva-rf-ot-29052015-n-996-r/>
10. Приказ Минпросвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельно-

сти по дополнительным общеобразовательным программам». – Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/72016730/>

11. Письмо Минобрнауки РФ от 13 мая 2013 года № ИР-352/09 «О направлении программы развития воспитательной компоненты в общеобразовательных учреждениях». – Режим доступа: <http://docs.cntd.ru/document/499035463>

12. Письмо Минобрнауки РФ от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении Информации (вместе с методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)». - Режим доступа: <https://rulaws.ru/acts/Pismo-Minobrnauki-Rossii-ot-18.11.2015-N-09-3242/>

13. Закон Оренбургской области от 06.09.2013 № 1698/506-V-ОЗ «Об образовании в Оренбургской области». – Режим доступа: <http://docs.cntd.ru/document/460182444>

### **«Нормативные документы при интеграции очного и электронного обучения с использованием дистанционных образовательных технологий»**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"

- Статья 13. Общие требования к реализации образовательных программ

- Статья 16. Реализация образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

- Статья 17. Формы получения образования и формы обучения

- Статья 18. Печатные и электронные образовательные и информационные ресурсы

- Статья 28. Компетенция, права, обязанности и ответственность образовательной организации

- Статья 91. Лицензирование образовательной деятельности

2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 г. N 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ" <https://base.garant.ru/71770012/>

3. Приказ Минпросвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». – Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/72016730/>

4. Приказ министерства просвещения Российской Федерации приказ № 103 от 17 марта 2020 года «Об утверждении временного порядка сопровождения реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразова-

тельных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»; - приказ министерства просвещения Российской Федерации

5. Приказ № 104 от 17 марта 2020 года «Об организации образовательной деятельности в организациях, реализующих образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования, образовательные программы среднего профессионального образования, соответствующего дополнительного профессионального образования и дополнительные общеобразовательные программы, в условиях распространения новой коронавирусной инфекции на территории Российской Федерации»;

6. Письмо министерства просвещения Российской Федерации 1Д-39/04 от 19 марта 2020 года «О Методических рекомендациях по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ СПО и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

7. Приказ министерства образования Оренбургской области от 20 марта 2020 года N 01-21/589 «О порядке организации образовательной деятельности в организациях, реализующих образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования и дополнительные общеобразовательные программы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»

8. Положение об организации образовательного процесса с использованием электронного обучения и дистанционных технологий в муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Дворец творчества детей и молодежи»

### ***Литература, рекомендуемая для педагогов***

1. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова. - М.: Айрис-Пресс, 2012. - 127 с.
2. Галиченко, И. Г. Детский сад. Танцуем и играем / И. Г. Галиченко. - СПб.: Пегас, 2014. - 112 с.
3. Зарецкая, Н. В. Танцы для детей среднего дошкольного возраста / Н. В. Зарецкая. - М.: Издательство «Глобус», 2008. - 167 с.
4. Добовчук, С.В. Ритмическая гимнастика: учеб. пособие / С.В. Добовчук. - М.: МГИУ, 2008. - 147 с.
5. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей: фольклор, классика, модерн / О.В. Ерохина. - Ростов н/Д.: Феникс, 2013. - 98 с.
6. Затымина, Т.А., Стрепетова, Л. В. Музыкальная ритмика: учеб. пособие / Т.А. Затымина, Л.В. - М.: Издательство «Глобус», 2009. - 167 с.
7. Климов, А. Особенности русского народного танца / А. Климов. - М.: Сфера, 2012. - 179 с.

8.Немова, Г. В. Детский сад. Танцы для дошкольников /А. Н. Малышева – М.: Астрель, 2008.- 89 с.

9.Холл, Д. Учимся танцевать. Веселые уроки танцев для дошколят: практическое пособие / Д.Холл. – М.: Астрель, 2009. - 184с.

9.Шершнева, В.Г. От ритмики к танцу/ В.Г. Шершнева. - СПб.: Лань, 2010. - 123 с.

***Литература, рекомендуемая для родителей***

1.Азбука танцев / – сост. Е.В. Диниц, Д.А. Ермаков, О.В. Иванникова. – М.: АСТ; Донецк: Сталкер, 2005. – 286 с.

2.Зарецкая, Н.В. Музыкальные сказки для детей/ Н.В. Зарецкая. – М.: Айрис-пресс, 2012.–94 с.

3.Коренева, Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста/ Т.Ф. Коренева.– М.: Владос, 2011. - 104 с.

4.Михайлова, М.А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения/ М.А. Михайлова.– Ярославль: Академия развития, 2014.– 12

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1

**Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:**

- ✚ Федеральным законом №273-ФЗ от 29.12.2012г. «Об образовании в Российской Федерации»;
- ✚ Приказом Министерства просвещения российской Федерации от 09 ноября 2018 года №196 (в редакции от 30.09.2020г.) «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- ✚ Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 13 января 2014 г. №8 (в ред. Приказа Минпросвещения РФ от 10.11.2021 N 812) «Об утверждении примерной формы договора об образовании по образовательным программам дошкольного образования»;
- ✚ Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 25 октября 2013 года №1185 «Об утверждении примерной формы договора об образовании на обучение по дополнительным образовательным программам»;
- ✚ Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 г. № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»» (с изменениями от 02.12.2020 г. № 39);
- ✚ Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»»;
- ✚ Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 «О 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»»;

- ✚ Приложением 1.1 от 01.10.2016 года на осуществление образовательной деятельности по подвиду дополнительного образования детей и взрослых к лицензии №1494 от 14.07.2014г., выданной Министерством образования Оренбургской области;
- ✚ Уставом МДОАУ №171

## Приложение 2

### Уровни усвоения программы

*1 год обучения: 4-5 лет*

<b>НИЗКИЙ:</b>	Ребенок допускает существенные ошибки в технике движения. Не соблюдает заданный темп и ритм, действует только в сопровождении показа педагога. Нарушает правила в играх. Ошибок в действиях других не замечает.
<b>НИЖЕ СРЕДНЕГО:</b>	Ребенок допускает ошибки в технике движения, действует только на основе показа педагогом. Старается не нарушать правила игры, ошибок в действиях других не замечает.
<b>СРЕДНИЙ:</b>	Ребенок владеет главными элементами техники большинства движений. Способен самостоятельно выполнять упражнения на основе предварительного показа. Иногда замечает ошибки при выполнении элемента танца. Увлечен процессом, и не всегда обращает внимание на результат. В танце активен, положительно относится ко всем предлагаемым, особенно новым элементам.
<b>ВЫШЕ СРЕДНЕГО:</b>	Ребенок владеет главными элементами техники большинства движений. Способен самостоятельно выполнять упражнения без показа, после объяснения педагога. Замечает ошибки при выполнении элементов. В танцах активен, проявляет большой интерес.
<b>ВЫСОКИЙ:</b>	Ребенок проявляет стойкий интерес к танцевальным элементам. Осуществляет элементы контроля за действиями сверстников, замечает нарушение правил в играх и в выполнении танцевальных элементов. Наблюдается перенос основных элементов в самостоятельную деятельность.

#### Условные обозначения:

\* - вновь поступившие дети



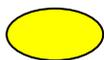
- низкий уровень



- ниже среднего



- средний уровень





- высокий уровень

- выше среднего

*2 год обучения: 5-6 лет*

<b>НИЗКИЙ:</b>	Ребенок неуверенно выполняет сложные элементы. Не замечает ошибок детей и собственные. Нарушает правила в танце, увлекаясь его процессом. С трудом сдерживает свои желания, слабо контролирует способ выполнения упражнений. Не обращает внимание на качество движений.
<b>НИЖЕ СРЕДНЕГО:</b>	Ребенок допускает ошибки в технике движения, действует только на основе показа элемента педагогом. Старается не нарушать порядок выполнения танцевальных элементов, ошибок в действиях других не замечает.
<b>СРЕДНИЙ:</b>	Ребенок правильно выполняет большинство танцевальных элементов, но не всегда проявляет должные усилия. Верно оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки. Понимает зависимость между качеством выполнения элементов и результатом.
<b>ВЫШЕ СРЕДНЕГО:</b>	Ребенок владеет главными элементами техники большинства движений. Способен самостоятельно выполнять без показа, после объяснения педагога. Замечает ошибки при выполнении элементов. В танцах активен, проявляет большой интерес.
<b>ВЫСОКИЙ:</b>	Ребенок уверенно, точно, с большим напряжением и хорошей амплитудой, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет элементы. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых элементов. Осуществляет самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения элемента и его результатом.

**Условные обозначения:**

\*

- вновь поступившие дети



- низкий уровень

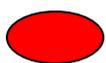


- ниже среднего



- средний





- высокий уровень

- выше среднего

### 3 год обучения: 6-7 лет

<b>НИЗКИЙ:</b>	Ребенок допускает ошибки в основных элементах сложных танцев. Слабо контролирует выполнение движений, затрудняется в их оценке. Допускает нарушение правил в партерной гимнастике, чаще всего в силу недостаточной физической подготовленности. Снижен интерес к партерным упражнениям.
<b>НИЖЕ СРЕДНЕГО:</b>	Ребенок допускает ошибки в технике движения, действует только на основе показа элемента педагогом. Стараются не нарушать правил выполнения элемента. Ошибок в действиях других не замечает.
<b>СРЕДНИЙ:</b>	Ребенок технически правильно выполняет большинство танцевальных элементов, проявляет при этом должные усилия, активность и интерес. Способен оценивать движения других детей, упорен в достижении своей цели и положительного результата. Самоконтроль и самооценка непостоянны (эпизодически проявляются).
<b>ВЫШЕ СРЕДНЕГО:</b>	Ребенок владеет главными элементами техники большинства движений. Способен самостоятельно выполнять элементы без показа, после объяснения педагога. Замечает ошибки при выполнении упражнений. В танцах активен, проявляет большой интерес.
<b>ВЫСОКИЙ:</b>	Ребенок результативно, уверенно, мягко, выразительно точно выполняет танцевальные элементы. Самоконтроль и самооценка постоянны. Проявляет элементы творчества и двигательной деятельности, самостоятельно составляет простые варианты из освоенных танцевальных элементов и через движения передает разнообразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.

#### Условные обозначения:

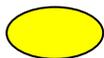
\* - вновь поступившие дети

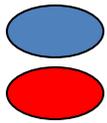


- низкий уровень



- ниже среднего





- средний уровень  
- высокий уровень

- выше среднего

## Приложение 3

### Методика выявления уровня развития чувства ритма (на основе методик А.Н. Зиминной, А.И. Бурениной)

Цель: выявление уровня развития чувства ритма.

Проведение: наблюдение за детьми в процессе выполнения специально подобранных заданий.

Критерии уровня развития чувства ритма:

#### 1. Движение.

1) соответствие движений характеру музыки с контрастными частями:

*высокий*– ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений в соответствии с

*с* изменением характера музыки, чувствует начало и конец музыки;

*средний*– производит смену движений с запаздыванием, по показу взрослого;

*низкий*– смену движений не производит, не чувствует начало и конец музыки.

2) соответствие движений ритму музыки:

*высокий*– ребёнок чётко ритмично выполняет движения;

*средний*– выполняет движения с ошибками;

*низкий*– движения выполняются неритмично.

3) соответствие движений темпу музыки:

*высокий*– ребёнок чувствует смену темпа, самостоятельно отмечает это сменой движения;

*средний*– чувствует смену темпа с запаздыванием, движения меняет по показу взрослого или

других детей;

*низкий*– не чувствует смену темпа, движения меняет с большим опозданием.

4) координация движений и внимание («Ритмическое эхо» со звучащими жезлами):

*высокий*– ребёнок выполняет все движения без ошибок;

*средний*– допускает 1-2 ошибки;

*низкий*– не справляется с заданием.

#### 2. Воспроизведение метра и ритма.

1) воспроизведение метрической пульсации музыкального произведения в хлопках:

*высокий*– ребёнок точно воспроизводит метрическую пульсацию

музыкального произведения;

*средний*– на протяжении выполнения задания кратковременно теряет ощущение метра

(спешит, запаздывает), но в целом справляется с заданием.

*Низкий*– беспорядочные хлопки.

2) *воспроизведение ритма знакомой песни под пение педагога или своё пение:*

*высокий*– ребёнок точно воспроизводит ритмический рисунок знакомой песни;

*средний*– воспроизводит ритм песни с 1-2 ошибками;

*низкий* – неверно воспроизводит ритм песни.

3) *воспроизведение ритмического рисунка в хлопках («Ритмическое эхо»):*

*высокий*– ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;

*средний*– допускает 2-3 ошибки;

*низкий* – не верно воспроизводит ритмический рисунок.

*Критерии уровня развития чувства ритма:*

1. Движение.

1) *передача в движении характера знакомого музыкального произведения (3-х частная форма):*

*высокий*– ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений, движения

соответствуют характеру музыки;

*средний*– производит смену движений с запаздыванием (по показу других детей), движения

соответствуют характеру музыки;

*низкий*– смену движений производит с запаздыванием, движения не соответствуют характеру музыки

2) *передача в движении характера незнакомого музыкального произведений (фрагмента) после предварительного прослушивания:*

*Высокий*– движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений;

*средний*- движения соответствуют характеру музыки, но недостаточная эмоциональность при выполнении движений

*низкий*– движения не соответствуют музыке, отсутствие эмоций при движении.

3) *соответствие ритма движений ритму музыки:*

*высокий*– чёткое выполнение движений;

*средний*– выполнение движений с ошибками;

*низкий* – движение выполняется не ритмично.

4) *координация движений и внимание («ритмическое эхо со звучащими жестами»):*

*высокий*– ребёнок выполняет все движения без ошибок;

*средний*– допускает 1-2 ошибки;

*низкий* – не справляется с заданием.

## 2. Воспроизведение ритма.

### 1) воспроизведение ритма знакомой песни под своё пение:

*высокий*– ребёнок точно воспроизводит ритмической рисунок знакомой песни;

*средний*– воспроизводит ритм песни с 1-2 ошибками;

*низкий*– неверно воспроизводит ритм песни.

### 2) воспроизведение ритма мелодии, сыгранной педагогом на инструменте:

*высокий*– ребёнок точно воспроизводит ритмической рисунок мелодии;

*средний*– воспроизводит ритм песни с ошибками;

*низкий* – неверно воспроизводит ритм песни.

### 3) воспроизведение ритма песни шагами:

*высокий*– верно воспроизводит ритм песни шагами на месте и по залу;

*средний*– верно воспроизводит ритм песни шагами на месте;

*низкий*– допускает много ошибок или не справляется с заданием.

### 4) воспроизведение ритмических рисунков в хлопках или на ударных инструментах («ритмическое эхо»):

*высокий*– ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;

*средний*– допускает 2-3 ошибки;

*низкий* – не верно воспроизводит ритмический рисунок.

## 3. Творчество.

### 1) сочинение ритмических рисунков:

*высокий*– ребёнок сам сочиняет и оригинальные ритмически рисунки;

*средний*– использует стандартные ритмические рисунки;

*низкий*– не справляется с заданием.

### 2) танцевальное:

*высокий*– ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в движении; самостоятельно

использует знакомые движения или придумывает свои; движения выразительны;

*средний* – чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими, движения

соответствуют характеру музыки;

*низкий*–не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке.

**Методика выявления уровня музыкально-двигательного развития ребенка**

Цель: выявить уровень музыкально-двигательного развития ребенка

Проведение: наблюдение за детьми в процессе выполнения специально подобранных заданий.

**Координация, ловкость движений** – точность движений, координация рук и ног при выполнении упражнений. Для проверки уровня развития координации рук и ног применяются следующие задания:

*Упражнение 1.* Отвести в сторону правую руку и в противоположную сторону левую ногу и наоборот.

*Упражнение 2.* Поднять одновременно согнутую в локте правую руку и согнутую в колене левую ногу (и наоборот).

*Упражнение 3.* Отвести вперед правую руку и назад левую ногу и наоборот.

*3 балла-* правильное одновременное выполнение движений.

*2 балла-* неодновременное, но правильное; верное выполнение после повторного показа.

*1 балл-* неверное выполнение движений.

**Творческие проявления-** умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па».

Тест на определение склонности детей к танцевальному творчеству. Детям предлагается под музыку (после предварительного прослушивания)

изобразить следующие персонажи: ромашку, пчелку, солнечный зайчик и т.п.

*3 балл-* умение самостоятельно находить свои оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.

*2 балл-* движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения.

*1 балл-* ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации;

**Гибкость тела**– это степень прогиба назад и вперед. При хорошей гибкости корпус свободно наклоняется.

*Упражнение «Отодвинь кубик дальше»* (проверка гибкости тела вперед).

Детям предлагается сесть на ковер так, чтобы пятки находились у края ковра, ноги прямые на ширине плеч, прижаты к ковра. У края ковра на полу между ступнями ног расположен кубик. Следует наклониться и отодвинуть кубик как можно дальше. Колени не поднимать, ноги должны оставаться прямыми.

Оценивается расстояние в сантиметрах от линии пяток до грани кубика, в которую ребенок упирался пальцами.

3см и меньше – низкий уровень (*1 балл*).

4-7см – средний уровень (*2 балла*)

8-11см – высокий уровень (*3 балла*).

*Упражнение «Кольцо»* (проверка гибкости тела назад).

Исходное положение, лёжа на животе, поднимаем спину, отводим назад (руки упираются в пол), одновременно сгибая ноги в коленях, стараемся достать пальцами ног до макушки.

*3 балл*– максимальная подвижность позвоночника вперед и назад.

*2 балл*– средняя подвижность позвоночника.

*1 балл*- упражнения на гибкость вызывают затруднения.

**Музыкальность**– способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения - без показа педагога).

*Упражнение «Кто из лесу вышел?»*

После прослушивания музыки ребенок должен не только угадать кто вышел из лесу, но и показать движением. Закончить движение с остановкой музыки. (отражение в движении характера музыки).

*Упражнение «Заведи мотор».*

Дети сгибают руки в локтях и выполняют вращательные движения.

Под медленную музыку - медленно, под быструю – быстро (переключение с одного темпа на другой).

*Упражнение «Страусы».*

Под тихую музыку дети двигаются, как «страусы». Под громкую музыку «прячут голову в песок» (отражение в движении динамических оттенков).

*3 балла*– умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, передавать основные средства музыкальной выразительности (темп, динамику)

*2 балла*– в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда.

*1 балл*– движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

**Эмоциональность**–выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения не выразительные.

Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (Э-1, Э-3).

Детям предлагается изобразить «усталую старушку», «хитрую лису», «девочку, которая удивляется», «сердитого волка».

**Развитие чувства ритма.**

Ритмические упражнения – передача в движении ритма прослушанного музыкального произведения. Эти задания требуют от детей постоянного сосредоточения внимания. Если чувство ритма несовершенно, то замедляется становление развернутой (слитной) речи, она невыразительна и слабо интонирована; ребенок говорит примитивно, используя короткие

отрывочные высказывания.

*Упражнения с ладошками.*

Педагог говорит детям, что он будет хлопать в ладоши по – разному, а дети должны постараться точно повторить его хлопки.

Педагог сидит перед детьми и четвертными длительностями выполняет разнообразные хлопки. Педагог должен молчать, реагируя на исполнение мимикой.

1. 4 раза по коленям обеими руками (повторить 2 раза).
2. 3 раза по коленям, 1 раз в ладоши (повторять до точного исполнения).
3. 2 раза по коленям, 2 раза в ладоши.
4. 1 раз по коленям, 1 раз в ладоши (с повторением).

*1 балл-* с ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок.

*2 балла–* выполняет лишь отдельные упражнения, с несложным ритмическим рисунком.

*3 балла–* точно передает ритмический рисунок.

**Уровни развития ребенка в музыкально-ритмической деятельности.**

Первый уровень (высокий **15-18 баллов**) предполагал высокую двигательную активность детей, хорошую координацию движений, способность к танцевальной импровизации. Ребенок умеет передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движение на каждую часть музыки. Имеет устойчивый интерес и проявляет потребность к восприятию движений под музыку. Хлопками передает ритмический рисунок.

Второй уровень (средний **10-14 баллов**). Этому уровню свойственна слабая творческая активность детей, движения его довольно простые, выполняет лишь однотипные движения. Воспроизводит несложный ритм. Передаёт только общий характер, темп музыки. Умеет выразить свои чувства в движении. В образно - игровых движениях легко передает характер персонажа. Верное выполнение упражнений на координацию после повторного показа движений.

Третьему уровню (низкому **6-9 баллов**) соответствовали следующие характеристики детей: они повторяют несложные упражнения за педагогом, но при этом их повторы вялые, мало подвижные, наблюдается некоторая скованность, заторможенность действий, слабое реагирование на звучание музыки. Движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения. Мимика бедная, движения невыразительные. Ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации. С ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок.

Упражнения на гибкость вызывают затруднения.

**Наблюдение за самостоятельностью и творческой активностью детей**

**Цель:** выявить уровень самостоятельности и творческой активности детей.

**Условия проведения:** наблюдение направлено на исследование самостоятельности и творческой активности детей на занятиях.

Основное внимание обращается на уровень их самостоятельности при выполнении учебных заданий по образцу и без образца, инициативность, доверенность мышления.

Данное наблюдение является систематическим, по включенным объектам – сплошным, по форме – неосознанным внутренним. С его помощью фиксируется частота проявления параметров самостоятельности и творческой активности ребенка на занятиях.

**Карта наблюдения**

Ф.И. ребенка	Параметры			
	самостоятельность при выполнении учебных заданий по образцу	самостоятельность при выполнении учебных заданий без образца	инициативность	доверенность мышления
	0 1 2	0 1 2	0 1 2	0 1 2

**Система оценки результатов**

В карте наблюдений отмечается, насколько часто самостоятельность наблюдается у учащегося: 0-никогда; 1- иногда; 2 - постоянно.

Критерии оценки	Баллы
<p><i>Самостоятельность при выполнении учебных заданий по образцу:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-все задания по образцу выполняет самостоятельно;</li> <li>-большую часть заданий по образцу выполняет самостоятельно;</li> <li>-при выполнении заданий по образцу часто пользуется помощью педагога.</li> </ul>	<p>2</p> <p>1</p> <p>0</p>
<p><i>Самостоятельность при выполнении учебных заданий без образца:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-все задания без образца выполняет самостоятельно;</li> <li>- самостоятельно, без образца может выполнить только несложные упражнения;</li> <li>-при выполнении даже простых заданий без образца всегда пользуется помощью педагога.</li> </ul>	<p>2</p> <p>1</p> <p>0</p>

<p><i>Инициативность</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способен к самостоятельной постановке целей и самостоятельной организации действий, направленных на достижение этих целей;</li> <li>-способен к самостоятельной постановке целей, но испытывает трудности в самостоятельной организации действий, направленных на достижение этих целей;</li> <li>-не способен к самостоятельной постановке целей и самостоятельной организации действий, направленных на достижение этих целей;</li> </ul>	<p>2</p> <p>1</p> <p>0</p>
<p><i>Доверенность мышления</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способен быстро мыслить и самостоятельно находить большое количество вариантов выполнения одного и того же упражнения; внимателен и наблюдателен; хорошо развиты воображение и фантазия, память;</li> <li>-способен мыслить быстро, но не способен находить большое количество вариантов выполнения одного и того же упражнения; хорошо развиты воображение и фантазия, память, но концентрация внимания снижена; ненаблюдателен;</li> <li>-не способен мыслить быстро; фокусируется только на одном варианте выполнения упражнения; плохо развиты внимание, воображение, фантазия, память.</li> </ul>	<p>2</p> <p>1</p> <p>0</p>

Оценки по всем параметрам суммируются, и определяется уровень самостоятельности и творческой активности ребенка.

### **Уровни**

**8-7 баллов – высокий уровень.** Ребенок самостоятелен при выполнении всех заданий; инициативен, способен быстро мыслить и самостоятельно находить большое количество вариантов выполнения одного и того же упражнения. Внимателен и наблюдателен; имеет хорошо развитые воображение, фантазию, память.

**6-4 баллов – средний уровень.** Ребенок самостоятелен только при выполнении простых заданий; способен к самостоятельной постановке целей, но испытывает трудности в самостоятельной организации действий, направленных на достижение этих целей. Способен мыслить быстро, но не способен находить большое количество вариантов выполнения одного и того же упражнения. Имеет хорошо развитое воображение, фантазию, память, но концентрация внимания снижена.

**3 балла и менее – низкий уровень.** Ребенок все задания выполняет только с помощью педагога. Он не способен к самостоятельной постановке целей и самостоятельной организации действий, направленных на достижение этих целей. Всегда фокусируется только на одном варианте выполнения упражнения; плохо развиты внимание, воображение, фантазия, память.

**Предметная проба «Навыки музыкально-ритмической координации и мышечное чувство»**

**Цель:** выявление уровня навыков музыкально-ритмической координации и мышечного чувства»

**Инструкция:** детям предлагается выполнить два комплекса ритмических упражнений различных по темпо ритму.

**Карта оценки**

Ф.И ребен- ка	Оцениваемые параметры				
	ритмичность движений	соответствие темпа движе- ний темпу му- зыки	общая координация движений	выразитель- ность движений	мышечное чувство
	0 1 2	0 1 2	0 1 2	0 1 2	0 1 2

**Критерии оценки параметров:**

Ритмичность движений

**2 балла** - учащийся соблюдает целесообразное чередование усилий во время выполнения двигательных действий, при котором определяется оптимальное соотношение отдельных частей двигательного действия, обуславливается их непрерывность в течение заданного времени, а также характер, согласованность и амплитуда движения.

**1 балл** – учащийся старается соблюдать чередование усилий во время выполнения двигательных действий, но при этом не всегда определяется оптимальное соотношение отдельных частей двигательного действия, наблюдается их прерывистость, несогласованность. Не всегда верная амплитуда.

**0 баллов** – учащийся не соблюдает чередования усилий во время выполнения двигательных действий, отсутствует соотношение отдельных частей двигательного действия. Действия прерывисты и несогласованные. Амплитуда движений выбрана неверно.

Соответствие темпа движений темпу музыки

**2 балла** - темп движений полностью соответствует темпу музыки.

**1 балл** – темп движений при переходе от упражнения к упражнению увеличивается.

**0 баллов** - темп движений при переходе от упражнения к упражнению снижается.

Общая координация движений

**2 балла** - движения всех частей тела активны, динамичны, согласованы; хорошо развито чувство равновесия.

**1 балл** - движения некоторых частей тела менее активны и динамичны, по сравнению с другими частями; равновесие удерживается не всегда.

**0 баллов** – движения всех частей тела неактивны, вялы и несогласованные; отсутствует чувство равновесия.

#### Выразительность движений

**2 балла** - движения четкие, плавные, передают характер и эмоции учащегося;

**1 балл** - движениям не хватает плавности и эмоциональной окраски;

**0 баллов** – движения выполняются технически неверно, эмоциональная окраска полностью отсутствует.

#### Мышечное чувство

**2 балла** - все группы мышц хорошо развиты, учащийся умеет управлять всей мышечной системой организма при выполнении упражнений.

**1 балл** – некоторые группы мышц развиты слабее, что не позволяет оценить мышечную силу, которая необходима для движений или для удержания суставов в определенном положении во время выполнения упражнений.

**0 баллов** – все группы мышц развиты слабо, координация движений нарушена, отсутствует способность правильного удержания суставов в определенном положении во время выполнения упражнений.

Оценки по всем параметрам суммируются, и определяется уровень навыков музыкально-ритмической координации и мышечного чувства учащихся

#### **Уровни:**

**10- 8 баллов – высокий уровень.** Движения учащегося ритмичны, скоординированы, выразительны, соответствуют темпу музыки. Мышечное чувство развито, что позволяет удерживать суставы в определенном положении во время выполнения упражнений

**7-5 баллов – средний уровень.** Движениям учащегося не всегда хватает ритмичности и выразительности. Они могут быть менее активны и динамичны. Темп их выполнения не всегда соответствует темпу музыки. Некоторые группы мышц развиты слабее других.

**4 и менее – низкий уровень.** Движения учащегося аритмичны, невыразительны, исполняются технически неверно. Амплитуда движений неверная. Все группы мышц развиты слабо. Координация движений нарушена.

**Тесты базового образовательного минимума на знание основных поз рук и ног в хореографии**

**Тест 1. ПОЗИЦИИ РУК В КЛАССИЧЕСКОМ ТАНЦЕ**

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ



Руки вниз, округленные в локтевом и лучезапястном суставах ладонью вверх.  
Большой палец внутри ладони

I – первая



Руки вперед, округленные в локтевом и лучезапястном суставах

II – вторая



Руки вперед в стороны, округленные в локтевом и лучезапястном суставах ладонями внутрь

III – третья



Руки вперед кверху, округленные в локтевом и лучезапястном суставах, ладонями внутрь

## Тест 2. ВАРИАНТЫ ПОЛОЖЕНИЯ РУК



Правая рука в третьей позиции, левая рука во второй позиции

ВНИЗ



Правая рука вперед, ладонью вниз, левая рука назад, ладонью

Правая рука во второй позиции, левая рука в  
вспомогательной позиции



ПОДГОТОВИ-

Правая рука в первой позиции, левая рука в подготовительной позиции



Правая рука в третьей, левая рука в подготовительной позиции



### Тест 3. ПОЗИЦИИ НОГ

I – первая

Сомкнутая стойка носки наружу. Пятки сомкнуты, носки наружу. Ноги расположены на одной линии с равномерным распределением центра тяжести по всей стопе



II – вторая

Широкая стойка ноги врозь носки наружу. Ноги расположены друг от друга на одной линии на расстоянии одной стопы с равномерным распределением центра тяжести между стопами



III – третья

Правая приставлена к середине левой стопы (носки наружу)



IV – четвертая

Стойка ноги врозь, правая перед левой (на расстоянии одной стопы) носки наружу (выполняется с обеих ног)



V – пятая

Сомкнутая стойка правая перед левой, носки наружу (правая пятка сомкнута с носком левой, выполняется с обеих ног)



VI – шестая



Сомкнутая стойка (пятки и носки сомкнуты)

## Конспект игрового занятия по хореографии для детей 5-6 лет

**Цель занятия:** формирование умения воплощать музыкально–двигательный образ.

**Задачи:**

*Обучающие:*

научить самостоятельному исполнению движений под музыку.

*Развивающие:*

-развить навыки пластичности, выразительности, грациозности, правильную осанку

*Воспитательные:*

-воспитать трудолюбие и целеустремленность

**Оборудование:** аудиозаписи, музыкальный центр. Декорации: деревья, цветы, трава (из поролона), на задней кулисе нарисован лес. Наглядное пособие для игры: цветы на картинке (ромашка, колокольчик) или искусственные цветы.

**Ход занятия**

Организационный момент

(Музыкальный зал оформлен в виде сказочной, лесной полянки.

Дети входят в зал под «звуки леса».) Поклон.

**Педагог:** Ребята сегодня необычный день – на нашей сказочной, лесной полянке расцвел цветик – семи цветик. Он приготовил вам сюрприз, но для этого нужно выполнить семь его желаний. Вы хотите получить сюрприз? (дети отвечают)

Тогда я отрываю первый его лепесток и читаю первое желание.

Разминка

Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов: шеи, туловища, ног, рук.

Упражнения для шеи, плеч и туловища.

И.п: стоя, ноги врозь, руки на поясе.

16 тактов – наклоны головы к правому и левому плечу;

8 тактов – повороты головы направо, налево;

8 тактов– наклоны головы вперед, прямо

8 тактов– поднимаем плечи вверх, опускаем вниз;

8 тактов– поочередное поднимание плеч;

8 тактов–наклоны туловища вправо, влево;

8 тактов– наклоны туловища вправо, влево с рукой;

4 т-та – наклон вперед, потянуться;

4 т-та – вернуться ви.п.

Упражнения для ног «Рожки и копытца».

И.п: ноги вместе, руки на поясе.

8 тактов: вступление (дети готовятся)  
20 тактов – Ре-ля-ве – подъем на полу пальцы (растем к солнышку);  
4 т-та – поочередное поднимание пятки (педали);  
10 т-ов – выставление ноги на пятку;  
8 т-ов – пяточка - носочек;  
4 т-та – плие (маленькое приседание).

Упражнения для рук «Волшебные ленты»

И.п: ноги врозь, руки опущены вниз, расслаблены.

**Педагог:** представьте, что ваши руки – это волшебные ленты. Дует легкий ветерок и колыхает наши волшебные ленты.

Плавные движения руками вверх, вниз, вместе, поочередно и т.д.

Ну, вот первое задание мы успешно выполнили. Отрываем второй лепесток.

Упражнения на укрепление осанки: (на диске)

Речитатив:

У меня спина прямая: раз, два, три, четыре

Я наклонов не боюсь: раз, два, три, четыре

Выпрямляюсь, прогибаюсь,

Поворачиваюсь.

раз, два, три, четыре,

три, четыре, раз, два.

Я хожу с осанкой гордой,

Прямо голову держу,

Никуда я не спешу.

раз, два, три, четыре,

три, четыре, раз, два.

Я могу и поклониться,

И присесть, и покружиться,

Повернусь туда-сюда!

Ох, прямешенька спина!

раз, два, три, четыре,

три, четыре, раз, два.

Отрываем третий лепесток. (выполнить упражнения по кругу)

**Педагог:** дети давайте сделаем круг. (Построение в круг)

Танцевальный шаг с носка.

Шаг на высоких полу пальцах (растем к солнышку)

Шаг с высоким подниманием колена (цапля)

Поскоки.

Отрываем четвертый лепесток. (упражнения, сидя и лежа на полу)

Пластика животных.

Имитационно – образные упражнения на укрепление осанки: в положении сидя и лежа.

Упражнение «бабочка».

И.п: сед по-турецки.

Раз-два – плавно поднять руки вверх (вдох).

Три-четыре – опустить руки вниз (выдох) ноги машут, как крылья.  
Сидя на четырех точках: упражнение «кошечка». (добрая и злая)

Упражнение лежа: «лягушка», «ласточка».

Встали на ноги и попрыгали как мячики.

**Педагог:** ребята устали нужно отдохнуть и расслабить свои мышцы.

Релаксация: «на лугу»

Дети представьте себе, что наступило лето, расцвело множество цветов на лугу: ромашки, васильки, колокольчики, незабудки. Хотите быть красивым цветком на лугу? Тогда давайте ляжем на коврик, расслабимся и представим себя каким-нибудь красивым цветком. (Включается кассета)

Отрываем пятый лепесток.

А теперь давайте перенесемся в далекую сказочную страну цветов. Посмотрите, сколько вокруг прекрасных цветов! Давайте выберем какой-нибудь один цветок, например, Розу. Попробуем изобразить, что с ней происходит.

Вначале еще нет никакого цветка, только маленькое семечко спит в земле и ждет, когда ему можно будет прорасти.

Но вот появился росток и стал изо всех сил тянуться вверх, к солнышку.

Он тянется все выше и выше – и вот уже перед нами огромный розовый бутон.

И, наконец – о, чудо! – бутон раскрылся, и цветок впервые взглянул на мир. Не забывайте это не просто цветок, а прекрасная роза. Давайте попробуем уложить руки, словно лепестки. Оживите свой цветок.

Как ласково пригревает солнышко, как прохладно веет ветерок! Я – самая прекрасная Роза на земле, мне так радостно стоять и любоваться собой и всем вокруг!

- Ах, как хочется пить! Я изнываю от жажды, мои лепестки могут засохнуть. Наконец-то пошел дождь! Ах, как хорошо!

Но наступила ночь, Роза прикрылась своими лепестками, словно одеяльцем, и уснула.

Отрываем шестой лепесток (игра)

Творческая игра: «Какой цветок растёт на клумбе?»

Поделить детей на две команды. Это будет две клумбы. Каждой команде дать задание. Первой показать картинку, на которой нарисована ромашка, а второй колокольчик. Дети должны образно изобразить эти цветы, а противоположная команда, отгадать какой цветок растёт на клумбе. Отрываем седьмой лепесток (пожелания)

**Педагог:** Ребята, что бы вы хотели пожелать друг другу? (дети желают друг другу добра, дружбы и т.п.)

Ну, вот все желания цветика мы выполнили, а теперь он дарит вам цветок со своей сказочной полянки (дети выбирают себе понравившийся цветок, изготовленный из карамели, путем связывания). Дети выходят из зал

## Партерная гимнастика

### 1) Комплекс упражнений сидя на полу:

1) Упражнения для развития и укрепления голеностопного сустава:

– сокращение и вытягивание стоп обеих ног с поворотами головы

И.П.: ноги в 6 позиции, руки на поясе, голова в положении face.

Музыкальное сопровождение: размер – 4/4, характер – умеренный, чёткий.

На «1» - стопы сокращаются, голова поворачивается к правому плечу, на «2»

- стопы вытягиваются в И.П., голова возвращается в положение face, на «3» -

стопы вновь сокращаются, голова поворачивается к левому плечу, на «4» -

стопы и голова возвращают в И.П.

Следить за максимальным вытягиванием и сокращением стоп, за подтянутым, прямым корпусом, втянутыми мышцами живота, правильным положением кистей рук на поясе (4 пальца вместе), прямой спиной.

– сокращение и вытягивание стоп по очереди с наклонами головы

ноги в 6 позиции, руки на поясе, голова в положении face.

Музыкальное сопровождение: размер – 4/4, характер – умеренный, чёткий.

На «1» - сокращается правая стопа, голова наклоняется к правому плечу,

левая нога в свою очередь находится в натянутой 6 позиции (натянутом

положении), на «2» - стопа вытягиваются в И.П., голова возвращается в

положение face, на «3» - левая стопа сокращается, голова наклоняется к

левому плечу, на «4» - стопа и голова возвращают в И.П.

Следить за максимальным вытягиванием и сокращением стоп, за подтянутым, прямым корпусом, втянутыми мышцами живота, правильным положением кистей рук на поясе (4 пальца вместе), прямой спиной.

Упражнение «Солнышко»; ноги в 6 позиции, руки на поясе, голова в

Положении face.

Музыкальное сопровождение: размер – 4/4, характер – медленный, чёткий.

На «1» - стопы максимально сокращаются, на «2» - в сокращённом положе-

нии стопы кладутся на пол, на «3» - стопы доходят до 1 выворотной позиции,

на «4» - в И.П.

Следить за натянутостью колен и стоп, выворотностью.

### 2) Упражнения для растягивания ахилового сухожилия:

Упражнение «Чемоданчик»; ноги натянутые, руки находятся в свободном положении, ладони лежат на полу.

Музыкальное сопровождение: размер – 4/4, характер – плавный, мелодичный.

На «1» - руки поднимаются вверх, на «2» - корпус вместе с руками опуска-

ются на ноги. На «3, 4» лежим. В этом положении находимся 4 такта 4/4. Не-

допустимо расслабление мышц, поднятие корпуса возможно только углубле-

ние.

Следить за сомкнутыми между собой ногами, за тем, чтобы первоначально ложился живот, затем грудная клетка, затем голова.

### **3) Упражнения для развития паховой выворотности:**

«Бабочка»; ноги согнуты в коленях, стопы соединены.

Музыкальное сопровождение: размер – 4/4, характер – плавный, мелодичный.

На «1» - руки поднимаются вверх, на «2» - корпус вместе с руками опускаются между ног – на стопы. На «3, 4» лежим. В этом положении находимся 4 такта 4/4. Не допустимо расслабление мышц, поднятие корпуса возможно только углубление.

Следить за тем, чтобы первоначально ложились колени (на пол), затем ложился живот, затем грудная клетка, затем голова.

Упражнение «Гармошка»; ноги натянуты, корпус прямой, руки находятся в свободном положении немного позади спины, ладонями в пол

Музыкальное сопровождение: размер – 4/4, характер – чёткий.

На «1» - правая нога, сгибаясь в колене, ведётся по полу и ставится на носок, на «2» - нога кладётся на пол, как можно плотнее, на «3» - нога возвращается в вертикальное положение, на «4» - п.н. возвращается в И.П.

Аналогично выполняется движение левой ногой.

Следить за прямой спиной и за бёдрами.

### **II) Комплекс упражнений лёжа на спине:**

1) Упражнения на пресс: – поднятие ног; ноги натянутые, поясница лежит на полу, руки вдоль корпуса.

Музыкальное сопровождение: размер – 4/4, характер – плавный, мелодичный, темп – умеренный.

На 1-ый такт 4/4 – правая нога отрывается от пола и поднимается как можно выше, на 2-ой такт 4/4 – нога сохраняет положение, усиливая амплитуду, на 3-ий такт 4/4 – нога медленно опускается в И.П., на 4-ый такт 4/4 – пауза в И.П.

Аналогично движение повторяет левая нога, затем это же движение выполняют обе ноги одновременно.

Следить за натянутостью стоп, колен, как рабочей ноги, так и опорной, за ровностью спины. Помощь руками не желательна.

– «Велосипед»; ноги на 90 градусов, стопы сокращены, руки вдоль корпуса.

Музыкальное сопровождение: размер – 2/4 или 4/4, характер – чёткий, темп – быстрый.

Ноги поочередно сгибаются в коленях, описывая, круг в воздухе.

2) Упражнения для пресса и укрепления мышц поясничного отдела позвоночника – «Берёзка»; ноги лежат на полу, стопы натянуты, руки вдоль корпуса.

Музыкальное сопровождение: размер – 4/4, темп – умеренный.

На «1, 2» натянутые ноги поднимаются на 90 градусов, на «3,4» - носки стремятся ввысь, при этом таз отрывается от пола, и так же стремится ввысь. Должна образоваться прямая линия, начиная от стоп ног заканчивая лопатками. Держаться в таком положении 4 такта 4/4, на «1,2» - таз опускается на пол, на «3,4» - ноги опускаются на пол в И.П.

### **III) Комплекс упражнений лёжа на животе:**

1) Упражнения для развития гибкости—«Окошечко» ноги натянуты, пятки вместе, руки вдоль корпуса.

Музыкальное сопровождение: размер – 4/4, характер – чёткий.

На «1» - руки сгибаются в локтях и ставятся возле грудной клетки, на «2» - руки открываются в 1 классическую позицию, на «3» - руки раскрываются в стороны (открываются во 2 классическую позицию), на «4» - плечевой пояс поднимается как можно выше. В этом положении находимся 2 такта 4/4. Затем возвращаемся в исходное положение.

– «Змейка»; ноги натянуты, пятки вместе, руки вдоль корпуса.

Музыкальное сопровождение: размер – 2/4, характер – чёткий.

На «1,2» - руки сгибаются в локтях и ставятся возле грудной клетки, на «3,4» - плечевой пояс подаётся назад. В этом положении находимся 4 такта 2/4, затем возвращаемся в И.П.

Следить за неотрывностью бедер во время исполнения перегиба плечевого пояса.

– «Лягушка»; ноги натянуты, пятки вместе, руки вдоль корпуса.

Музыкальное сопровождение: размер – 4/4, характер – чёткий.

На «1» - руки сгибаются в локтях и ставятся возле грудной клетки, на «2» - плечевой пояс подаётся назад, на «3» - ноги сгибаются в коленях, пальцы ног стремятся достать до затылка, на «4» - пауза. В этом положении находимся 2 такта 4/4, затем возвращаемся в И.П.

Следить за неотрывностью бедер во время исполнения перегиба плечевого пояса.

– «Самолётик»; ноги в натянутом положении, пятки вместе, руки лежат под подбородком.

Музыкальное сопровождение: размер – 2/4, характер – чёткий.

На 1 такт 2/4 – руки выпрямляются и раскрываются по сторонам, при этом плечевой пояс также отрывается от пола, натянутые ноги поднимаются на 25 и выше градусов, на ширину больше ширины плеч. Находимся в таком положении 2 такта 2/4, на 4-ый такт отдыхаем в И.П.

– «Корзинка»; ноги в натянутом положении, пятки вместе, руки лежат под подбородком.

Кисти рук обхватывают голеностопные суставы обеих ног и вытягиваются вверх.

### **Рекомендации по использованию данного комплекса упражнений**

1. При работе с партерной гимнастикой обязательно учитывать возрастные особенности детей.

2. Время проведения партерной гимнастики – 7-10 минут.

3. Занятия проводятся в чистом проветриваемом помещении, дети занимаются на ковриках, одеты по возможности легко, без обуви (в носках).

4. Положительный эмоциональный фон, позитивное отношение к занятиям, улыбка, радость, делают занятия особенно эффективными.

6. Всякое движение можно и должно компенсироваться контр движением. Мышцы, находящиеся под напряжением, нужно регулярно укреплять путем растягивания и расслабления. Все упражнения основаны на чередовании напряжения и расслабления мышц.
7. Не следует выполнять несколько упражнений подряд на сходные группы мышц.
8. Позвоночник должен растягиваться в различных направлениях, чтобы не стать скованным.
9. Растягивание должно быть нерезким, без лишнего усилия, не приносящим беспокойства и неприятных ощущений. Движения легкие и медленные, контролируемые телом.
10. В одном занятии должны быть упражнения на все группы мышц.
11. Все упражнения выполняются под соответствующую четкую музыку.