

Муниципальное учреждение дополнительного образования
Центр детского творчества «Ступеньки» ЯМР

Согласовано:
Методический совет
От «17» марта 2022г.
Протокол № 3

Утверждаю:
Директор МУДО ЦДТ «Ступеньки» ЯМР
Н.А. Михайлова /ФИО/

Приказ № 21 от «30» марта 2022г.
Принято на заседании педагогического
совета
Протокол № 3 от «29» марта 2022г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Художественной направленности**

«Ритмика и танец»

Возраст обучающихся: 5 - 7 лет
Срок реализации программы: 2 года

**Автор-составитель:
Якимович Оксана Васильевна,
педагог дополнительного образования**

р. п. Красные Ткачи
2022 год

1. Пояснительная записка

Танцевальное искусство является неотъемлемой стороной культуры и быта всех народов мира. Все праздники года сопровождались танцами. Танец позволяет создать всеобщую атмосферу, ритм общения и сам выступает как язык общения. Отличительным признаком танца является ритмическая основа. Способность к танцу – одно из важных свойств природы человека. Простые движения – это яркое проявление чувства: ребенок смеется и танцует от радости. Танец нужен людям, и в этом причина его тысячелетнего существования (это только по историческим данным, по мнению педагога, танец всегда был у человека).

Лексика и весь строй танца обусловлены природными условиями проживания народа. В процессе обучения происходит знакомство с особенностями традиций, быта и костюма. Эмоциональный фон, создаваемый музыкой и ритмом движений способствует воспитанию уважения к культуре других народов.

В танце отражается жизнь людей: их труд и мысли, настроения и чувства, умения и познания. Танец нужен как вид искусства, создающий красоту своеобразными выразительными средствами: пластическими и музыкальными, динамическими и ритмическими, зримыми и слышимыми. Этими средствами он служит человеку в жизни, помогает в труде и праздниках, в горе и радости.

Музыкально-пластические образы всегда эмоциональны, выразительны, увлекательны. Танец как один из наиболее массовых видов искусства занимает значительное место в эстетическом воспитании человека. Это одна из наиболее любимых и популярных форм отдыха. Все дети любят двигаться, играть, танцевать. Танец – это не только красивое движение, это еще и эстетическое воспитание: оно очень важно в столь «нежном» возрасте.

Дети дошкольного возраста любят подражать взрослым, а поскольку в настоящее время в телевизионных и печатных СМИ освещаются развлекательные программы, шоу, концерты, где очень красочно рекламируется искусство танца, в ЦДТ «Ступеньки» поступило достаточно много заявок от родителей на развитие танцевальных способностей их детей. Поэтому педагогом и была разработана данная программа «Ритмика и танец» для детей 5-7 лет.

Особенность данной программы и содержание каждого отдельного занятия заключается в том, что материал (разминка, игры, творческие задания) подобран в соответствии со временем года, праздниками года и даже по изменению погоды в данный день может меняться игровой материал, позволяя детям полнее прожить настроение и состояние природы, ощутить себя частью природы и мира.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика и танец» является пропедевтическим уровнем ДООП «Ритм». Программа рассчитана на 2 года обучения для детей с 5 до 7 лет, в том числе и детей с ОВЗ (при наличии справки о состоянии здоровья от врача)

дифференцированно к индивидуальным способностям воспитанников и осуществляется по 2 ступеням:

1 ступень – 5-6 лет,

2 ступень – 6-7 лет,

Система занятий: 2 занятия в неделю по 2 часа, 144 часа в год (1 час = 30 мин).

Внутри 1 года деление на модули условное (в связи с применением персонафицированного финансирования).

Далее дети направляются в танцевальный коллектив «Ритм» (начальный уровень).

Цель: обучить детей простейшим хореографическим навыкам посредством приобщения к искусству танца.

Задачи:

1. Способствовать эстетическому обогащению личности через красоту танцевальных движений,
2. Укреплять здоровье детей через двигательную активность,
3. Знакомить с танцами различных национальностей, их взаимосвязь с природной средой и культурными традициями народов;
4. Воспитывать культуру движения, координации, чувство ритма, музыкального слуха, эмоционального исполнения.

Решение задач, выдвинутых программой, учитывает психологию детей дошкольного возраста: особенностей познавательных процессов, а также физических способностей.

В основу занятия ритмики на начальном этапе обучения должно быть положено игровое начало. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха, а о том, чтобы пронизать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом.

На занятии используется важный принцип работы с детьми – использование минимума танцевальных элементов при максимуме их сочетаний. Длительное изучение и проработка небольшого количества движений дает возможность качественного их усвоения, что послужит фундаментом дальнейшего обучения. Большое количество комбинаций из этих элементов создаст впечатление новизны и активизирует мыслительный процесс, а также дает простор фантазии ребенка.

Оценка работы происходит на зачетном занятии, либо на открытом занятии. Оценивается исполнение вариаций, танцев, концертных постановок, как правило, в конце каждого полугодия. Положительным результатом освоения программы является выступление учащихся в концертных программах образовательного учреждения, а так же возможность участия детского коллектива в конкурсах данной направленности.

Ожидаемые результаты:

Иметь представление о:

Навыках правильного движения в танцах
Ритмическом строении музыки, ее размеров, частей и фраз.

2. Учебно-тематический план

№	Предмет (раздел)	Количество часов (I ступень)			Количество часов (II ступень)		
		Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	Всего.
1	1. Ритмика и музыкальная грамота	20	60	80	10	70	80
2	Разминка	10	28	38	10	16	26
3	Танец	6	20	26	8	20	38
	Итого:			144			144

3.Содержание программы

1. Ритмика и музыкальная грамота (теория и практика).

2.Разминка (ориентация в пространстве, рисунки, упражнения-разминки для всех частей тела (как в аэробике), постановка корпуса, элементы классического тренажа, партерная гимнастика, прыжки, *roult de bras*).

3.Танец (танцевальные шаги, вариации, фигуры, танцы, постановочные номера).

Раздел I «Ритмика и музыкальная грамота» включает в себя упражнения и музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки. А также движения под музыку. Цель ритмики – активизация музыкального восприятия детей через движение, воспитание навыка осознанного отношения к музыке, развитие музыкальных и творческих способностей детей.

Дети учатся эмоционально переживать музыку. Чувства, настроения, вызванные музыкой, придают движениям эмоциональную окраску, выразительность.

Раздел II «Разминка» включает в себя упражнения на координацию (различение правой и левой ноги/руки, поворотов вправо, влево, согласованное действие различных частей тела), на ориентацию в пространстве (движение в различных направлениях – вперед, назад, вправо, влево, по линии танца (ЛТ), против ЛТ, соблюдение интервалов, построения различных рисунков – от простых к сложным, соблюдение центра, различные положения в паре). Сюда входят упражнения, помогающие сформировать красивую осанку, правильную постановку корпуса, головы, рук, ног, развивающие у ребят их физические данные, исправляющие недостатки. Это движения классического танца по свободным позициям на середине, движения народного и бального танцев, различные *roult de bras* (упражнения для рук, прыжки по 6-й позиции, на координацию, с ноги на ногу, подскоки, различный бег, несложные упражнения из аэробики, гимнастики для укрепления, развития эластичности связок и мышц (доступные детям 5-7 лет). Особенно в этой части занятий необходимо контролировать физическую нагрузку, чередуя активные упражнения с успокаивающими дыханием, нельзя перегружать детей, особенно дошкольникам, т.к. это может привести к чрезмерным психо-эмоциональным и сердечно-сосудистым перегрузкам.

Раздел III «Танцы». В этот раздел включены композиции, составленные автором. Используются образы и сюжеты, близкие детям, яркая, запоминающаяся музыка. Изучение танцев разных народов способствует приобщению детей к общечеловеческим и национальным ценностям культуры.

А) I ступень

Задачи:

- Учить правильной осанке при исполнении любых упражнений;
- Учить умению начать и закончить движения вместе с началом и концом музыкальной фразы;
- Воспитывать у детей отзывчивость на музыку разного характера (плясовую, колыбельную, марш), желание слушать;
- Развивать согласованность движений с музыкой (громко, тихо), выполнять образные движения (идет медведь, крадется кошка...);
- Учить детей двигаться в соответствии с характером музыки в умеренном и быстром темпе, двигаться свободно, выразительно;
- Воспитывать у детей любовь к музыке, танцу, побуждать желание слушать ее, обогащать музыкальные впечатления,
- Развивать творческие способности, координацию;
- Воспитывать чувство взаимоуважения между девочками и мальчиками, манеру поведения и общения.

Содержание.

Ритмика и музыкальная грамота.

Теория.

- понятие о музыкальных жанрах (марш, песня, танец);
- понятие о темпе (медленный, умеренный, быстрый);
- понятие о характере музыки (плавная – отрывистая. Грустная – веселая, громкая – тихая, гордая, торжественная- легкая, светлая);
- акцент (сильная, слабая доли, музыкальный размер 2/4, 3/4, 4/4;
- понятие о такте, длительности;
- динамические оттенки (громко, умеренно, тихо);
- строение музыкального произведения (вступление, фразы, части).

Практические занятия (прослушивание и анализ музыки):

- определение характера, жанра;
- определение темпа;
- движение в характере и темпе мелодии («музыка-командир»);
- определение музыкального размера 2/4, 3/4, 4/4, дирижирование;
- отсчет тактов;
- выделение частей, фраз в произведении;
- изменение движения с изменением фраз, частей музыкального произведения;
- определение длительностей: целая, половина, четверть, восьмая;
- выделение длительностей и ритмических рисунков хлопками (или ударами друг о друга указательных пальцев);
- исполнение движений с учетом динамических оттенков мелодии.

Освоение теоретического и практического материала проходит в игровой форме.

Разминка.

- постановка корпуса, как в классическом танце («Елочка», «Принц – принцесса»);
- движения головы (поворот вправо, влево, наклоны направо, налево, вперед, назад, смещение вперед, назад, круговые движения головой);
- упражнения для глаз (закрывать – открыть легко, зажмуриться – широко раскрыть глаза);
- мимика лица («маски» – смешинки, сердинки, грустинки, дразнилки и т.д.);
- движения плеч (вверх – вниз, вперед – назад, круговые вперед – назад);
- движения рук (знакомство с названием пальцев рук, сжатие и разжимание кулака, движение кисти вперед, назад по кругу, вниз – вверх, сгибание в запястье, сгибание руки в локте, круговые движения от локтя вперед – назад, от плеча всей рукой вперед – назад, рывки руками, натяжение и расслабление рук – «деревянные», «тряпичные руки», различные положения рук вверх – вниз, в стороны);
- позиции рук: подготовительная I, II, III позиции, руки за юбочку, руки на талию;
- движения корпуса: наклоны корпуса вперед – назад, в стороны, круговые движения корпусом;
- равновесие на одной ноге – «чертик», «журавлик»;
- подготовка к прыжкам – «пружинка» *demi plie* и *releve*, полуприседание и подъем на полупальцы (п/п) по VI позиции;
- свободные позиции ног, II, III, IV, VI позиции;
- различные шаги: бытовой, танцевальный (сноска), шаг на полупальцах, легкий бег, подскоки, боковой галоп;
- прыжки по VI позиции («мячик», «маятник» – из стороны в сторону с продвижением вперед – назад, с поворотом 90°, 180°, сочетание разных прыжков + разминка с поджатыми ногами);
- упражнения на ориентировку в зале (различать правую и левую руки, правую и левую ноги, повороты вправо и влево, движения по линии танца и обратно, по диагонали);
- построение рисунков (колонна по одному, 2, 3, 4 колонны, шеренга, 2, 3, 4 шеренги, круг, концентрические круги, несколько кругов, сужение и расширение круга, стайки, свободное размещение в зале, размещение парами по кругу – лицом по ЛТ, против ЛТ, один спиной, другой лицом к центру – лицом друг к другу), центр круга, соблюдение интервалов в любом построении, рисунке, «воротца», позы и положения в паре;
- понятие об ансамбле как о согласованном действии исполнителей; понятие об исполнительских средствах выразительности;
- поклон девочки, мальчика, умение пригласить на танец, отблагодарить в конце, проводить девочку, умение ее вести (знакомство с правилами танцевального этикета).

Танцы.

- Танец «Веселые лягушата», «Веснушки».
- Танцы к елке: «Зимнее настроение».
- Русская кадрили «Притоптыши».

По окончании I ступени дети должны знать и уметь:

- принимать исходное положение рук, ног, корпуса,
- начать и закончить движение вместе с началом и концом музыкальной фразы,
- менять движение соответственно музыке (тихо-громко),
- выполнять образные движения (идет медведь, крадется кошка), их характер (пингвин, лошадка),
- простейшие построения и перестроения (линейное, свободное, шахматный порядок, круг, цепочка),
- прохлопывание простейших ритмических рисунков,
- ходьба в разных темпах.

Б)II ступень.

Задачи:

- Продолжать обучать практическим навыкам движения, повышать исполнительское мастерство, координацию движений, чувство ритма, слуха, самостоятельность;
- Прививать навыки сценической культуры, выступать на концертах перед родителями;
- Продолжать работу по укреплению здоровья, совершенствовать основные виды движений, следить за осанкой;
- Воспитывать навыки культуры поведения;
- Повышать умственную и физическую работоспособность, предупреждать утомляемость;
- Развивать волевые качества, умение ограничивать свои желания, преодолевать трудности, выполнять установленные нормы поведения,
- Продолжать развивать способность эстетического восприятия действительности, умение чувствовать характер, настроение музыки и переносить его в движение.

Содержание

Ритмика и музыкальная грамота.

Теория:

- закрепляются знания, полученные на I ступени;
- длительность и ритмический рисунок (сочетание различных длительностей);
- понятие такт и затакт;

- понятие танцевального танца (полонез, вальс, полька, гавот, падеграс); специфичность метроритма различных танцевальных жанров (на примере вальса, польки);
- мелодия, аккомпанемент (вальс, полонез, полька);
- пунктирный ритм (пример полонеза).

Практические задания:

- определение характера, темпа музыки и движения в темпе и характере;
- определение музыкального размера новых музыкальных жанров, дирижирование $3/4$, $2/4$, $4/4$; определение на слух танцевального жанра, умение двигаться в его характере;
- прохлопывание длительности (целая, половинная, четверть, восьмая) и ритмического рисунка, определение характерного для мелодии ритмического рисунка (вальс, полька, полонез, падеграс);
- отсчет тактов, отмечать сильную долю хлопком, умение вступить из-за такта, дирижирование затакта;
- уметь выполнять движения с различной амплитудой в зависимости от характера и динамических оттенков музыки;
- умение анализировать форму музыкального произведения (части, фразы, их строение);
- умение выполнять движения в различных темпах, переходить из одного темпа в другой (ускоряя, замедляя или резко контрастно);
- умение двигаться в пунктирном ритме (польские танцы);

Разминка.

- Продолжается работа над постановкой корпуса, как в классическом танце, рук, ног, головы, позиции рук, упражнения для рук I, II, III, ног – свободные, закрепляются – повторяются;
- Повторяются упражнения для головы, плеч, рук, кистей, наклоны, повороты тела;
- упражнения для стопы (стопа должна быть гибкой, эластичной);
 - а) шаг танцевальный – с носка по ЛТ вперед, назад;
 - б) руки на талии – 6 позиция поз ног – п/п правой ноги (ПН), вытянуть подъем-стопа на носке, опускаем на п/п, и пятку в 6 позицию, с др. ноги – повторение;
 - в) перекал с п/п на пятки, перекал на внешнее и внутреннее ребро стопы: 1 нога, 2 ноги;
 - г) 6 позиция - *demi-plie* – оторвать от пола обе пятки, подъем на п/п, колени втянуть, опустить пятки на пол, обратное движение (по 1 своб. поз, по 2 прямой и свободной, по 3 поз);
- «чертик» – I свободная позиция – руки согнуты в локтях, Г колена ПН приподнимается до П локтя, Л обратно нога вернулась в I св. поз, с др. ноги;
- «журавлик» – 6 поз, руки в стороны Г ПК – согнуть в колене и руками бедро подтянуть к груди (руки обхватили ногу), опустить ногу в 6 поз, руки в стороны;

- бег - «лошадки» – высоко поднимая колени, легкий на п/п, «ножницы» – с выбросом ног вперед – стопа натянута, с захлестыванием голени;
- шаг на п/п, полуприседа, на внешнем и внутреннем ребре стопы, переменный;
- рисунки строить аккуратно, соблюдая центр и интервалы: круг, колонки, шеренги, переход из одного рисунка в другой: плетень, улитка, змейка;
- работа над ансамблем: согласованное движение в паре, 4-ке, 6-ке, 8-ке и т.д., синхронность вращений соло, в паре, одинаковая степень поворотов – 2-х, 3-х, 4-х пар и т.д.);
- положения рук в паре в различных танцах (падеграс, галоп, конькобежцы, в русском танце), освоение основных шагов танцев программы, вариаций, фигур;
- закрепление азов этикета – умение вести девочку в танце, поворачиваться в танце, поворачиваться в паре, исполнять поклон дамы и кавалера, подача руки, уважительное, внимательное, доброжелательное отношение друг к другу в паре, в ансамбле.

Танцы.

-Элементы русского танца (хоровод, пляска). Основные положения рук, обращение с платочком, поклон, притопы, перетопы, шаг с притопом, боковой шаг на всей ступне и полупальцах, перескоки на всю стопу, «ковырялочка» с тройным притопом; для мальчиков – выпад с правой и левой ноги по VI позиции, подготовка к присядке по I и VI позиции, «мячик» по I позиции, хлопки и хлопушки: в ладоши, по бедру.

-Танцы к елке: «Колокольчики».

-Летка-енька.

По окончании II ступени дети должны знать и уметь:

- двигаться в соответствии с характером музыки в умеренном и быстром темпе,
- выполнять движения по одному и в парах,
- двигаться свободно, выразительно,
- соблюдать правильную осанку при исполнении любых упражнений,
- позиции ног I, II, III, VI,
- комплекс разминочных упражнений.
- строиться в круг, сужать и расширять круг,
- перестраиваться в пары, кружиться в парах,
- перестроение «врассыпную» и обратно,
- ходьба на полупальцах, пятках, с подниманием бедра,
- бег легкий (с забрасыванием ног назад, с подниманием бедра «Лошадки»),
- прыжки с двух ног на две,
- подскоки по одному в паре,

- прямой галоп в паре,
- элементы русского танца,
- выставление ноги на пятку, носок. В сторону с присядом,
- прохлопывание ритмических рисунков руками, затем ногами,
- выступать на концертах перед родителями и детьми,
- музыкальные игры «Передача игрушки», «Кулачки и ладошки», «Учиться танцевать».

4.Обеспечение программы

4.1.Методическое обеспечение

Методы обучения:

Объяснительный. Способствует созданию прочной информационной базы для формирования умений и навыков. Учащиеся приобретают знания в готовом виде, которые излагает педагог. Они наблюдают и воспринимают учебный материал, не напрягая интеллектуальных сил;

Репродуктивный. Учащиеся сами воспроизводят известный им по опыту материал. Педагог может осуществить контроль за тем, как учащиеся усваивают знания, овладевают умениями и навыками. С помощью разнообразных заданий педагог предлагает воспроизвести разученные ранее танцевальные движения. Показать умения и навыки. Этот метод применяется в вариантах:

- 1) Воспроизведение танцевального материала в наглядно-образной форме.
- 2) Воспроизведение танцевального материала в форме устного изложения.
- 3) Воспроизведение танцевального материала в форме исполнения танцевальной композиции целиком или фрагмента.

Проблемный. Педагог выдвигает перед учащимися познавательную проблему и сам показывает путь ее решения;

Частично-поисковый, исследовательский. Педагог ставит проблемную ситуацию и предлагает решить ее самостоятельно. Эти методы способствуют более глубокому усвоению танцевального материала.

Приемы обучения

Показ.

Практика преподавания выделяет три условия танцевального показа:

Показ танцевального материала. Выделение из совокупности многих танцевальных элементов какого-либо определенного элемента и сосредоточение внимания на его восприятии.

Анализ и синтез танцевального материала, при котором анализируются отдельные части движения, композиции и потом соединяются.

Комментирование – словесное сопровождение педагогом сведений об особенностях танцевального движения и музыкального произведения.

Инструктирование – словесные рекомендации, которые педагог дает учащемуся, как нужно исполнять элементы или композицию в целом. Может касаться правил поведения при общении в танце.

Корректирование. В процессе исполнения танцевальных движений педагог корректирует действия учащихся.

Танцевально-практическая деятельность:

- Упражнения – планомерное, повторное выполнение танцевальных движений, которые выполняют каждое – занятие.

Упражнения строятся с учетом постепенного перехода от простых движений к сложным. Бывают индивидуальные и групповые упражнения.

Формы обучения

Определяются целями и задачами, составом учащихся. Местом и временем занятий, характером и последовательностью учебно-воспитательной работы, способами педагогического руководства:

Специфика занятий по ритмике и танцу такова, что на каждом занятии присутствуют темы всех трех разделов в различной временной протяженности в зависимости от главной цели занятия.

4.2. Материально – техническое обеспечение.

Оборудование: хореографический станок, аккомпанемент, магнитофон, музыкальный центр, видеокамера, телевизор, видеоманитофон, фотоаппарат, зеркальная стена, коврики, форма, видеокассеты с записями других коллективов и собственных показов и репетиций, аудиокассеты.

Формы подведения итогов: открытые занятия, отчетные концерты танцевального объединения.

5.Формы аттестации и оценочные материалы

В результате прохождения детьми данного курса обучения можно сделать вероятностный вывод:

- о наличии у детей способностей к хореографическому творчеству;
- о развитии психических процессов (памяти, мышления, воображения, внимания);
- о развитии моторики рук, ног, головы.

Контрольно-измерительные материалы

Основным способом мониторинга является наблюдение педагога в течение всех занятий за действиями каждого ребенка. Результаты наблюдения фиксируются в таблице (см. приложение 1)

Оценка умений учащегося происходит на зачетном занятии, либо на открытом занятии.

6. Информационные источники

1. Бекина С.И. Музыка и движение. – М.: Просвещение. 1984.
2. Дени Ш., Люк Дасвиль. Все танцы. – Киев.: 1983.
3. Захаров Р. Сочинение танца. – М.: Просвещение. 1989.
4. Копорова Е. Ритмика. – М.: 1997.
5. Михайлова М.А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. – Ярославль.: 2000.
6. Образовательные программы для учреждений дополнительного образования./Под ред. Садырина. – Челябинск. 2002.
7. Пасотинская В. Волшебный мир танца. – М.: Просвещение. 1985.
8. Ритмика и танец: Программа Министерства культуры для хореографических отделений школ искусств. – М.: 1980.
9. Руднева С., Фиш Э. Ритмика: музыкальное движение. – М.: Просвещение. 1972.
10. Франко Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. – М.: просвещение. 1989.
11. Чистякова М.И. Психогимнастика. – М.: 1997.

Отслеживание выполнения технических элементов.

Ф.И. учащегося	элементы	критерии
1.	<ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (1-5), -разминочный комплекс, - элементы русского танца, -прохлопывание ритмических рисунков (руки, ноги), -выразительные движения, - импровизация, - направление сценической площадки, - перестроения с движениями, - гимнастические упражнения. 	
2.	<ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (1-5), -разминочный комплекс, - элементы русского танца, -прохлопывание ритмических рисунков (руки, ноги), -выразительные движения, - импровизация, - направление сценической площадки, - перестроения с движениями, - гимнастические упражнения. 	

Условные обозначения критериев:

* - отлично;

+ - хорошо;

- - удовлетворительно.

Календарно-учебный график занятий

1 и 2 ступеней по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Ритмика и танец».

№	Дата проведения	Тема занятия	Форма занятия	Количество часов	Форма контроля	Место проведения
1	сентябрь	Вводное занятие, знакомство, игра	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
2	сентябрь	Постановка корпуса, позиции рук, ног	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	4	Устная оценка товарищей по объединению	ЦДТ
3	сентябрь	Ритмика	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
4	сентябрь	Растяжки	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	4	Устная оценка товарищей по объединению	ЦДТ
5	октябрь	Понятие о равновесии, равновесие в любом положении	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная	2	Устная оценка педагога	ЦДТ

			часть (релаксация, поклон).			
6	октябрь	Движения с учетом динамических оттенков музыки	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
7	октябрь	Растяжки в игровой форме	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка товарищей по объединению	ЦДТ
8	октябрь	Ритмика	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
9	октябрь	Аэробика	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка товарищей по объединению	ЦДТ
10	октябрь	Двигаемся парами	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка товарищей по объединению	ЦДТ
11	октябрь	Растяжки у станка	Разминка, основная часть	2	Устная оценка	ЦДТ

			занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).		педагога	
12	октябрь	Растяжки	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка товарищей по объединению	ЦДТ
13	октябрь	Танцуем играя	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
14	ноябрь	Танец «Веселые лягушата»	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
15	ноябрь	Игровое занятие	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка товарищей по объединению	ЦДТ
16	ноябрь	Разводка экспозиции номера	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация,	2	Устная оценка педагога	ЦДТ

			поклон).			
17	ноябрь	Занятие на пластику	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
18	ноябрь	Разводка основной части разучиваемого танца	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
19	ноябрь	Ритмика	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка товарищей по объединению	ЦДТ
20	ноябрь	Растяжки, подвижные игры	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка товарищей по объединению	ЦДТ
21	ноябрь	Разводка разучиваемого номера полностью	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
22	декабрь	Растяжки	Разминка, основная часть занятия по теме, игра,	2	Устная оценка педагога	ЦДТ

			заклучительная часть (релаксация, поклон).			
23	декабрь	Ритмика, подвижные игры	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка товарищей по объединению	ЦДТ
24	декабрь	Отработка танца «Веселые лягушата»	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Зачет по элементам танца	ЦДТ
25	декабрь	Танец «Зимнее настроение»	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
26	декабрь	Повторение ранее изученных номеров	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
27	декабрь	Работа над проектом	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
28	декабрь	Основные	Разминка,	2	Устная	ЦДТ

		положения рук, ног разучиваемого танца	основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).		оценка педагога	
29	декабрь	Веселые старты	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка товарищей по объединению	ЦДТ
30	январь	Ритмика	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка товарищей по объединению	ЦДТ
31	январь	Гимнастика	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
32	январь	Основные ходы разучиваемого танца	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
33	январь	Основные ходы разучиваемого танца	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть	2	Устная оценка педагога	ЦДТ

			(релаксация, поклон).			
34	январь	Работа над проектом	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
35	январь	Ритмика	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка товарищей по объединению	ЦДТ
36	январь	Движения в разучиваемом танце	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
37	февраль	Основные движения рук в новом танце	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
38	февраль	Движения в разучиваемом танце	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
39	февраль	Работа в парах в разучиваемом	Разминка, основная часть занятия по	2	Устная оценка педагога	ЦДТ

		танце	теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).			
40	февраль	Репетиция	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
41	февраль	Концерт к 23 февраля	Концерт	2	Концерт	ЦДТ
42	февраль	Разводка экспозиции танца «Веснушки»	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
43	февраль	Работа над проектом	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
44	февраль	Репетиция	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
45	март	Репетиция в костюмах	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть	2	Устная оценка педагога	ЦДТ

			(релаксация, поклон).			
46	март	Концерт к 8 марта	Концерт	4	Концерт	ЦДТ
47	март	Гимнастика, прыжки	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка товарищей по объединению	ЦДТ
48	март	Растяжки в портере	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка товарищей по объединению	ЦДТ
49	март	Разучивание основной части танца «Веснушки»	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
50	март	Ритмика	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка товарищей по объединению	ЦДТ
51	март	Разучивание всего танца «Веснушки»	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ

52	март	Работа над проектом	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
53	апрель	Отработка танца «Веснушки»	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Зачет по элементам танца	ЦДТ
54	апрель	Растяжки	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка товарищей по объединению	ЦДТ
55	апрель	Детская конференция по проектной деятельности.	Конференция, устная оценка педагога по результатам занятия.	2	Конференция	ЦДТ
56	апрель	Отработка танца «Веснушки»	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
57	апрель	Ритмика	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка товарищей по объединению	ЦДТ

58	апрель	Растяжки	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка товарищей по объединению	ЦДТ
59	апрель	Совместная репетиция с другими группами	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
60	апрель	Ритмика	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
61	май	Повторение всех номеров	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
62	май	Отработка новых танцев	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
63	май	Повторение всех номеров	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная	2	Устная оценка педагога	ЦДТ

			часть (релаксация, поклон).			
64	май	Ритмика	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка товарищей по объединению	ЦДТ
65	май	Репетиция в костюмах	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка педагога	ЦДТ
66	май	Генеральная репетиция	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	4	Устная оценка педагога	ЦДТ
67	май	Отчетный праздник	Концерт	2	Концерт	ЦДТ
68	май	Итоговое занятие	Разминка, основная часть занятия по теме, игра, заключительная часть (релаксация, поклон).	2	Устная оценка товарищей по объединению	ЦДТ

Итого: 144 часа