

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Астраханской области
«Школа-интернат № 3 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

«ПРИНЯТО»

педагогическим советом

ГБОУ АО «Школа – интернат № 3
для обучающихся с ОВЗ»

Протокол № 1 от 29.08.2019 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБОУ АО

«Школа – интернат № 3
для обучающихся с ОВЗ»

И.В. Рябов

Приказ № _____ от «___» _____ 2019 г.



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

Возраст обучающихся – 7-14 лет

Срок реализации – 2 года

Автор-составитель: Волгина Ольга Павловна,
педагог дополнительного образования

Астрахань, 2019 год

Пояснительная записка

Танец – это искусство, которое средствами музыки, движениями и пантомимы передает настроение, чувства и позволяет рассказать целую историю. Искусство танца приносит радость, как исполнителю, так и зрителю. Танец выражает внутренний мир человека, его красота – это совершенство движений и линий человеческого тела, выразительность, легкость, сила, грация

Т.А. Барышникова

Эстетическое развитие слабослышащих детей – одна из важнейших задач, которую воплощают в жизнь чуткие и творческие люди, педагоги-хореографы. На занятиях слабослышащие дети с помощью специальных индивидуальных слуховых аппаратов учатся распознавать музыку, ритмично танцевать под музыкальное сопровождение и знакомятся с разными жанрами хореографии от классической до современной. Дети посещают театры, концертные залы, и тем самым расширяют границы познания, открывают для себя мир прекрасного в искусстве и жизни. Освоение танцевального искусства позволяет каждому слабослышащему обучающемуся ощутить независимость и уверенность в собственных силах, раскрыть в себе талант, несмотря ни на какие трудности, и приносит радость общения с другими людьми.

Учитывая требования современного дополнительного образования для детей с ограниченными возможностями здоровья, была создана образовательная программа по хореографии «Я танцую». Направленность программы «Я танцую» – художественная. По функциональному предназначению программа является досуговой, учебно-познавательной и общекультурной; по форме организации – групповой, для самостоятельных коллективов, общедоступной; срок реализации – два года.

Образовательная программа направлена на обучение слабослышащих обучающихся основам хореографического искусства, развитие общефизических, артистических, исполнительских способностей, а также воспитание высоких эстетических критериев, необходимых для достижения гармоничного социального, интеллектуального и нравственного развития индивида.

Актуальность данной программы состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям слабослышащих детей разных возрастов основные

направления танца и пластики, включающие: гимнастику, ритмику, классический, историко-бытовой, народно-сценический и современный танец.

Новизна программы состоит в том, что она направлена на синтез классической, народной, историко-бытовой и современной хореографии. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить слабослышащих обучающихся со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента слабослышащих детей, а также на развитие их сценической культуры.

Концептуальная идея программы состоит в целенаправленной работе по расширению возможностей творческой реализации слабослышащих детей, соответствующей их духовным и интеллектуальным потребностям посредством приобщения к миру хореографии: классический танец, историко-бытовой, народно-сценический, современный танец. Особенностью данной программы является совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку слабослышащих детей.

Цель программы: развитие природных задатков и творческого потенциала слабослышащего ребенка в процессе обучения искусству хореографии.

Задачи программы:

- формирование у обучающихся практических умений и навыков заданным направлениям хореографического искусства, подготовка обучающихся к применению полученных знаний в практической деятельности;

- формирование и совершенствование коммуникативного межличностного общения («исполнитель-педагог», «партнер-партнерша», «участник - ансамбль/коллектив»);

- развитие репродуктивного и продуктивного воображения, фантазии, творчества, наглядно-образного, ассоциативного мышления, самостоятельного художественного осмысления хореографического материала;

- выявление и развитие заложенных в воспитаннике способностей: музыкального слуха, памяти, чувства ритма, формирование умений говорить на языке танца через эмоции, жесты, пластику, мимику, умение двигаться грациозно.

Данная программа предназначена для обучающихся детей 7-14-летнего возраста. Отбор в коллектив по определенным критериям в хореографии не ведется, в целях оптимального выявления способностей слабослышащего ребенка в течение учебного процесса и появления возможности каждого проявить себя в хореографии. Срок реализации программы – 2 года. Рассчитана на две возрастные группы: 7-10 лет и 11-14 лет. В 1 год обучения занятия проводятся 3 раза в неделю по 1 академическому часу в первой возрастной категории, итого за год 108 часов. И 2 раза по 2,5 академических часа и 1 раз по 1 академическому часу во второй возрастной категории, итого за год 216 часов. В каждой возрастной категории по 2 группы. Итого в 1 год обучения 216 часов, во 2 – 432 часа. Всего на реализацию программы рассчитано 648 часов.

Формы организации учебных занятий:

- учебное занятие;
- занятие-игра;
- открытое занятие;
- класс-концерт;
- занятие-экскурсия;
- индивидуальная работа над номером;
- демонстрация видеоматериалов с комментариями и анализом;
- сбор-анализ занятий, мероприятия;
- репетиция.

Предполагаемые личностные, метапредметные и предметные результаты:

Личностными результатами являются:

- развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;
- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей.

У учащихся формируются умения:

- высказывать личностно-оценочные суждения о роли хореографии в жизни;
- решать творческие задачи, участвовать в художественных событиях школы;

- проявлять творческую инициативу в различных сферах художественно-творческой деятельности, в художественно-эстетической жизни класса, школы (музыкальные вечера, концерты).

Метапредметными результатами:

- являются способы деятельности, применяемые при решении проблем в реальных жизненных ситуациях;

- сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства;

- работа с разными источниками информации, стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию;

- умение участвовать в танцевальной жизни класса, школы, города и др. и продуктивно сотрудничать со сверстниками при решении различных творческих задач.

У учащихся формируются умения:

- наблюдать за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивать их;

- выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.);

- находить ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства;

- передавать свои впечатления в устной и письменной форме.

Предметными результатами являются:

- устойчивый интерес к хореографии, к художественным традициям своего народа, к различным видам музыкально-творческой деятельности, понимание значения танца в жизни человека;

- освоение танцевальных направлений как духовного опыта поколений;

- знание основных закономерностей хореографического искусства, умения и навыки в различных видах учебно-творческой деятельности.

У учащихся формируются умения:

- понимать роль хореографии в жизни человека; различать лирические, эпические, драматические образы в танце; определять по характерным признакам хореографических композиций к соответствующему танцевальному направлению и стилю- танец классический, народный, эстрадный, современный;

- эмоционально воспринимать и оценивать танец; размышлять о знакомых танцевальных постановочных работах; высказывать суждение об основной идее, о средствах и формах ее воплощения;

- понимать специфику хореографического языка, получать представление о средствах танцевальной выразительности;

- исполнять изученные танцевальные комбинации, участвовать в публичных выступлениях класса, школы.

Учебно-тематический план 1 года обучения

№	Наименование раздела	Всего	Теория	Практика	Виды и формы контроля
1.	Вводное занятие	1	1	-	Собеседование
2.	Азбука музыкального движения	15	6	9	Текущий контроль на каждом занятии, работа в форме опроса, в форме игры
3.	Элементы классического танца	15	5	10	Текущий контроль на каждом занятии, открытое занятие в конце каждой четверти
4.	Элементы народно-сценического танца	19	5	14	Контрольные занятия, открытое занятие в конце каждой четверти
5.	Репертуар	20	2	18	Итоговый контроль в конце каждой четверти в форме игры, концертов
6.	Музыкально-танцевальные игры	18	2	16	Текущий контроль на каждом занятии в форме игр
7.	Техника безопасности	1	1		Беседа
8.	Партерный экзерсис	19	3	16	Текущий контроль на каждом занятии
	ИТОГО	108	25	83	

Содержание программы

Вводное занятие. Задачи объединения. План работы. Знакомство с репертуаром. Знакомство с искусством хореографии.

Раздел 2. Азбука музыкального движения. Теория: мелодия и движение. Темп. Контрастная музыка. Музыкальный размер. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота - вправо, влево.

Практика: музыкально – пространственные упражнения. Маршировка на месте, вокруг себя, вправо, влево. Фигурная маршировка с перестроениями из колонны в

шеренгу и обратно, из одного круга в два. Ходьба: пружинящим шагом, на носочках, на пяточках. Танцевальные шаги в образах животных. Хлопки под ритм музыки.

Раздел 3. Элементы классического танца. Теория: специфика танцевального шага и бега. Тренировка суставно-мышечного аппарата ребенка: осанка, опора, выворотность, эластичность и крепость голеностопного и тазобедренного суставов. Позиции рук и ног. Экзерсис. Поклон.

Практика: экзерсис на середине зала (в форме игры):

1. Позиции ног (1, 2, 3,5);
2. Позиции рук (подготовительная, 1, 2, 3);
3. Релеве (подъем на носочки);
4. Деми плие (пружинка);
5. Крутки на месте (держим точку);
6. Пор де бра (движения рук);
7. Прыжки (соте по 6 позиции).

Раздел 4. Элементы народно-сценического танца. Теория: сюжеты и темы народных танцев. Особенности народных движений. Характерное положение рук в сольном и групповом танце-хороводе. Танцевальные шаги, позиции ног, прыжки.

Практика: русский танец: Позиции рук и ног. Танцевальные шаги: хороводный, дробный, приставной, притопы. Ковырялочка. Елочка. Гармошка. Шаг польки. Подскоки, подготовка к присядке /мальчики/. Припадания. Моталочка. Хлопки в ладоши. Прыжки. Диагональ: «мячики», «гусята», «лягушата», «солдатики», «танцевальный шаг», «шаг польки», подскоки.

Раздел 5. Репертуар. Танцы: «Полька», «Цветочная фантазия», «Вальс», «Едем на дискотеку», «Эстрадный», «Зимний танец», «Веселые пингвины», «Стюардессы».

Раздел 6. Музыкально-танцевальные игры. Теория: игры, правила игр. Значение игр в развитии, воспитании ребенка. Практика: «День и ночь», «Море волнуется», «Кто скорей?», «Мальчики и девочки», «Платочек», «Отгадай, чей голос?», «Раз, два - острова», «Стали прямо».

Раздел 7. Техника безопасности. Теория: правила поведения на занятии. Гигиенические требования. Требования к форме занимающихся. Т.Б. на дорогах и

общественных местах. Правила антитеррористической и противопожарной безопасности.

Раздел 8. Партерный экзерсис. Теория: координация движения, выворотность ног. Развитие гибкости. Практика: комплекс упражнения для развития тела.

Требования к концу 1-го учебного года

- к концу учебного года ученик должен знать следующие движения: боковой шаг с притопом, ковырялочку, елочку, гармошку, исполнить 1 народно-сценический танец. Знать азбуку музыкального движения. В классическом танце знать позиции рук и ног. Знать правила постановки корпуса в танце;

- уметь правильно исполнять поклон. Уметь вовремя начать движения и закончить его с концом музыкального движения. Уметь изобразить в танцевальном шаге повадки кошки, лисы, зайца, медведя.

В конце года дети должны знать и исполнить «Польку», хоровод, построенные на простейших элементах народно-сценического танца.

Учебно-тематический план 2-го года обучения

№	Наименование раздела	Всего	Теория	Практика	Формы и виды контроля
1.	Вводное занятие	1	1		Собеседование
2.	Азбука музыкального движения	5	1	4	Текущий контроль на каждом занятии, работа в форме опроса, в форме игры
3.	Элементы классического танца	25	2	23	Текущий контроль на каждом занятии, итоговое занятие в конце каждой четверти
4.	Элементы народно-сценического танца	30	2	28	Контрольные занятия, открытое занятие в конце каждой четверти
5.	Элементы эстрадного танца	45	3	42	Контрольные занятия, открытое занятие в конце каждой четверти
6.	Партерный экзерсис	30	3	27	Текущий контроль на каждом занятии
7.	Репертуар	79	10	69	Итоговый контроль в конце каждой четверти в форме

					игры, концертов
8.	Техника безопасности	1	1		Беседа
	Итого:	216	23	193	

Содержание программы

Вводное занятие. Задачи объединения. План работы. Знакомство с репертуаром.

Раздел 2. Азбука музыкального движения. Теория: динамические оттенки в музыке. Особенности музыки.

Практика: упражнения на развитие музыкальности (классика, народный и историко-бытовой танец).

Раздел 3. Элементы классического танца. Теория: правила движений. Логика и техника. Движения - связки (па де буре). Закономерности координации рук, головы (пор де бра) и корпуса. Практика: экзерсис на середине зала:

- Позиции рук и ног;
- Деми плие;
- Пор де бра;
- Прыжки: «Соте», «Эшапе», «Шажман де пье».

Раздел 4. Элементы народно-сценического танца. Теория: основные технические навыки. Характер женских танцев. Дробные движения русского танца. Открытые и закрытые, свободные позиции ног.

Практика: упражнения на середине зала: Русский танец. Движения рук. Хороводный шаг. Дробный шаг. Академический и переменные шаги. «Ковырялочка», «Гармошка», «Елочка», притопы, «Веревочка» (с различными композициями), дробы. Вращение по диагонали («крутки»).

Раздел 5. Элементы эстрадного танца. Теория: координация движения рук, корпуса, ног и головы от простых к более сложным. Характерные черты пластики. Практика: ритмические движения головой, руками, корпусом. Прыжки под ритм музыки. Пластические упражнения в стиле латиноамериканской музыки.

Раздел 6. Партерный экзерсис. Теория: координация движения, выворотность ног. Развитие гибкости. Практика: комплекс упражнения для развития тела.

Раздел 7. Репертуар. Танцы. «Эстрадный», «Я танцую», «Танцуй добро», «Шагом марш», «Рок-н-ролл», «Вальс», «Валенки».

Раздел 8. Техника безопасности. Теория: правила поведения на занятии. Гигиенические требования. Требования к форме занимающихся. Т.Б. на дорогах и общественных местах. Правила антитеррористической и противопожарной безопасности.

Требования к концу 2-го учебного года:

- к концу учебного года учащиеся должны знать движения: боковой шаг, шаг с притопом, ковырялочку, моталочку;
- знать позиции рук и ног в классическом танце;
- знать правила постановки корпуса;
- учащиеся должны уметь исполнить минимум элементов классического танца, пор де бра;
- уметь исполнять марш, хлопки под ритм музыкального сопровождения;
- в народном танце уметь исполнять комбинацию, построенную на ковырялочке, елочке, приставном шаге, гармошке;
- уметь исполнить правильно прыжок по VI позиции ног;
- уметь исполнить «Польку», хоровод, эстрадный танец на простейших элементах.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ.

Условия реализации программы

Для реализации данной программы необходимы:

- оборудованный балетными станками и зеркалами просторный класс со специальным покрытием пола (паркет, линолеум);
- раздевалка для обучающихся;
- наличие специальной танцевальной формы;
- наличие музыкального инструмента в классе (фортепиано);
- музыкальный материал для проведения занятий;
- наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем;

- наличие музыкальной фонотеки;
- наличие танцевальных костюмов.
- наглядные пособия и методические разработки, специальная литература.

Методические рекомендации по реализации программы.

Раздел 1. Азбука музыкального движения предполагает приобретение слухового и двигательного опыта музыкального восприятия. Задача заключается в том, чтобы научить детей ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, освоить простейшие ритмические рисунки хлопками и притопами, воспитывать образное восприятие музыкального произведения. Музыкально-ритмическая деятельность включает в себя различные упражнения, этюды, танцы в игровой форме.

Раздел 2. Классический танец. Танцевальные особенности детей следует развивать в равной степени, работая над движениями рук, ног, головы, корпуса. Классический экзерсис способствует технической разработке каждого движения в отдельности, а затем и в их соединении. Здесь закладывается основное развитие мускулов, эластичности связок. Обязательно надо следить за тем, чтобы дети не делали ничего машинально, а следили за музыкой и точностью отработки, а затем и исполнения конкретного движения. Экзерсис является основой первоначальных движений танца. Техническое мастерство исполнения достигается систематическим повторением одного движения значительное число раз. Классический танец способствует развитию устойчивости корпуса-стержня, т.е. умению держать мышцы спины.

Раздел 3. Народно-сценический танец. Нет необходимости говорить о степени важности изучения русского народного танца. Его развитие тесно связано со всей историей народа, с его бытом и обычаями. Русский танец удивительно богат своими красками, большим разнообразием движений, композиционных построений, форм (хороводы, кадрили, переплясы и пляски), сюжетов (лирические, игровые, веселые и удалые). В танцах можно встретить как простые, так и очень сложные движения, с

ярко выраженным гротесковым характером. Русский танец может быть представлен достаточно широко, и поэтому его освоение предлагается в течение всего срока обучения.

Раздел 4. Эстрадный танец. Этот раздел включает в себя комплексные музыкально- ритмические упражнения, призванные совершенствовать пластику тела. При исполнении упражнений для определенных групп мышц все другие части тела остаются статичными. Упражнения следует выстраивать так, чтобы физическая нагрузка постепенно возрастала: от легких движений переходить к более трудным, от простых, известных – к сложным по координации композициям. В этом разделе изучаются и элементы бального танца с целью обогащения танцевальной лексики. Освоение бального танца, как и другого вида хореографии, связано с определенной тренировкой тела. Поэтому обучение предполагает специальные тренировочные упражнения, построенные на основных положениях, позициях и элементах бального танца. Тренаж должен подготавливать учеников к усвоению танцевального репертуара. Кроме того, возможно введение в учебный репертуар лучших историко- бытовых танцев разных эпох.

Раздел 5. Партерный экзерсис включен в методическое пособие 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 позволяют:

- приобрести навыки вытянутого носка, ровного и подтянутого корпуса, дадут первоначальное представление о работе мышц ног, рук, шеи, спины и т.д.;

- начать работу по исправлению некоторых недостатков в осанке, а именно, асимметрии лопаток, увеличение прогиба в поясничном отделе позвоночника;

-развитие 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 выполнении упражнений, а далее – в танце.

Раздел 6. Репетиционно-постановочная работа. Определяет творческое и исполнительское лицо танцевального коллектива. Выбору постановки танцевального номера придается соответствующее значение (идейное направление, художественно-ценное и т.д.). Исполнительский репертуар подбирается с учетом его воспитывающего и обучающего воздействия на личность участников танцевального коллектива. Каждая постановочная работа в процессе ее развития и конечном результате должна ориентироваться на формирование художественных взглядов и представлений участников. Важнейшей задачей в процессе постановочной работы является воспитание у воспитанников творческой дисциплины и сознательности, без чего невозможно добиться каких-либо успехов. Педагог должен уметь просто, доступно объяснить участникам свои требования, научить видеть перспективу. Танцевальные движения, их характер, рисунок танца, эмоциональная насыщенность должны логично сочетаться с музыкальным сопровождением. Все движения должны быть осмысленны, танцующие должны понимать и раскрывать общий замысел постановки.

Контрольные материалы для обучающихся 1-го года обучения.

Блок №1.

Вопрос №1: Музыкальный размер (м/р) -

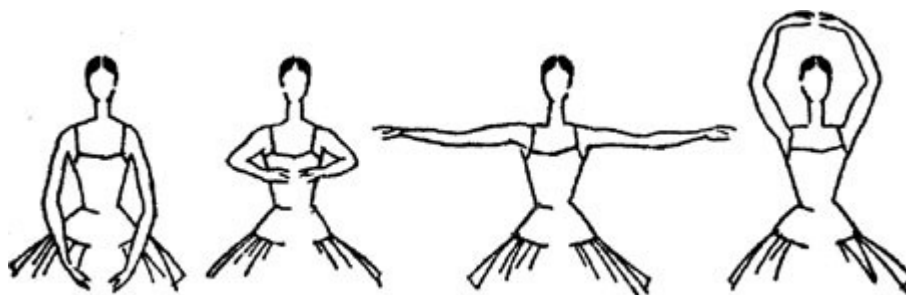
Варианты ответов:

А) Определяет количество долей в одном такте.

Б) Определяет длительность всей мелодии.

В) Определяет длительность одного музыкального такта.

Вопрос №2: Обведи подготовительную позицию рук.



Вопрос №3: Определи позицию ног: обе ступни, соприкасаются внутренними сторонами стоп?

Варианты ответов:

A) 1

B) 3

B) 5

Вопрос №4: Древнейшей формой народного танца в России является...

Варианты ответов:

А) танец-песня

Б) кадрили

В)хоровод

Вопрос №5: К какому танцу относятся эти движения – «ёлочка», «гармошка», «моталочка»?

Варианты ответов:

А) классический танец

Б) современный танец

В) народный танец

Блок №2 .

1) Дай определение «народный танец» -

_____.

3. Творческий блок

Чтобы научиться красиво и правильно танцевать необходимо
знать _____

_____.

Уметь _____

_____.

Контрольные материалы для обучающихся 2-го года обучения.

Блок №1.

Вопрос №1: Определи позицию ног: ступни, плотно прилегая, закрывают друг друга. Пятка одной ноги соприкасается с носком другой.

Варианты ответов:

А) 2

Б) 5

В) 3

Вопрос №2: Экзерсис на середине - это_____.

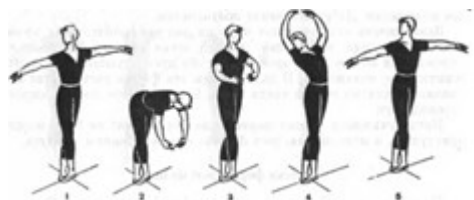
Варианты ответов:

А) Комплекс упражнений для расслабления.

Б) Комплекс тренировочных упражнений, способствующих развитию мышц, связок, воспитанию координации движений.

В) Комплекс танцевальных движений.

Вопрос №3: Укажите вид port de bras (пор де бра)



Варианты ответов:

А) 2

Б) 3

В) 1

Вопрос №4: Танец, который воспроизводит специфику национального самосознания?

Варианты ответов:

А) Классический балет

Б) Джаз-танец

В) Народный танец

Вопрос №5: К каким видам танца относятся эти движения – демп –плие, релеве, па-де-буре?

Список литературы для детей:

1. Барышникова Т. К. «Азбука хореографии». — М.: Айрис - пресс, 2000
2. Идом Х., Кэтрэк Н. «Хочу танцевать». — Машаон, 1998
3. Боброва Г. А. «Искусство грации». — Ленинград.: Изд-во «Детская литература», 1986
4. Методическое пособие: карточки, плакаты.
5. Смит Люси. «Танцы. Начальный курс». — М.: ООО «Издательство Астрель», 2001
6. Детский хореографический журнал «Студия Пяти – па».— М.: Рекламное агенство «Интермакс - ТК».

Список литературы для педагога:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014) «Об образовании в Российской Федерации» (29 декабря 2012 г.)
2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 03.04.2013 №27 «О введении в действие санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПин 2.4.4.1251-03»
3. Шипилина И.А. Хореография в спорте. – М.: Изд - во «Феникс», 2004
4. Афанасенко Е.Х., Ключеева С.А., Шишова К.Б., Коняшов А.И. «Детский музыкальный театр». – М.: Изд -во Учитель, 2009.
5. Ходоров Д. «Танцевальная терапия и глубинная психология. Движущее воображение». Перевод с английского. М.: Изд - во «Когито-центр», 2009
6. Холл Джим. «Уроки танцев. Лучшая методика обучения танцам». — М.: Изд - во «Астрель», 2009.
7. Володина О.В., Анисимова Т.Б. «Самоучитель клубных танцев». — М.: Изд - во «Феникс», 2005
8. Прокопов К. «Клубные танцы». — М.: Изд -во «Астрель», 2007
9. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду». - М.: Линка – Пресс, 2006

10. Козлов В.В., Гиршон А.Е., Веремеенко Н.И. «Интегративная танцевально-двигательная терапия». — М.: Изд - во «Речь», 2006
11. Андреева Ю.. «Танцетерапия». — М.: Изд - во «Диля», 2005
12. Гренлюнд Ю., Оганесян Н. «Танцевальная терапия. Теория, методика, практика». — СПб.: Изд - во «Речь», 2004
13. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать». Учебное пособие – М.: Владос, 2001
14. Интернет ресурсы.

**Календарно-тематическое планирование 1 год обучения
2019-2020 учебный год.
Группа 1 А**

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения
1	Вводное занятие. Задачи, цели кружка. План работы. Правила поведения на занятии. Гигиенические требования.	1	02.09.19
2	Занятие по технике безопасности. Правила поведения. Требования.	1	04.09.19
3	Музыкально-танцевальные игры: значение игр в развитии, воспитании. Игра «Отгадай, чей голос»	1	06.09.19
4	Элементы классического танца. Поклон. Специфика танцевального шага и бега.	3	09.09.19 11.09.19 13.09.19
5	Элементы классического танца. Тренировка суставно-мышечного аппарата детей. Позиции ног (1,2,3,5)	3	16.09.19 18.09.19 20.09.19
6	Азбука музыкального движения. Мелодия и движение. Маршировка на месте.	3	23.09.19 25.09.19 27.09.19
7	Азбука музыкального движения: правила перестроений. Круг, 2 круга, колонна, шеренга, звездочка.	3	30.09.19 02.10.19 04.10.19
8	Партерный экзерсис: упражнения на развитие координации движения.	3	07.10.19 09.10.19 11.10.19
9	Музыкально-танцевальные игры. Игра «Море волнуется»	1	14.10.19
10	Репертуар. Танец «Полька»: прослушивание музыки, обсуждение, разучивание танцевальных движений.	2	16.10.19 18.10.19
11	Азбука музыкального движения: направления вправо, влево, вперед, назад, вокруг себя.	3	21.10.19 23.10.19

			25.10.19
12	Элементы классического танца: позиции рук (подготовительная, 1,2,3)	3	28.10.19 30.10.19 01.11.19
13	Партерный экзерсис: комплекс упражнений для развития тела.	2	06.11.19 09.11.19
14	Музыкально-танцевальные игры. Игра «Кто скорей»	1	11.11.19
15	Репертуар. Танец «Цветочная фантазия»: прослушивание, обсуждение, разучивание танцевальных движений.	5	13.11.19 15.11.19 18.11.19 20.11.19 22.11.19
16	Азбука музыкального движения. Танцевальные шаги в образах животных.	1	25.11.19
17	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений для развития гибкости.	2	27.11.19 29.11.19
18	Музыкально - танцевальные игры. Игра «Платочек»	1	02.12.19
19	Азбука музыкального движения. Хлопки в ритм музыки.	2	04.12.19 06.12.19
20	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений на развитие выворотности.	3	09.12.19 11.12.19 13.12.19
21	Репертуар. Танец «Зимний танец»: прослушивание. Обсуждение, разучивание движений.	3	16.12.19 18.12.19 20.12.19
22	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений для развития тела.	2	23.12.19 25.12.19
23	Музыкально-танцевальные игры. Игра «Раз, два-острова»	2	27.12.19 30.12.19
24	Народно-сценический танец. Сюжеты и темы народных танцев.	4	10.01.20 13.01.20 15.01.20 17.01.20
25	Музыкально-танцевальные игры. Игра «Море волнуется»	1	20.01.20
26	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений на развитие координации.	2	22.01.20 24.01.20
27	Азбука музыкального движения. Музыкальный размер 2/4.	3	27.01.20 29.01.20 31.01.20
28	Элементы классического танца. Тренировка суставно-мышечного аппарата: осанка, выворотность, опора.	3	03.02.20 05.02.20 07.02.20
29	Народно-сценический танец. Особенности народных движений. Танцевальные шаги, позиции ног, рук.	3	10.02.20 12.02.20 14.02.20
30	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений на развитие выворотности.	2	17.02.20 19.02.20
31	Элементы классического танца. Деми-плие, релеве.	3	21.02.20 26.02.20 28.02.20

33	Народно-сценический танец. Танцевальные шаги, притопы. Хлопки.	3	02.03.20 04.03.20 06.03.20
34	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений для развития тела.	1	11.03.20
35	Репертуар. Танец «Веселые пингвины»: прослушивание музыки, обсуждение, разучивание танцевальных движений.	3	13.03.20 16.03.20 18.03.20
36	Музыкально-танцевальные игры. Игра «Стали прямо».	3	20.03.20 23.03.20 25.03.20
37	Народно-сценический танец. «Ковырялочка», «Моталочка», «Гармошка», «Елочка».	3	27.03.20 30.03.20 01.04.20
38	Народно-сценический танец. Техника выполнения прыжков.	3	03.04.20 06.04.20 08.04.20
39	Музыкально-танцевальные игры. Игра «Стали прямо».	2	10.04.20 13.04.20
40	Репертуар. Танец «Стюардессы»: прослушивание музыки, обсуждение, разучивание танцевальных движений.	3	15.04.20 17.04.20 20.04.20
41	Народно-сценический танец. Припадание.	2	22.04.20 24.04.20
42	Музыкально-танцевальные игры. Игра «Раз, два-острова».	2	27.04.20 29.04.20
43	Музыкально-танцевальные игры. Игра «Мальчики и девочки».	2	06.05.20 08.05.20
44	Народно-сценический танец. Шаги по диагонали.	1	13.05.20
45	Музыкально-танцевальные игры. Игра «Раз, два-острова».	1	15.05.20
46	Репертуар. Танец «Вальс»: прослушивание музыки, обсуждение, разучивание танцевальных движений.	3	18.05.20 20.05.20 22.05.20
47	Репертуар. Танец «Цветочная фантазия»: прослушивание музыки, обсуждение, разучивание танцевальных движений.	3	25.05.20 27.05.20 29.05.20

**Календарно-тематическое планирование 1 год обучения
2019-2020 учебный год.
Группа 1 Б**

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения
1	Вводное занятие. Задачи, цели кружка. План работы. Правила поведения на занятии. Гигиенические требования.	1	03.09.19
2	Занятие по технике безопасности. Правила поведения. Требования.	1	05.09.19
3	Музыкально-танцевальные игры: значение игр в развитии,	1	06.09.19

	воспитании. Игра «Отгадай, чей голос»		
4	Элементы классического танца. Поклон. Специфика танцевального шага и бега.	3	10.09.19 12.09.19 13.09.19
5	Элементы классического танца. Тренировка суставно-мышечного аппарата детей. Позиции ног (1,2,3,5)	3	17.09.19 19.09.19 20.09.19
6	Азбука музыкального движения. Мелодия и движение. Маршировка на месте.	3	24.09.19 26.09.19 27.09.19
7	Азбука музыкального движения: правила перестроений. Круг, 2 круга, колонна, шеренга, звездочка.	3	01.10.19 03.10.19 04.10.19
8	Партерный экзерсис: упражнения на развитие координации движения.	3	08.10.19 10.10.19 11.10.19
9	Музыкально-танцевальные игры. Игра «Море волнуется»	1	15.10.19
10	Репертуар. Танец «Полька»: прослушивание музыки, обсуждение, разучивание танцевальных движений.	2	17.10.19 18.10.19
11	Азбука музыкального движения: направления вправо, влево, вперед, назад, вокруг себя.	3	22.10.19 24.10.19 25.10.19
12	Элементы классического танца: позиции рук (подготовительная, 1,2,3)	3	29.10.19 31.10.19 01.11.19
13	Партерный экзерсис: комплекс упражнений для развития тела.	2	05.11.19 07.11.19
14	Музыкально-танцевальные игры. Игра «Кто скорей»	1	08.11.19
15	Репертуар. Танец «Цветочная фантазия»: прослушивание, обсуждение, разучивание танцевальных движений.	5	12.11.19 14.11.19 15.11.19 19.11.19 21.11.19
16	Азбука музыкального движения. Танцевальные шаги в образах животных.	1	22.11.19
17	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений для развития гибкости.	2	26.11.19 28.11.19
18	Музыкально - танцевальные игры. Игра «Платочек»	1	29.11.19
19	Азбука музыкального движения. Хлопки в ритм музыки.	2	03.12.19 05.12.19
20	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений на развитие выворотности.	3	06.12.19 10.12.19 12.12.19
21	Репертуар. Танец «Зимний танец»: прослушивание. Обсуждение, разучивание движений.	3	13.12.19 17.12.19 19.12.19
22	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений для развития тела.	2	20.12.19 24.12.19
23	Музыкально-танцевальные игры. Игра «Раз, два-острова»	2	26.12.19 27.12.19
24	Народно-сценический танец. Сюжеты и темы народных танцев.	4	10.01.20

			14.01.20 16.01.20 17.01.20
25	Музыкально-танцевальные игры. Игра «Море волнуется»	1	21.01.20
26	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений на развитие координации.	2	23.01.20 24.01.20
27	Азбука музыкального движения. Музыкальный размер 2/4.	3	28.01.20 30.01.20 31.01.20
28	Элементы классического танца. Тренировка суставно-мышечного аппарата: осанка, выворотность, опора.	3	04.02.20 06.02.20 07.02.20
29	Народно-сценический танец. Особенности народных движений. Танцевальные шаги, позиции ног, рук.	3	11.02.20 13.02.20 14.02.20
30	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений на развитие выворотности.	2	18.02.20 20.02.20
31	Элементы классического танца. Деми-плие, релеве.	3	21.02.20 25.02.20 27.02.20
33	Народно-сценический танец. Танцевальные шаги, притопы. Хлопки.	3	28.02.20 03.03.20 05.03.20
34	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений для развития тела.	1	06.03.20
35	Репертуар. Танец «Веселые пингвины»: прослушивание музыки, обсуждение, разучивание танцевальных движений.	3	10.03.20 12.03.20 13.03.20
36	Музыкально-танцевальные игры. Игра «Стали прямо».	3	17.03.20 19.03.20 20.03.20
37	Народно-сценический танец. «Ковырялочка», «Моталочка», «Гармошка», «Елочка».	3	24.03.20 26.03.20 27.03.20
38	Народно-сценический танец. Техника выполнения прыжков.	3	31.03.20 02.04.20 03.04.20
39	Музыкально-танцевальные игры. Игра «Стали прямо».	2	07.04.20 09.04.20
40	Репертуар. Танец «Стюардессы»: прослушивание музыки, обсуждение, разучивание танцевальных движений.	3	10.04.20 14.04.20 16.04.20
41	Народно-сценический танец. Припадание.	2	17.04.20 21.04.20
42	Музыкально-танцевальные игры. Игра «Раз, два-острова».	2	23.04.20 24.04.20
43	Музыкально-танцевальные игры. Игра «Мальчики и девочки».	2	28.04.20 30.04.20
44	Народно-сценический танец. Шаги по диагонали.	1	05.05.20
45	Музыкально-танцевальные игры. Игра «Раз, два-острова».	1	07.05.20
46	Репертуар. Танец «Вальс»: прослушивание музыки, обсуждение, разучивание танцевальных движений.	3	08.05.20 12.05.20

			13.05.20
47	Репертуар. Танец «Цветочная фантазия»: прослушивание музыки, обсуждение, разучивание танцевальных движений.	3	15.05.20 19.05.20 21.05.20
48	Репертуар. Танец «Цветочная фантазия».	2	22.05.20 26.05.20
49	Музыкально-танцевальные игры. Игра «Раз, два-острова».	2	28.05.20 29.05.20

Календарно-тематическое планирование 2 год обучения.
2019-2020 учебный год.
Группа 2 А

№	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения
1	Вводное занятие. Задачи, цели кружка. План работы. Правила поведения на занятии. Гигиенические требования. Правила ТБ	2	02.09.19
2	Репертуар. Массовый танец «Танцуй добро»: прослушивание музыки, обсуждение, разучивание танцевальных движений.	9,5	04.09.19 06.09.19 09.09.19 11.09.19 13.09.19
3	Элементы классического танца. Экзерсис на середине зала.	6	16.09.19 18.09.19 20.09.19
4	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений для развития выворотности.	6	23.09.19 25.09.19 27.09.19
5	Элементы народно-сценического танца. Упражнения на середине зала.	6	30.09.19 02.10.19 04.10.19
6	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений для развития гибкости.	5	07.10.19 09.10.19
7	Элементы народно-сценического танца. Упражнения на середине зала.	1	11.10.19
8	Элементы эстрадного танца. Пластические упражнения.	5	14.10.19 16.10.19
9	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений для развития координации.	1	18.10.19
10	Элементы народно-сценического танца. Упражнения на середине зала.	6	21.10.19 23.10.19 25.10.19
11	Элементы эстрадного танца. Пластические упражнения.	6	28.10.19 30.10.19 01.11.19
12	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений для развития тела.	6	06.11.19 08.11.19

			11.11.19
13	Репертуар. Танец «Я танцую»: прослушивание музыки, обсуждение, разучивание танцевальных движений.	6	13.11.19 15.11.19 18.11.19
14	Репертуар. Танец «Я танцую»: разучивание танцевальных движений.	3,5	20.11.19 22.11.19
15	Элементы народно-сценического танца. Упражнения на середине зала.	6	25.11.19 27.11.19 29.11.19
16	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений для развития координации.	6	02.12.19 04.12.19 06.12.19
17	Репертуар. Подготовка к новогоднему карнавалу	18	09.12.19 11.12.19 13.11.19 16.12.19 18.12.19 20.12.19 23.12.19 25.12.19 27.12.19
18	Азбука музыкального движения	2,5	30.12.19
19	Элементы эстрадного танца. Пластические упражнения.	7	10.01.20 13.01.20 15.01.20 17.01.20
20	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений для развития гибкости.	6	20.01.20 22.01.20 24.01.20
21	Элементы эстрадного танца. Пластические упражнения.	6	27.01.20 29.01.20 31.01.20
22	Элементы народно-сценического танца. Упражнения на середине зала.	6	03.02.20 05.02.20 07.02.20
23	Репертуар. Танец «Валенки»: разучивание танцевальных движений.	6	10.02.20 12.02.20 14.02.20
24	Элементы эстрадного танца. Пластические упражнения.	6	17.02.20 19.02.20 21.02.20
25	Элементы народно-сценического танца. Упражнения на середине зала.	6	26.02.20 28.02.20 02.03.20
26	Элементы эстрадного танца. Пластические упражнения.	6	04.03.20 06.03.20 11.03.20
27	Элементы народно-сценического танца. Упражнения на середине зала.	1	13.03.20
28	Репертуар. Танец «Рок-н-ролл»: отработка техники.	6	16.03.20 18.03.20 20.03.20

29	Элементы эстрадного танца. Пластические упражнения.	6	23.03.20 25.03.20 27.03.20
30	Азбука музыкального движения	2,5	30.03.20
31	Элементы классического танца. Упражнения на середине зала.	12	01.04.20 03.04.20 06.04.20 08.04.20 10.04.20 13.04.20
32	Репертуар. Танец «Шагом марш»: прослушивание музыки, обсуждение, разучивание танцевальных движений.	6	15.04.20 17.04.20 20.04.20
33	Репертуар. Танец «Шагом марш»: разучивание танцевальных движений.	12	22.04.20 24.04.20 27.04.20 29.04.20 06.05.20 08.05.20
34	Репертуар. Танец «Школьный вальс»: разучивание танцевальных движений.	19,5	13.05.20 15.05.20 18.05.20 20.05.20 22.05.20 25.05.20 27.05.20 29.05.20

**Календарно-тематическое планирование 2 год обучения.
2019-2020 учебный год.
Группа 2 Б**

№	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения
1	Вводное занятие. Задачи, цели кружка. План работы. Правила поведения на занятии. Гигиенические требования. Правила ТБ	2	03.09.19
2	Репертуар. Массовый танец «Танцуй добро»: прослушивание музыки, обсуждение, разучивание танцевальных движений.	9,5	05.09.19 06.09.19 10.09.19 12.09.19 13.09.19
3	Элементы классического танца. Экзерсис на середине зала.	6	17.09.19 19.09.19 20.09.19
4	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений для развития выворотности.	6	24.09.19 26.09.19

			27.09.19
5	Элементы народно-сценического танца. Упражнения на середине зала.	6	01.10.19 03.10.19 04.10.19
6	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений для развития гибкости.	5	08.10.19 10.10.19
7	Элементы народно-сценического танца. Упражнения на середине зала.	1	11.10.19
8	Элементы эстрадного танца. Пластические упражнения.	5	15.10.19 17.10.19
9	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений для развития координации.	1	18.10.19
10	Элементы народно-сценического танца. Упражнения на середине зала.	6	22.10.19 24.10.19 25.10.19
11	Элементы эстрадного танца. Пластические упражнения.	6	29.10.19 31.10.19 01.11.19
12	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений для развития тела.	6	05.11.19 07.11.19 08.11.19
13	Репертуар. Танец «Я танцую»: прослушивание музыки, обсуждение, разучивание танцевальных движений.	6	12.11.19 14.11.19 15.11.19
14	Репертуар. Танец «Я танцую»: разучивание танцевальных движений.	5	19.11.19 21.11.19
15	Элементы народно-сценического танца. Упражнения на середине зала.	6	22.11.19 26.11.19 27.11.19
16	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений для развития координации.	6	29.11.19 03.12.19 04.12.19
17	Репертуар. Подготовка к новогоднему карнавалу	18	06.12.19 10.12.19 12.11.19 13.12.19 17.12.19 19.12.19 20.12.19 24.12.19 26.12.19
18	Азбука музыкального движения	2,5	27.12.19
19	Элементы эстрадного танца. Пластические упражнения.	7	10.01.20 14.01.20 16.01.20 17.01.20
20	Партерный экзерсис. Комплекс упражнений для развития гибкости.	6	21.01.20 23.01.20 24.01.20
21	Элементы эстрадного танца. Пластические упражнения.	6	28.01.20 30.01.20

			31.01.20
22	Элементы народно-сценического танца. Упражнения на середине зала.	6	04.02.20 06.02.20 07.02.20
23	Репертуар. Танец «Валенки»: разучивание танцевальных движений.	6	11.02.20 13.02.20 14.02.20
24	Элементы эстрадного танца. Пластические упражнения.	6	18.02.20 20.02.20 21.02.20
25	Элементы народно-сценического танца. Упражнения на середине зала.	6	25.02.20 27.02.20 28.02.20
26	Элементы эстрадного танца. Пластические упражнения.	6	03.03.20 05.03.20 06.03.20
27	Элементы народно-сценического танца. Упражнения на середине зала.	1	10.03.20
28	Репертуар. Танец «Рок-н-ролл»: отработка техники.	6	12.03.20 13.03.20 17.03.20
29	Элементы эстрадного танца. Пластические упражнения.	6	19.03.20 20.03.20 24.03.20
30	Азбука музыкального движения	2,5	26.03.20
31	Элементы классического танца. Упражнения на середине зала.	12	27.03.20 31.03.20 02.04.20 03.04.20 07.04.20 09.04.20
32	Репертуар. Танец «Шагом марш»: прослушивание музыки, обсуждение, разучивание танцевальных движений.	6	10.04.20 14.04.20 16.04.20
33	Репертуар. Танец «Шагом марш»: разучивание танцевальных движений.	12	17.04.20 21.04.20 23.04.20 24.04.20 28.04.20 30.04.20
34	Репертуар. Танец «Школьный вальс»: разучивание танцевальных движений.	26,5	05.05.20 07.05.20 08.05.20 12.05.20 14.05.20 15.05.20 19.05.20 21.05.20 22.05.20 26.05.20 28.05.20 29.05.20

