

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение средняя  
общеобразовательная школа № 29 города Липецка «Университетская»

Рассмотрена:  
на заседании  
педагогического совета  
протокол от \_29.08.2024 №1

Утверждена приказом  
Директора МАОУ СОШ  
№ 29 г. Липецка  
Приказ от 30.08.2024 № 479

**Дополнительная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«Солнечный город»**

Направленность:  
художественная  
Срок реализации: 3 года  
Возраст: 3-7 лет  
Составитель:  
Педагог-хореограф  
Киселева Маргарита Геннадьевна

г. Липецк, 2024

## СОДЕРЖАНИЕ

### Раздел 1.

Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка (*направленность, уровень, тип, актуальность, новизна, принципы, возраст и сроки реализации программы, форма обучения*)

1.2. Цель и задачи программы

1.3. Учебный план

1.4. Календарный учебный график

1.5. Содержание программы

1.6. Планируемые результаты

### Раздел 2.

Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Условия реализации (*материально-технические информационно-методические, кадровые*)

2.2. Формы и виды аттестации

3. Список литературы

4. Приложение. Рабочая программа «Солнечный город»

# РАЗДЕЛ 1

## КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

### 1.1. Пояснительная записка

*Направленность, новизна, актуальность, педагогическая целесообразность, форма обучения, возраст и сроки реализации дополнительной общеразвивающей программы.*

Дополнительная общеразвивающая программа МАОУ СОШ № 29 г. Липецка под названием «Солнечный город» (далее – Программа), отнесена к программам художественной направленности.

Возраст обучающихся – 3-7 лет

Форма обучения – очная.

Место реализации – детское объединение дополнительного образования МАОУ СОШ № 29 г. Липецка.

Сроки реализации Программы – 3 года.

- 3 года обучения – по 72 часа в год.

Программа дополнительного образования хореографического кружка «Солнечный город» разработана на базе МАОУ СОШ № 29 с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

В основу положена программа «Ритмическая мозаика», разработанная А.И. Бурениной, рекомендованная Министерством образования Российской Федерации в качестве программы воспитания, обучения и развития детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Программа разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

– Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее № 273-ФЗ);

– приказ Минпросвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Распоряжение Правительства РФ от 29.05 2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 2 «Об 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»;

– Устав МАОУ СОШ № 29 г. Липецка.

– Лицензия МАОУ СОШ № 29 г. Липецка на образовательную деятельность.

– Положение о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительных общеразвивающих программ МАОУ СОШ № 29 г. Липецка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Солнечный город» имеет художественную направленность и общекультурный уровень освоения.

### **Характеристика предмета изучения**

Обучение детей по программе, предполагающей изучение основ танцевальной культуры, умение красиво и пластично двигаться под различные танцевальные ритмы и темпы музыки, сопутствует физическому развитию и повышению уровня общего образования и культуры детей. Если образовательное учреждение может предоставить своим воспитанникам возможность приобщения к прекрасному миру танца, то детство, обогащённое соприкосновением с этим светлым и радостным искусством, позволит детям расти и развиваться не только физически, но и духовно.

**Новизна программы:** Проблема развития творческих способностей у детей состоит в том, что необходимо продолжать развивать у дошкольников музыкально-ритмические и танцевальные движения, заложенные природой, т.к. музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Музыкально-ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональностью, возможностью активно выразить свое отношение к музыке в движении. Учитывая возрастные особенности детей, их запросы и интересы занятия хореографией проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальным играм, импровизации. В музыкальных играх, создавая тот или иной образ, дети слышат в музыке и передают в движении разнообразные чувства.

Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий, что помогает успешному выполнению требований Программы.

**Актуальность:** Хореография как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества.

Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии, ритмике движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Искусство танца – это синтез эстетического и физического развития человека. Общеразвивающие упражнения, упражнения партерной гимнастики, элементы танца исполняются под музыкальное сопровождение. Образность, различный характер музыки, многообразие её жанров повышает эмоциональность детей, питает воображение. Увлекательно, в процессе игры, выполняя различные движения и упражнения, укрепляется опорно-двигательный аппарат, формируется правильная осанка, развиваются координация движений и ориентация в пространстве.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания нравственного самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох столь же необходимо, как изучение всемирной истории и этапов развития мировой художественной культуры, ибо каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Изучение танцев своего народа должно стать такой же потребностью, как и изучение родного языка, мелодий, песен, традиций, ибо в этом заключены основы национального характера, этнической самобытности, выработанные в течение многих веков.

Предлагаемая Программа ориентирует педагогов на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

**Педагогическая целесообразность программы:** является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы. Данная комплексность основывается на следующих принципах:

- развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений, составляющих основу детских танцев);
- формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации ребёнка и способность на определённом этапе изучения танцевальных движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и умение реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений;
- формирование у детей способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца;
- формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

**Адресат программы:** возраст учащихся, на который рассчитана данная Программа - 3 - 7 лет. Минимальный возраст детей для зачисления на обучение – 3 года: мальчики, девочки, желающие, без предварительного отбора. Занятия проводятся в группах, сочетая принцип коллективного обучения с индивидуальным подходом. Небольшая разница в возрасте не оказывает существенного влияния на работу в объединении.

На обучение по дополнительной общеразвивающей программе принимаются дети, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям спортом, по заявлению родителей (законного представителя).

**Уровень программы** – ознакомительный, объем 72 часов в год, срок обучения – 3 года.

**Формы обучения:** Форма занятий – очная.

**Режим обучения:** занятия проводятся согласно утвержденного расписания образовательной организации во второй половине дня два раза в неделю в течение года.

**Периодичность проведения занятий** - 2 раза в неделю.

**Продолжительность занятий:** младшая группа - не более 15 мин, средняя группа – не более 20 мин, старшая группа – не более 25 мин.

**Сроки реализации программы:** 3 года .

**Наполняемость учебной группы**—от 5 до 25 человек.

**Особенности организации образовательного процесса:** групповая.

**Виды занятий:**

- вводные занятия;
- регулярные групповые занятия;
- индивидуальные занятия;
- открытые занятия;
- выступления;
- беседы (тематические, а также по технике безопасности);

Занятия проводятся с применением различных структур:

- Традиционное занятие
- Тематическое занятие
- Сюжетное занятие
- Игровое занятие
- Занятие – импровизация

Ниже приводится краткая характеристика каждому виду занятия.

**I. Традиционные занятия** делятся на:

- обучающие;
- закрепляющие;
- итоговые.

1. Обучающие занятия. На занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения. На занятии может быть введено не более 2-3 комбинаций.

2. Закрепляющие занятия. Предполагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других, или идет соревнование – игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.

3. Итоговые занятия. Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации.

**II. Тематическое занятие**

Оно состоит из подготовительной, основной и заключительной частей.

Цель занятия: Воспитание интереса, потребности в движениях под музыку, развитие гибкости, пластичности, развитие способности к выразительному исполнению движений.

На занятии используются:

1. Основные виды движений:

а) ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоки подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба гусиным шагом и др.;

б) бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки» и т.д.), широкий («волк»), острый (бежим по «горячему песку») и др.;

в) прыжковые движения – на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», легкое поскакивание и др.

2. Общеразвивающие упражнения на различные группы мышц: упражнения на развитие гибкости, пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног.

2. Плясовые движения: – элементы народных плясок, доступных по координации. Например, поочередное выставление ноги на пятку, притопывание одной ногой «выбрасывание» ног, полуприседание для девочек, и полуприсядка для мальчиков и др.;

- разучивание танцевальных упражнений: шаг польки, приставной шаг, поскоки и др., а также разучивание музыкально-ритмических композиций.

### **III. Сюжетное занятие**

Сюжетное занятие выстраивается в соответствии с содержанием русских и зарубежных сказок.

В сюжетном занятии преобладают имитационные движения – разнообразные, образно-игровые движения, жесты раскрывающие понятный детям образ, динамику его настроений или состояний (в природе, в настроениях человека и животных, в вымышленных игровых ситуациях)

Цель занятия: развивать у детей умение сочувствовать, сопереживать другим людям и животным – персонажем сказок.

Развивать художественно-творческие способности по средством ритмической пластики.

Сюжетное занятие проводится по заданному сценарию сказки, или произведения.

Занятие состоит из основных трех частей.

Подготовительная часть: сюда входят разминка и общеразвивающие упражнения, в которых отражен сюжет занятия, т.е. «сказочная зарядка».

Основная часть: это кульминация – наивысшая точка развития сюжета. В основную часть входят музыкально-ритмические композиции, соответствующие сценарию.

Заключительная часть – развязка на достижение целей, которые были поставлены в начале занятия перед детьми.

Можно использовать следующие сюжетные темы:

«На лесной опушке», «Новогодняя сказка», «Путешествие по сказкам», «Теремок», «Осень в гости к нам пришла», «Весенняя карусель».

### **IV. Игровое занятие**

Игровое занятие по структуре напоминает сюжетное занятие.

Цель занятия: способствовать развитию у детей творческих и физических способностей. Содействовать развитию прыгучести, ловкости, координации движений, ориентирование в пространстве.

Занятие состоит из трех частей: подготовительная, основная, заключительная.

В подготовительной части проводится разминка и общеразвивающие упражнения. Характер упражнений соответствует теме, предлагаемой педагогом по типу зарядки.

Основная часть занятия включает в себя подвижные игры, отражающие тему занятия.

В заключительной части используются музыкально-ритмические композиции, соответствующие данной теме занятия.

Можно использовать следующие темы игровых занятий:

«В автобусе», «Путешествие по лесу», «Поход в зоопарк» и др.

Возможно **итоговое занятие**, которое проводится в виде диагностики развития музыкальных и двигательных способностей по всем видам деятельности музыкального движения, усвоенному в какой-то определенный отрезок времени: например, гимнастический комплекс, элементы русского народного танца, ритмические рисунки и т. Д., для достижения наибольшей эффективности результатов необходима строгая продуманность каждого занятия, отдельных его частей, использование широкого арсенала методических приемов обучения, индивидуальный подход.

#### **V. Занятие – импровизация**

На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

Занятие-импровизация, как правило, проходит в конце учебного года. У детей развиты двигательные навыки, накоплен разнообразный музыкально-ритмический репертуар, что способствует творческому мышлению, воображению и фантазии.

Занятие-импровизация проходит в свободной импровизированной форме.

Цель занятия: повторить изученный материал по ритмическим танцам. Учить импровизировать под музыку. Способствовать развитию импровизации, творческих способностей детей.



## 1.2. Цель и задачи Программы

**Целью** программы является формирование у детей творческих способностей через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений.

### **Задачи программы:**

#### Образовательные:

- через образы дать возможность выразить собственное восприятие музыки;
- расширение музыкального кругозора, пополнение словарного запаса;
- умение отмечать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок;
- умение менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами.

#### Развивающие:

- развитие координации, гибкости, пластичности, выразительности и точности движений;
- умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой;
- координация и укрепление опорно-двигательного аппарата;
- приобщение к совместному движению с педагогом.

#### Воспитательные:

- воспитание у детей интереса к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения;
- психологическое раскрепощение ребенка;
- воспитание умения работать в паре, коллективе,
- понимать и исполнять ритмические движения, названия которых даются педагогом на французском языке.

### 1.3. Учебный план реализации Программы

#### Младшая группа (3-4 года)

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретические сведения	1	1	0	Опрос-игра Наблюдение
2	Ее Величество Музыка	6	1	5	Наблюдение
3	Играя, танцуем (ритмопластика)	22	1	21	Наблюдение Батл
4	Игровой стрейчинг	12	0.5	11.5	Наблюдение
5	Азбука танца	9	0,5	8,5	Опрос-игра Наблюдение
6	Рисунок танца	6	1	5	Опрос-игра Наблюдение
7	Танцевальная мозайка (репетиционно-постановочная работа)	16	0	1+6	Наблюдение
<b>Итого</b>		<b>72</b>	<b>5</b>	<b>67</b>	

#### Средняя группа (4-5 лет)

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретические сведения	1	1	0	Опрос-игра Наблюдение
2	Знакомство с танцем	1	1	0	Наблюдение
3	Музыкальная грамота	5	1	4	Опрос-игра
4	Играя, танцуем (ритмопластика)	14	0.5	13.5	Наблюдение Батл
5	Игровой стрейчинг	5	0.5	4.5	Наблюдение
6	Азбука танца	11	0.5	10.5	Опрос-игра Наблюдение
7	Рисунок танца	5	0.5	4.5	Опрос-игра Наблюдение
8	Народный танец	8	1	7	
9	Бальный танец	8	1	7	
10	Танцевальная мозайка (репетиционно-постановочная работа)	14	0	14	Наблюдение
<b>Итого</b>		<b>72</b>	<b>7</b>	<b>65</b>	

#### Старшая группа (5-7 лет)

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	

1	Теоретические сведения	1	1	0	Опрос-игра Наблюдение
2	Музыкальная грамота	2	0.5	1.5	Опрос-игра
3	Играя, танцуем (ритмопластика)	6	0	6	Наблюдение Батл
4	Игровой стрейчинг	4	0.5	3.5	Наблюдение
5	Азбука танца	5	0.5	5.5	Опрос-игра Наблюдение
6	Рисунок танца	4	1	3	Опрос-игра Наблюдение
7	Народный танец	8	1	7	
8	Бальный танец	8	1	7	
9	Современный танец	11	1	10	
10	Детский Фитнес	7	0.5	6.5	
11	Танцевальная мозайка (репетиционно-постановочная работа)	16	0	16	Наблюдение
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>7</b>	<b>65</b>	

**Форма промежуточной аттестации – участие в отчетном концерте.**

#### **1.4. Календарный учебный график реализации Программы в 2024-2025 учебном году**

График разработан в соответствии с № 273-ФЗ, СанПиН.

График учитывает возрастные психофизические особенности учащихся и отвечает требованиям охраны их жизни и здоровья.

Содержание Графика включает в себя следующее:

- продолжительность учебного года;
- количество учебных групп по годам обучения и направленностям;
- регламент образовательного процесса;
- продолжительность занятий;
- режим работы учреждения.

Начало учебного года	1.09.2024
Окончание учебного года	28.05.2025
Продолжительность учебного года	36 недель
Сроки и продолжительность каникул	<b>Зимние каникулы</b> с 31 декабря 2024 по 10 января 2025 г.

Занятия дополнительного образования проводятся во второй половине дня, учитывая образовательную деятельность и режимные моменты. Продолжительность занятия для младшей группы - не более 15 мин, средней группы – не более 20 мин, старшей группы – не более 25 мин.

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2024	28.05.2025	36	76	2 раза в неделю

1. Регламент образовательного процесса: 1 год обучения – 2 часа в неделю (72 часа в год).

2. Продолжительность занятий.

Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором МАОУ СОШ №29 г.Липецка во второй половине дня.

3. Аттестация учащихся: промежуточная (итоговая) – май.

## 1.5. Содержание Программы

### СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

#### Младшая группа (3-4 года)

##### Вводное занятие:

1. Знакомство с залом.
2. Рассказ о правилах поведения на занятиях.
3. Знакомство с элементами тренажа.

**ТЕМА «Ее Величество Музыка!»** (Ознакомление с элементарными музыкальными понятиями)

##### Задачи:

1. Воспитывать у детей умение слушать музыку.
2. Учить воспринимать и оценивать музыку.
3. Развивать умение организовать свои действия под музыку.

##### Содержание:

1. Характер музыкального произведения.
  - Узнавание знакомых плясовых, маршевых мелодий, народных и детских песен, пьес изобразительного характера и выражение этого в эмоциях, движениях: «Зайка», «Птички», «Мишенька-медведь», «Барабан», «Лошадки»
  - Творческое задание: импровизация под заданные мелодии: веселую и грустную: «Веселый и грустный зайка», «Чебурашка».
  - Создание заданного образа: воробей весело перелетает с ветки на ветку, раненый воробей, котик заболел, котик играет, игры «Жуки и бабочки», «Большая птица и маленькие птички»
2. Темпы музыкальных произведений (быстрый, медленный).
  - Слушая музыку, определить ее темп (в движении).
  - Творческое задание: изобразить зайку, мышку, лисичку, медведя
  - Исполнить движение «Пружинка» в соответствии с заданными различными темпами.
3. Динамические оттенки (громко, тихо)
  - Слушая музыку, определить динамические оттенки (в движении).
  - Творческое задание: изобразить хлопками (или пальчиками) дождь стучит по крышам (громко); дождь моросит (тихо).
  - Игра «Тихо и громко».
4. Ритмический рисунок.
  - Воспроизведение хлопками и притопыванием простого ритмического рисунка (быстро и медленно)
  - Комбинация с хлопками: перед собой, по коленям, над головой, по бедрам.
5. Строение музыкального произведения (вступление, часть).
  - Учить детей менять движение в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения.
  - Игра «Побегаем, походим».
  - На примере изучаемых танцевальных этюдов учить самостоятельно начинать движение после вступления.

**ТЕМА «Играя, танцуем»** (Комплекс упражнений игровой ритмики)

##### Задачи:

1. Развивать внимание

2. Развивать координацию движений
3. Развивать зрительную и слуховую память
4. Подготовить детей к исполнению более сложных элементов

Содержание:

1. Комплексы игровой ритмики «Паучок», «Зайка попрыгун», «Автобус», «Танец червячков», «Веселый зоопарк».
2. Движения рук («Путаница», «Догонялочки», «Жадина»).
3. Движения ног («Топотушки», «Переходим через лужу»)

**ТЕМА «Игровой стретчинг»**

Задачи:

1. Развивать и тренировать суставно-связочный аппарат
2. Улучшать эластичность мышц и связок
3. Развивать ловкость, силу, апломб (устойчивость), вестибулярный аппарат

Содержание:

1. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Змея», «Кошечка».
2. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклона вперед: «Рубим дрова», «Горка», «Черепашка», «Веточка», «Гребцы».
3. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Морская звезда», «Месяц», «Маятник», «Лисичка», «Часики»,
4. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Бабочка», «Елочка», «Жучок», «Зайчик», «Велосипед».
5. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Лошадка», «Утюжок»
6. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Пчелка», «Мельница», «Ветер, ветерок»
7. Упражнения на упражнения для тренировки равновесия: «Аист», «Цапля», «Петушок», «Ласточка».
8. Композиция «Цыплята»

**ТЕМА «Азбука танца»**

Задачи:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов, этюдов, танцев.

Содержание:

1. Ходьба:
  - бодрая,
  - спокойная,
  - на носках,
  - топающим шагом,
  - ходьба на четвереньках
2. Бег:
  - легкий,
  - ритмичный,
  - передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки»)
3. Прыжки:
  - на двух ногах вместе,
  - с продвижением вперед,

- прямой галоп («лошадки скачут»).
- 4. Постановка корпуса
- 5. Позиции ног: I-я, VI-я
- 6. Подготовка к изучению позиций рук (этюд «Воздушный шар»)
- 7. Танцевальные положения рук:
  - на поясе,
  - за юбочку,
  - за спиной,
  - на поясе в кулачках.
- 8. Танцевальные движения:
  - поочередное выставление ноги на пятку,
  - поочередное выставление ноги на носок,
  - пружинки,
  - притопывание одной ногой,
  - притопывание двумя ногами

### **ТЕМА «Рисунок танца»**

Задачи:

1. Научить детей ориентироваться в пространстве.
2. Научить детей соблюдать интервалы
3. Самостоятельно находить свободное место в зале.
4. Перестраиваться в круг
5. Становиться в пары.

Содержание:

1. Рисунок танца «Круг»:
  - движения по линии танца (игра «Часы»);
  - движение в круг, из круга (игра «Надувала кошка шар»).
2. Игра «Дружно парами гуляем»
3. Свободное размещение в зале (игра «Горошины»)
4. Игра «Клубочек»
5. Игра «Паровозик»

### **ТЕМА «Танцевальное ассорти» (репетиционно-постановочная работа)**

Задачи:

1. Научить детей двигаться в соответствии с музыкой.
2. Развивать память, актерское мастерство.
3. Готовить к концертной деятельности.

Танцы: «На птичьем дворе», «Детская полечка», «Приглашение».

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

### **Средняя группа (4-5 лет)**

**Вводное занятие:**

1. Знакомство с залом.
2. Рассказ о правилах поведения на занятиях.
3. Знакомство с элементами тренажа.

### **ТЕМА «Волшебное знакомство» (Введение в предмет)**

Задачи:

1. Познакомить детей с различными видами танца.
2. Рассказать о пользе занятий танцами.

### **ТЕМА «Ее Величество Музыка»**

Задачи:

1. Закрепить знания, навыки, полученные на первом году обучения.
2. Уметь анализировать музыкальное произведение, двигаться в соответствии с музыкой.
3. Развитие музыкальной памяти.

Содержание:

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, регистр, ритмический рисунок, строение).
2. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, взмахом платочка, притопыванием).
3. Такт, ритмический рисунок.
  - Творческая задача: поочередное вступление (каноном) на 2/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт.
  - Игра: «Вопрос – ответ», «Эхо».
4. Музыкальный жанр.
  - Полька, марш, вальс (устно определить жанр)
  - Игра: «Марш – полька – вальс»

**ТЕМА «Игровой стретчинг» (партерная гимнастика)**

Задачи:

1. Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям.
2. Развивать природные данные детей.
3. Исправлять дефекты осанки.
4. Укреплять физическое и психическое здоровье.

Содержание:

1. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Колечко», «Лодка», «Собачка», «Рыбка». «Качели», «Кораблик».
2. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Носорог», «Ежик», «Чайка», «Слон», «Улитка», «Ванька-встанька».
3. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Муравей», «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».
4. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан», «Гуси»
5. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок».
6. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».
7. Упражнения для тренировки равновесия: «Цапля», «Крыло».
8. Игровая композиция «Утенок Кряк».

**ТЕМА «Веселая разминка»**

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.
2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.

Содержание:



Комплексы движений разминки: «Девочка и мячик» (один ребенок прыгает на одной ноге, а второй на корточках прыгает, как мячик)

«Лягушки» (приседают, колени в сторону)

«Цапли» (ходьба с поднятием то правого, то левого колена)

«Травка растет» (сидя на корточках, поднимают правую, потом левую руку, потом постепенно встают, вырастают, поднимают руки вверх)

### **ТЕМА «Азбука танца»**

Задачи:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

#### Содержание:

Шаги:

- танцевальный шаг с носка,
- маршевый,
- хороводный.
- на полупальцах,
- поскоки,
- галоп,
- топающий шаг,
- ходьба на четвереньках,
- ходьба полуприсядом,

Бег:

- мелкий на полупальцах,
- передающий различные образы,
- с высоко поднятыми коленями,
- широкий («волк»),
- острый (бежим по «горячему песку»)

Прыжки:

- на двух ногах вместе,
- с продвижением вперед,
- прямой галоп «лошадки»,
- прыжки вокруг себя на 360°

Экзерсис на середине:

- позиции ног (I и VI),
- постановка корпуса,
- demi - plie в I – VI позиции;
- battement tendu во всех направлениях (I-я позиция);
- releve на полупальцы (в VI (невыворотной) позиции);
- перегиб корпуса вперед и в сторону,
- позиции рук: подготовительная, I-я, III-я.

### **ТЕМА «Рисунок танца»**

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.
2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.
3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

#### Содержание:

1. Движение по линии танца.
2. Рисунок танца «Круг» (рассказ из истории):
  - замкнутый круг;
  - раскрытый круг (полукруг);
  - круг в круге,
  - лицом в круг, спиной из круга;
  - круг парами.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

3. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:
  - перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний план, передний план);
  - перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).

### **ТЕМА «Играя, танцуем» (Комплекс упражнений игровой ритмики)**

Задачи:

1. Развивать внимание
2. Развивать координацию движений
3. Развивать зрительную и слуховую память
4. Подготовить детей к исполнению более сложных элементов

Содержание:

Повторение репертуара предыдущего года, а также разучивание новых композиций «Кораблики», «Красная шапочка», «Куклы с мишкой», «Антошка», «Волшебный цветок».

### **ТЕМА «Танцевальное ассорти» (репетиционно-постановочная работа)**

Задачи:

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
2. Подготовить к показательным выступлениям.

Содержание:

Танцы: «Автобус», «Червячки», «В зоопарке» и т.д.

Пляски «Приглашение», «Топни, ножка моя», «Веселые гномики».

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

### **Старшая группа (5-7 лет)**

**Вводное занятие:**

1. Обсудить с детьми правила поведения на занятиях, правила проведения занятия (поклон).
2. Познакомить с требованиями к внешнему виду.
3. Разговор о технике безопасности на занятиях.
4. Познакомить с элементами тренажа.

### **ТЕМА «Волшебное знакомство с танцем»**

Задачи:

1. Познакомить детей с различными видами танцев: народными, классическими, современными, бальными.
2. Рассказать о танцах народов различных стран и познакомить с их характерными особенностями.
3. Рассказать о пользе танца для здоровья детей.
4. Беседа о любимых танцах.

### **ТЕМА «Ее Величество Музыка»**

Задачи:

1. Закрепить знания, умения и навыки, полученные ранее.
2. Расширить представления о танцевальной музыке
3. Учить детей сознательно подбирать нужные сложные характеристики к музыкальным образам.
4. Развивать умение двигаться в соответствии с характером музыки.

Содержание:

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, регистр, строение).
2. Такт, размер 2/4, 4/4.
3. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, шагом, движением, предметом).
  - творческая задача: поочередное вступление (канон) на 2/4, 4/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт;
  - выделять сильную долю, слышать слабую долю;
  - игра: «Вопрос – ответ», «Эхо», «Повтори-ка»
  - прохлопывать заданный ритмический рисунок.
4. Музыкальный жанр
  - полька, марш, вальс (устно определить жанр)
  - игра: «Марш – полька – вальс»
5. Слушать музыку а'capella, уметь двигаться под нее.

## **ТЕМА «Игровой стретчинг»**

Задачи:

1. Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям.
2. Развивать природные данные детей.
3. Укреплять физическое и психическое здоровье.
4. Расширять музыкальный кругозор.
5. Пополнять словарный запас терминами, принятыми в танцевальном искусстве.

Содержание:

1. Упражнения на полу: постановка корпуса; работа на стопы; растяжка; работа над укреплением брюшного пресса, мышц шеи.
2. Работа над ритмом и координацией (марш, прыжки, хлопки, шаги+хлопки).
3. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Свечка», «Лодка», «Кошка», «Рыбка».
9. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Улитка», «Ванька-встанька», «Коробочка»
10. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».
11. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Рак», «Павлин», «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан».
12. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок»; тянем носочки вперед в положении сидя; поочередно сгибаем и выпрямляем ноги, упражнение «Утюжок».
13. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».

14. Упражнения для тренировки равновесия: «Цапля», «Журавель»

15. Растяжки «лягушка» в положении сидя и лежа.

15. Игровая композиция «Просто так».

### **ТЕМА «Партерный экзерсис» (элементы классического танца)**

Задачи:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Содержание:

1. Экзерсис на середине:

- постановка корпуса (ноги в свободном положении);
- понятия рабочая нога и опорная нога;
- позиции ног (I-я, II-я, III-я, vI при относительной выворотности ног);
- постановка корпуса в I – II – III позиции;
- releve на полупальцы;
- demi - plie в I – II – III-VI позиции;
- чередование releve и demi – plie;
- grand-plie в I – II – III-VI позиции;
- battementtendu во всех направлениях (I-я позиция);
- cote (легкие прыжки);
- позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;
- перевод рук из позиции в позицию (port de bras – I форма);

### **ТЕМА «Играя, танцуем» (комплексы ритмопластики)**

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.
2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.
3. Двигаться в соответствии с характером музыки.
4. Учить через движения передавать эмоциональный настрой произведения.

Содержание:

«Соку бачи», «Красная шапочка», «Танцуем, сидя», «Стирка», «Буратино», «Циплята»

Танцевальные этюды на современном материале.

### **ТЕМА «Рисунок танца»**

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.
2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.
3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание:

1. Движение по линии танца.

2. Рисунок танца «Круг»:

- замкнутый круг;
- раскрытый круг (полукруг);
- круг в круге;
- сплетенный круг (корзиночка);
- лицом в круг, лицом из круга;
- круг парами,
- круг противоходом.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

2. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:

- перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний, передний план);
- перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).

3. Понятие «Диагональ»:

- перестроение из круга в диагональ;
- перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно указав ведущих).

4. Рисунок танца «Спираль».

- Игра «Клубок ниток».

5. Рисунок танца «Змейка»:

- горизонтальная.

Перестроение из «круга» в «змейку» (самостоятельно, выбрав ведущего).

## **ТЕМА «Народный танец»**

Задачи:

1. Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.
2. Рассказать об отличительных особенностях характера, манер исполнения.
3. Научить основам русского танца.

Содержание:

1. Введение в предмет «Русский танец»;

2. Постановка корпуса;

3. Изучение основ русского народного танца:

- развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», ковырялочка;
- работа рук в русском танце;
- навыки работы с платочком;
- русский поклон;
- подскоки;
- тройные прыжочки
- бег с вытянутыми носочками
- боковой галоп
- шаг с вытянутыми носочками (хороводный)
- хлопки
- движение с выставлением ноги на носок;
- «ковырялочка» вперед и в сторону;
- пружинка с поворотом;
- приставные шаги в сторону;
  - Ходы:
    - простой, на полупальцах,
    - боковой, приставной,
    - боковой ход «припадание» по VI позиции,
    - беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.
      - Подготовка к «дробям»:
        - притопы,
        - удары полупальцами, удары каблуком;
          - Хлопки и хлопучки для мальчиков:
            - одинарные по бедру и голенищу.

- каблучные упражнения – вынесение рабочей ноги на каблук во все направления;

- присядка с выставлением ноги на пятку

### **ТЕМА «Бальный танец»**

Задачи:

1. Познакомить детей с историей бального танца.
2. Научить основам танца «Полька».
3. Разучить основные элементы танца «Вальс».

Содержание:

1. Введение в предмет
2. Изучение основ танца «Полька»:
  - подскоки, галоп;
  - комбинирование изученных элементов;
  - положения в паре:
    - «лодочка»,
    - руки «крест-накрест»,
    - мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки мальчику на плечи.
3. Изучение основ танца «Вальс»:
  - основные элементы:
    - «качели»,
    - «вальсовая дорожка»,
    - «перемена»;
    - valance (покачивание в разные стороны)
  - работа в паре:
    - положение рук в паре,
    - вращение «звездочка»;
  - простые танцевальные комбинации.

### **ТЕМА «Танцевальное ассорти» (репетиционно-постановочная работа)**

Задачи:

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
2. Подготовить к показательным выступлениям.
3. Учить выражать через движения заданный образ.

Содержание:

Постановочные танцы: «Ах, мамочка», «Красный сарафан»

Современные танцы: «Бум-бум», «Густава Лима»,

Детские танцы «Барбарики», «Зажигай!», «Танец с тростями», «Вальс знакомств»

Танцы народов других стран: «Берлинская полечка», «Русские узоры», «Рок-н-рол»

Образные танцы «Калькулятор», «Макароны»

## **1.6. Планируемые результаты освоения программы**

В результате освоения данной программы учащиеся должны

знать:

-настроение и характер музыки.

-жанровые особенности музыки.

-виды движений, используемые в процессе музыкально-ритмического исполнения.

-навыки культурного поведения в процессе группового общения.

-узнавать музыкальное произведение, называть автора;

-виды основных движений, используемые для передачи музыкального образа;

-контрасты и характер музыки;

-стиль музыкального произведения.

**уметь:**

— передавать в пластике разнообразный характер музыки;

-передавать основные средства музыкальной выразительности: темп, динамику, регистр 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;

— передавать в пластике музыкальный образ;

-перестраиваться в круг. Становится в пары и друг за другом и т.д.

-сочинять несложные плясовые движения;

-выражать различные эмоции в мимике и пантомимике;

-сочувствовать и сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам.

***Личностные результаты*** - отражают индивидуальные личностные качества учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения программного материала. Это:

— формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России;

— понимание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья;

— понимание основных принципов культуры безопасного, здорового образа жизни;

— знания о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения;

— готовность и способность к саморазвитию и самообучению;

— уважительное отношение к иному мнению;

— приобретение основных навыков сотрудничества со взрослыми людьми и сверстниками;

— этические чувства доброжелательности, толерантности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам и обстоятельствам других людей;

— умение управлять своими эмоциями;

— дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

— навыки творческого подхода в решении различных задач, к работе на результат;

— оказание бескорыстной помощи окружающим.

**Метапредметные результаты** - характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий учащихся, которые проявляются в познавательной и практической деятельности. Это:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить для себя новые задачи, акцентировать мотивы и развивать интересы своей познавательной деятельности в области вида спорта «настольный теннис»;

- умение планировать, контролировать и объективно оценивать свои физические, учебные и практические действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;

- самостоятельно оценивать уровень сложности заданий (упражнений) во время занятий в соответствии с возможностями своего организма;

- находить компромиссы и общие решения, разрешать конфликты на основе согласования различных позиций;

- формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение, уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.



## РАЗДЕЛ 2

### КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для занятий по Программе в МАОУ СОШ № 29 г. Липецка» созданы все условия, включающие в себя:

- организационные;
- материально-технические;
- информационно-методические;
- кадровые.

#### 2.1. Условия реализации Программы

Условия набора обучающихся в коллектив: принимаются все желающие.

Комплектование объединения производится с учетом возрастных особенностей, способностей, подготовленности.

Наполняемость в группах составляет: от 5 до 25.

Группы формируются с учетом возрастных особенностей, индивидуального подхода, возможностей учащихся.

Расписание занятий утверждается в начале учебного года.

Занятия в объединении завершаются не позднее 18.45.

#### Материально-техническое обеспечение

Реализация программы требует наличия спортсооружений: спортивный зал или музыкальный зал, также наличия инвентаря.

- Технические средства обучения (звуковые) – мультимедийная система; детская танцевальная атрибутика (гимнастические трости)
- Учебно-наглядные пособия: видеозаписи; обучающие книги;
- Информационный носитель с записями мелодий.

#### Информационно-методическое обеспечение

В учебно-тренировочном процессе в основном используется групповая форма обучения. Методы организации учебно-воспитательного процесса – наглядный, словесный, игровой, повторный, соревновательный.

Занятия проводятся в основном в групповой форме. Учитываются склонности детей, их индивидуальные особенности, для этого используется такая организационная форма как объединение учащихся разного возраста.

Занятия проходят в спортивном или музыкальном зале.

*Перечень дидактических материалов, используемых в процессе обучения:*

- материалы, инструменты, оборудование, игрушки;
- видеоматериалы.

*Информационные источники, используемые при реализации программы*

Список литературы для педагога

1. Программы внеурочной деятельности. Познавательная деятельность. Проблемно-ценностное общение: пособие для учителей общеобразовательных учреждений /Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. М.: Просвещение, 2011.

2. Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветная «Учите детей танцевать» Москва 2003г.
3. Т. Барышникова «Азбука хореографии» Москва 2001г.
4. Н. Зарецкая, З. Роот «Танцы в детском саду» Москва 2003г.
5. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина «Танцевально-игровая гимнастика для детей» Санкт –Петербург 2003г.
6. Программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» под ред. А.И. Буренина.

## 2.2. Формы и виды аттестации

*Способы и средства выявления, фиксации результатов обучения:*

- наблюдение;
- опрос-игра;
- батл;
- анализ результатов.

### Виды и периодичность контроля результативности обучения

Вид контроля	Формы контроля	Периодичность контроля
Входной (стартовый) контроль.	Наблюдение физической подготовленности учащихся. Выявление индивидуальных особенностей.	Сентябрь
Промежуточный (текущий) контроль.	Батл. Открытый урок. Отчетный концерт.	май

### Оценочные материалы

В течение всей программы учащиеся приобретают теоретические знания. Теоретическая часть, подкрепляется практической деятельностью, направленной на повышение физической подготовленности учащихся.

#### 1. Входной (стартовый) контроль.

Навыки ФИО	Стрейчинг	Разминка	Отработка стопы, колена.	Отработка рук, линий	Выделение сильные и слабые доли на слух

#### 2. Промежуточный (текущий) контроль.

##### 2.1

Навыки ФИО					перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний план, передний план)
	самостоятельно двигаться под заданную музыку	умение двигаться в соответствии с характером музыки	Определение темпа, характера, динамики, ритмического рисунка	выделять сильную долю, слышать слабую долю	

##### 2.2

Навыки ФИО	перестроения из нескольких кругов, круг, линия, диагональ (самостоятельно, выбрав ведущих)	держат равнение в рисунке, соблюдать интервалы	Синхронность движений	Отработка стопы, колена, линий рук, внешнего образа танца.

## 2.4. Методические материалы

**Методическое обеспечение. Приемы, методы и формы занятий.**

Занятия проводятся в основном в групповой форме. Учитываются склонности детей, их индивидуальные особенности, для этого используется такая организационная форма как объединение учащихся разного возраста.

Занятия проводятся с применением различных структур:

- Традиционное занятие
- Тематическое занятие
- Сюжетное занятие
- Игровое занятие
- Занятие – импровизация

Ниже приводится краткая характеристика каждому виду занятия.

### **I. Традиционные занятия** делятся на:

- обучающие;
- закрепляющие;
- итоговые.

1. Обучающие занятия. На занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения. На занятии может быть введено не более 2-3 комбинаций.

2. Закрепляющие занятия. Предполагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других, или идет соревнование – игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.

3. Итоговые занятия. Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации.

### **II. Тематическое занятие**

Оно состоит из подготовительной, основной и заключительной частей.

Цель занятия: Воспитание интереса, потребности в движениях под музыку, развитие гибкости, пластичности, развитие способности к выразительному исполнению движений.

На занятии используются:

1. Основные виды движений:

а) ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоки подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба гусиным шагом и др.;

б) бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки» и т.д.), широкий («волк»), острый (бежим по «горячему песку») и др.;

в) прыжковые движения – на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», легкое поскакивание и др.

2. Общеразвивающие упражнения на различные группы мышц:

упражнения на развитие гибкости, пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног.

2. Плясовые движения:

– элементы народных плясок, доступных по координации. Например, поочередное выставление ноги на пятку, притопывание одной ногой «выбрасывание» ног, полуприседание для девочек, и полуприсядка для мальчиков и др.;

- разучивание танцевальных упражнений: шаг польки, приставной шаг, поскоки и др., а также разучивание музыкально-ритмических композиций.

### **III. Сюжетное занятие**

Сюжетное занятие выстраивается в соответствии с содержанием русских и зарубежных сказок.

В сюжетном занятии преобладают имитационные движения – разнообразные, образно-игровые движения, жесты раскрывающие понятный детям образ, динамику его настроений или состояний (в природе, в настроениях человека и животных, в вымышленных игровых ситуациях)

Цель занятия: развивать у детей умение сочувствовать, сопереживать другим людям и животным – персонажем сказок.

Развивать художественно-творческие способности по средством ритмической пластики.

Сюжетное занятие проводится по заданному сценарию сказки, или произведения.

Занятие состоит из основных трех частей.

Подготовительная часть: сюда входят разминка и общеразвивающие упражнения, в которых отражен сюжет занятия, т.е. «сказочная зарядка».

Основная часть: это кульминация – наивысшая точка развития сюжета. В основную часть входят музыкально-ритмические композиции, соответствующие сценарию.

Заключительная часть – развязка на достижение целей, которые были поставлены в начале занятия перед детьми.

Можно использовать следующие сюжетные темы:

«На лесной опушке», «Новогодняя сказка», «Путешествие по сказкам», «Теремок», «Осень в гости к нам пришла», «Весенняя карусель».

### **IV. Игровое занятие**

Игровое занятие по структуре напоминает сюжетное занятие.

Цель занятия: способствовать развитию у детей творческих и физических способностей. Содействовать развитию прыгучести, ловкости, координации движений, ориентирование в пространстве.

Занятие состоит из трех частей: подготовительная, основная, заключительная.

В подготовительной части проводится разминка и общеразвивающие упражнения. Характер упражнений соответствует теме, предлагаемой педагогом по типу зарядки.

Основная часть занятия включает в себя подвижные игры, отражающие тему занятия.

В заключительной части используются музыкально-ритмические композиции, соответствующие данной теме занятия.

Можно использовать следующие темы игровых занятий:

«В автобусе», «Путешествие по лесу», «Поход в зоопарк» и др.

Возможно **итоговое занятие**, которое проводится в виде диагностики развития музыкальных и двигательных способностей по всем видам деятельности музыкального движения, усвоенному в какой-то определенный отрезок времени: например, гимнастический комплекс, элементы русского народного танца, ритмические рисунки и т. Д., для достижения наибольшей эффективности результатов необходима строгая продуманность каждого занятия, отдельных его частей, использование широкого арсенала методических приемов обучения, индивидуальный подход.

#### **V. Занятие – импровизация**

На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

Занятие-импровизация, как правило, проходит в конце учебного года. У детей развиты двигательные навыки, накоплен разнообразный музыкально- ритмический репертуар, что способствует творческому мышлению, воображению и фантазии.

Занятие-импровизация проходит в свободной импровизированной форме. Цель занятия: повторить изученный материал по ритмическим танцам. Учить импровизировать под музыку. Способствовать развитию импровизации, творческих способностей детей.

### 3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

#### *Список литературы для педагога*

1. Программы внеурочной деятельности. Познавательная деятельность. Проблемно-ценностное общение: пособие для учителей общеобразовательных учреждений /Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. М.: Просвещение, 2011.
2. Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветная «Учите детей танцевать» Москва 2003г.
3. Т. Барышникова «Азбука хореографии» Москва 2001г.
4. Н. Зарецкая, З. Роот «Танцы в детском саду» Москва 2003г.
5. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина «Танцевально-игровая гимнастика для детей» Санкт –Петербург 2003г.
6. Программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» под ред. А.И. Буренина.

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение средняя  
общеобразовательная школа № 29 города Липецка «Университетская»

Рассмотрена:  
на заседании педагогического  
совета  
протокол от 28.08.2024 № 1

Утверждена приказом  
директора МАОУ СОШ  
№ 29 г. Липецка  
Приказ от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_

**Рабочая программа**  
**дополнительной общеразвивающей программы**  
**художественной направленности**  
**«Солнечный город»**  
**на 2024-2025 учебный год**

Возраст детей: 3-7 лет  
Срок реализации: 3 года

Составитель:  
Киселева Маргарита Геннадьевна

г. Липецк, 2024



## Календарно - тематический план

Программа рассчитана на 3 года.

### Младшая группа (3-4 года)

№ п/п	Содержание занятия	Кол-во часов	Дата
1	Сбор участников коллектива. Подготовка репертуара.	1 ч.	
2	Вводное занятие. Знакомство с детьми. Беседа по технике безопасности при проведении занятий хореографии.	1 ч.	
3	Правила поведения на занятии хореографии. Разучивание разминки.	1 ч.	
4	Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения. Разучивание танца «Паучок». Постановка рук и ног в танце.	1 ч.	
5	Разминка. Повторение танца «Паучок». Разучивание танца «Зайчик».	1 ч.	
6	Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения. Повторение танца «Зайчик», закрепление танца «Паучок».	1 ч.	
7	Растяжка. Отработка и закрепление танца «Зайчик».	1 ч.	
8	Детский фитнес. Кардио нагрузки малой интенсивности. Игровой стрейчинг.	1 ч.	
9	Разминка. Упражнения для стопы, вытанутость носочков. Изучение танца «Охотник». Игра «Будильник».	1 ч.	
10	Ритмический тренаж: Постановка головы. Понятие вытанутости. Детский фитнес.	1 ч.	
11	Разминка. Постановка корпуса, рук, ног, головы. Повторение танца «Охотник». Игровой стрейчинг.	1 ч.	
12	Разминка. Разучивание элементов народного танца. Ковырялочка.	1 ч.	
13	Разминка. Разучивание танца «Части тела». Повторение всех выученных танцев.	1 ч.	
14	Ритмический тренаж: ходьба парами, змейкой. Повторение и закрепление танца «Части тела».	1 ч.	

15	Элементы народного танца «Ковырялочка». Работа стоп.	1 ч.	
16	Разминка. Отработка и повторение танца «Части тела». Дыхательная гимнастика.	1 ч.	
17	Демонстрация и разучивание танца «Пугало». Постановка ног, рук в танце.	1 ч.	
18	Упражнения на растяжку мышц ног. Ритмические игры с детьми. Понятие Импровизации.	1 ч.	
19	Детский фитнес. Отработка танца «Пугало».	1 ч.	
20	Игровой стрейчинг. Разучивание танца «Зоопарк».	1 ч.	
21	Разминка. Повторение танца «Пугало». Отработка танца «Зоопарк».	1 ч.	
22	Разучивание новогоднего танца «Пляска под ёлкой».	1 ч.	
23	Детский фитнес. Игровой стрейчинг.	1 ч.	
24	Повторение и отработка танцев «Зоопарк» и «Пугало».	1 ч.	
25	Подготовка к новогодним праздникам. Отработка танца «Пляска под ёлкой».	1 ч.	
26	Разминка. Разучивание выхода парами на новогодний парад. Отработка танца.	1 ч.	
27	Репетиция и подготовка к утреннику танца «Пляска под ёлкой».	1 ч.	
28	Проведение Новогоднего утренника. Участие детей с танцем «Пляска под ёлкой».	1 ч.	
29	Дыхательная гимнастика. Игровой стрейчинг.	1 ч.	
30	Подведение итогов полугодия. Повторение всего пройденного материала.	1 ч.	
31	Детский фитнес. Партерная растяжка.	1 ч.	
32	Танцевальная импровизация. Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку.	1 ч.	
33	Разучивание танца «Три медвежонка».	1 ч.	
34	Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений в танце «Три медвежонка».	1 ч.	
35	Разучивание «Танца Червяков».	1 ч.	
36	Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений в «Танце Червяков».	1 ч.	
37	Танцевально-образные движения: змея, кошка, цапля. Разучивание движений к современному танцу. Повторение и отработка выученных танцев.	1 ч.	

38	Отработка и повторение танца «Три медвежонка» и «Танца Червяков».	1 ч.	
39	Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг, квадрат. Веселые хороводы.	1 ч.	
40	Разучивание хороводного танца «На носок».	1 ч.	
41	Отработка и повторение танца «На носок».	1 ч.	
42	Разучивание танца «Автобус». Понятие пружинка в коленях.	1 ч.	
43	Отработка и повторение танца «Автобус».	1 ч.	
44	Повторение танцев «На носок» и «Автобус». Позиции ног, рук, головы.	1 ч.	
45	Разучивание танца «Охотник и заяц».	1 ч.	
46	Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений в танце «Охотник и заяц».	1 ч.	
47	Детский фитнес. Игровой стрейчинг.	1 ч.	
48	Разучивание хороводного танца «Утята».	1 ч.	
49	Отработка и повторение танца «Утята».	1 ч.	
50	Повторение и закрепление всех выученных танцев.	1 ч.	
51	Разучивание танца «Повтори».	1 ч.	
52	Соединение выученных движений в одну картинку танца «Повтори».	1 ч.	
53	Дыхательная гимнастика. Пластические и ритмические игры с детьми.	1 ч.	
54	Разминка. Постановка рук (позиция руки на поясе, положение рук в стороны, вперед, вверх). Отработка танца «Повтори».	1 ч.	
55	Демонстрация и разучивание танца «Буги-вуги».	1 ч.	
56	Разминка. Разучивание дополнительных движений к танцу «Буги-вуги».	1 ч.	
57	Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений в танце «Буги -вуги».	1 ч.	
58	Отработка и повторение танцев «Повтори» и «Буги-вуги».	1 ч.	
59	Повторение и закрепление выученных танцев. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений.	1 ч.	
60	Детский фитнес. Играя - танцуем. Партерный стрейчинг.	1 ч.	
61	Разучивание «Танца маленьких утят».	1 ч.	
62	Повторение и отработка «Танца	1 ч.	

	маленьких утят».		
63	Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений в «Танце маленьких утят».	1 ч.	
64	Разучивание танца «Бабочки». Позиция ног, рук, головы.	1 ч.	
65	Отработка и повторение танца «Бабочки».	1 ч.	
66	Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений в танце «Бабочки».	1 ч.	
67	Танцевальная импровизация. Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку.	1 ч.	
68	Подготовка к отчетному концерту. Отработка всех выученных танцев.	1 ч.	
69	Концерт посвященный Дню Защиты Детей. Участие в концерте.	1 ч.	
70	Обсуждение проведенного отчетного концерта. Игры с детьми. Подведение итогов.	1 ч.	

### Средняя группа (4-5 лет)

№ п/п	Содержание занятия	Кол-во часов	Дата
1	Дополнение коллектива. Подготовка репертуара.	1 ч.	
2	Вводное занятие. Правила поведения и техника безопасности на занятиях. Разучивание разминки.	1 ч.	
3	Разминка. Разучивание движений современного танца «Мои цыплятки». Демонстрация и разучивание движений «Шаги цыпленка», «Крылышки». Отработка ритма.	1 ч.	
4	Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения. Повторение и отработка движений «Шаги цыпленка», «Крылышки».	1 ч.	
5	Разминка. Разучивание движений современного танца «Мои цыплятки». Работа ног: стоп и коленей. Работа рук: кисти и локти.	1 ч.	
6	Детский фитнес. Кардио нагрузка малой интенсивности. Игра «Будильник».	1 ч.	
7	Разминка. Разучивание первой части современного танца «Мои цыплятки».	1 ч.	
8	Разминка. Постановка рук и ног в танце. Отработка первой части современного танца «Мои цыплятки».	1 ч.	
9	Ритмический тренаж: упражнения для	1 ч.	

	стопы, вытянутость носочков. Повторение первой части современного танца «Мои цыплятки».		
10	Постановка корпуса, рук, ног, головы. Боковой галоп, шаг с вытянутыми носочками.	1 ч.	
11	Детский фитнес. Кардио нагрузка малой интенсивности. Игра «Надувной шар».	1 ч.	
12	Постановка танца, соединение выученных упражнений.	1 ч.	
13	Разучивание движений шуточного танца «Помогатор».	1 ч.	
14	Игровой стрейчинг. Дыхательная гимнастика. Упражнение «Пузырьки».	1 ч.	
15	Дыхательная гимнастика. Партерный стрейчинг.	1 ч.	
16	Разминка. Разучивание танца «4 шага».	1 ч.	
17	Разминка. Разучивание танца «На носок».	1 ч.	
18	Игровой стрейчинг. Играя – танцуем. Понятие импровизации.	1 ч.	
19	Разминка. Упражнения для стопы, вытянутость носочков. Отработка танца «4 шага». Постановка корпуса, рук, ног.	1 ч.	
20	Детский фитнес. Отработка танца «На носок».	1 ч.	
21	Дыхательная гимнастика. Хороводы. Направление хороводов. В круг, из круга.	1 ч.	
22	Разминка. Танец Полька. Па польки. Разучивание галопа.	1 ч.	
23	Разминка. Демонстрация и разучивание танца «Новогодняя сказка».	1 ч.	
24	Разучивание отдельных элементов и соединение воедино в танце «Новогодняя сказка».	1 ч.	
25	Берлинская полька. Разучивание Па польки. Отработка галопа.	1 ч.	
26	Разминка. Отработка танца «Новогодняя сказка».	1 ч.	
27	Детский фитнес. Кардио нагрузки малой интенсивности. Игровой стрейчинг.	1 ч.	
28	Повторение и отработка танца «Новогодняя сказка».	1 ч.	
29	Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения. Па Польки. Отработка бокового галопа. Работа стоп.	1 ч.	
30	Подведение итогов полугодия.	1 ч.	

	Повторение всего пройденного материала.		
31	Разминка. Разучивание мужской и женской партии поклона.	1 ч.	
32	Танцевальная импровизация. Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку.	1 ч.	
33	Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений в танце «Мои цыплятки».	1 ч.	
34	Демонстрация и разучивание танца «Встреча»	1 ч.	
35	Разучивание отдельных элементов танца «Встреча».	1 ч.	
36	Отработка танца «Встреча». Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений	1 ч.	
37	Танцевально-образные движения: змея, кошка, цапля. Танец на координацию движения «Соку-бачи-вира».	1 ч.	
38	Составляющие характера танца: мимика, жесты, танцевальные акценты и т.д.	1 ч.	
39	Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг, квадрат. Повторение танца «Встреча».	1 ч.	
40	Разминка. Разучивание шуточного танца «Помогатор».	1 ч.	
41	Отработка и повторение шуточного танца «Помогатор».	1 ч.	
42	Танцевально-образная импровизация, людей разных профессий (кузнец, вышивальщица, водитель и художник). Подготовка к праздникам. Повторение и отработка выученных танцев.	1 ч.	
43	Разучивание отдельных элементов в танце «Помогатор».	1 ч.	
44	Подготовка к празднику 8 марта. Повторение и отработка выученных танцев.	1 ч.	
45	Разминка. Повторение танца «Встреча»	1 ч.	
46	Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения. Отработка танца «Мои цыплятки».	1 ч.	
47	Подготовка к мероприятию, посв. 8 Марта. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений	1 ч.	
48	Разучивание танца «Буги-вуги».	1 ч.	

49	Разминка. Подробное изучение отдельных элементов и движений в танце «Буги - вуги».	1 ч.	
50	Отработка танца «Буги-вуги».	1 ч.	
51	Детский фитнес. Игра «Будильник», «Шарик».	1 ч.	
52	Разучивание народного танца «Ах, мамочка».	1 ч.	
53	Соединение выученных движений в одну картинку танца «Ах, мамочка».	1 ч.	
54	Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений	1 ч.	
55	Разминка. Постановка рук (позиция руки на поясе, положение рук в стороны, вперед, вверх). Отработка четкости и ритмичности движений	1 ч.	
56	Отработка и повторение танца «Ах, мамочка».	1 ч.	
57	Детский фитнес. Партерный стрейчинг.	1 ч.	
58	Берлинская полька. Па Польки вперед, назад. Подставка,	1 ч.	
59	Отработка четкости и ритмичности движений. Боковой галоп.	1 ч.	
60	Повторение танца «Берлинская полька». Повороты. Игра в ладошки.Прыжки.	1 ч.	
61	Отработка четкости и ритмичности движений. Отработка Поворотов, прыжков и Игры в ладошки в танце Берлинская полька.	1 ч.	
62	Дыхательная гимнастика. Ритмические игры с детьми.	1 ч.	
63	Повторение Народного танца. Повторение Берлинской польки. Повторение танца «Встреча».	1 ч.	
64	Повторение шуточного танца «Помогатор».	1 ч.	
65	Танцевальная импровизация. Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку.	1 ч.	
66	Разминка.Отработка танца «Мои циплятки».	1 ч.	
67	Детский фитнес. Растяжка.	1 ч.	
68	Подготовка к отчетному концерту. Отработка всех выученных танцев.	1 ч.	
69	Концерт посвященный Дню Защиты Детей. Участие в концерте.	1 ч.	
70	Обсуждение проведенного отчетного концерта. Игры с детьми. Подведение	1 ч.	

	ИТОГОВ.		
--	---------	--	--



## Старшая группа (5-7 лет)

№ п/п	Содержание занятия	Кол-во часов	Дата
1	Дополнение коллектива. Подготовка репертуара.	1 ч.	
2	Вводное занятие. Правила поведения и техника безопасности на занятиях. Разучивание разминки.	1 ч.	
3	Детский фитнес. Базовые упражнения. Кардио нагрузка малой интенсивности.	1 ч.	
4	Разминка. Демонстрация движений и элементов современного танца «Маленькие звезды» первая часть.	1 ч.	
5	Разминка. Разучивание движений современного танца «Маленькие звезды».	1 ч.	
6	Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения. Отработка первой части танца «Маленькие звезды».	1 ч.	
7	Разминка. Повторение и отработка первой части современного танца «Маленькие звезды».	1 ч.	
8	Разминка. Демонстрация и разучивание второй части танца «Маленькие звезды». Постановка рук, ног, корпуса, головы.	1 ч.	
9	Разминка. Упражнения для стопы, вытянутость носочков. Соединение выученных элементов второй части танца «Маленькие звезды».	1 ч.	
10	Игровой стрейчинг. Танец на координацию движений «Соку-бачи-вира» .	1 ч.	
11	Разминка. Постановка головы, освоение понятий вытянутости и выворотности. Повторение и отработка второй части современного танца «Маленькие звезды».	1 ч.	
12	Детский фитнес. Базовые упражнения. Кардио нагрузка малой интенсивности.	1 ч.	
13	Разминка. Па Польки. Ритм музыки в танце Полька.	1 ч.	
14	Разминка. Па Польки вперед и назад.	1 ч.	
15	Разминка. Боковой галоп. Па Польки в повороте.	1 ч.	
16	Разминка. Демонстрация и разучивание современного танца «Зумба».	1 ч.	
17	Разминка. Разучивание отдельных элементов танца «Зумба».	1 ч.	
18	Дыхательная гимнастика.	1 ч.	

	Игровой стрейчинг.		
19	Разминка. Упражнения для стопы, вытянутость носочков. Разучивание «выхода» к танцу «Маленькие звезды».	1 ч.	
20	Подготовка к концерту посвященному Дню Матери. Генеральная репетиция.	1 ч.	
21	Выступление на концерте посвященному Дню Матери с танцем «Маленькие звезды».	1 ч.	
22	Детский фитнес. Кардио нагрузка малой интенсивности. Растяжка.	1 ч.	
23	Элементы народного танца. Разучивание движений «присядка с ковырялочкой».	1 ч.	
24	Берлинская полька. Разучивание Па польки вперед, галоп.	1 ч.	
25	Берлинская полька. Разучивание Па польки назад и в повороте.	1 ч.	
26	Разминка. Разучивание современного танца «Зумба».	1 ч.	
27	Разминка. Разучивание отдельных элементов современного танца «Зумба».	1 ч.	
28	Детский фитнес. Игровой стрейчинг.	1 ч.	
29	Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения. Повторение и отработка современного танца «Зумба».	1 ч.	
30	Повторение всего пройденного материала. Выступление на новогодних мероприятиях.	1 ч.	
31	Детский фитнес. Растяжка.	1 ч.	
32	Танцевальная импровизация. Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку.	1 ч.	
33	Повторение и отработка танцев «Маленькие звезды » и отработка современного танца «Зумба». Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений.	1 ч.	
34	Демонстрация и разучивание танца «Встреча»	1 ч.	
35	Разучивание отдельных элементов танца «Встреча».	1 ч.	
36	Отработка танца «Встреча». Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений	1 ч.	
37	Танцевально-образные движения: змея,	1 ч.	

	кошка, цапля. Танец на координацию движения «Соку-бачи-вира».		
38	Составляющие характера танца: мимика, жесты, танцевальные акценты и т.д.	1 ч.	
39	Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг, квадрат. Повторение танца «Встреча».	1 ч.	
40	Разминка. Повторение современного танца «Зумба».	1 ч.	
41	Демонстрация и разучивание танца «Аррива».	1 ч.	
42	Танцевально-образная импровизация, людей разных профессий (кузнец, вышивальщица, водитель и художник). Повторение движений современного танца. Подготовка к праздникам. Повторение и отработка выученных танцев.	1 ч.	
43	Разучивание отдельных элементов в танце «Аррива».	1 ч.	
44	Подготовка к празднику 8 марта. Повторение и отработка выученных танцев.	1 ч.	
45	Разминка. Повторение танца «Встреча»	1 ч.	
46	Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения. Отработка танца «Аррива».	1 ч.	
47	Подготовка к мероприятию, посв. 8 Марта. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений	1 ч.	
48	Разминка. Позиции ног, рук, головы в танце «Аррива». Перестроение в танце.	1 ч.	
49	Разминка. Подробное изучение перестроения в танце «Аррива».	1 ч.	
50	Отработка танца «Аррива».	1 ч.	
51	Детский фитнес. Игра «Будильник», «Шарик».	1 ч.	
52	Повторение и закрепление выученных движений танцу «Аррива».	1 ч.	
53	Соединение выученных движений в одну картинку танца «Аррива».	1 ч.	
54	Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений	1 ч.	
55	Разминка. Постановка рук (позиция руки на поясе, положение рук в стороны, вперед, вверх). Отработка четкости и ритмичности движений	1 ч.	
56	Демонстрация и разучивание элементов современного танца «Густаву лима».	1 ч.	

57	Разминка. Разучивание дополнительных движений к танцу.	1 ч.	
58	Разминка. Отработка движений в танце «Густаву лима».	1 ч.	
59	Отработка четкости и ритмичности движений.	1 ч.	
60	Повторение и закрепление выученных танца «Аррива».	1 ч.	
61	Прогонная репетиция выученных танцев. Отработка четкости и ритмичности движений.	1 ч.	
62	Дыхательная гимнастика. Ритмические игры с детьми.	1 ч.	
63	Повторение Народного танца. Повторение Берлинской польки. Повторение танца «Встреча».	1 ч.	
64	Разучивание шуточного танца «Макароны».	1 ч.	
65	Разучивание отдельных элементов и объединение в общую картину танца.	1 ч.	
66	Танцевальная импровизация. Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку.	1 ч.	
67	Отработка шуточного танца «Макароны». Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений.	1 ч.	
68	Подготовка к отчетному концерту. Отработка всех выученных танцев.	1 ч.	
69	Концерт посвященный Дню Защиты Детей. Участие в концерте.	1 ч.	
70	Обсуждение проведенного отчетного концерта. Игры с детьми. Подведение итогов.	1 ч.	

## Планируемые результаты

В результате освоения данной программы учащиеся должны **знать:**

- настроение и характер музыки.
- жанровые особенности музыки.
- виды движений, используемые в процессе музыкально-ритмического исполнения.
- навыки культурного поведения в процессе группового общения.
- узнавать музыкальное произведение, называть автора;
- виды основных движений, используемые для передачи музыкального образа;
- контрасты и характер музыки;
- стиль музыкального произведения.

**уметь:**

- передавать в пластике разнообразный характер музыки;
- передавать основные средства музыкальной выразительности: темп, динамику, регистр 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;
- передавать в пластике музыкальный образ;
- перестраиваться в круг. Становится в пары и друг за другом и т.д.
- сочинять несложные плясовые движения;
- выражать различные эмоции в мимике и пантомимике;
- сочувствовать и сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам.

***Личностные результаты*** - отражают индивидуальные личностные качества учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения программного материала. Это:

- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России;
- понимание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья;
- понимание основных принципов культуры безопасного, здорового образа жизни;
- знания о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения;
- готовность и способность к саморазвитию и самообучению;
- уважительное отношение к иному мнению;
- приобретение основных навыков сотрудничества со взрослыми людьми и сверстниками;
- этические чувства доброжелательности, толерантности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам и обстоятельствам других людей;
- умение управлять своими эмоциями;
- дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- навыки творческого подхода в решении различных задач, к работе на результат;
- оказание бескорыстной помощи окружающим.

***Метапредметные результаты*** - характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий учащихся, которые проявляются в познавательной и практической деятельности. Это:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить для себя новые задачи, акцентировать мотивы и развивать интересы своей познавательной деятельности в области вида спорта «настольный теннис»;

- умение планировать, контролировать и объективно оценивать свои физические, учебные и практические действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- самостоятельно оценивать уровень сложности заданий (упражнений) во время занятий в соответствии с возможностями своего организма;
- находить компромиссы и общие решения, разрешать конфликты на основе согласования различных позиций;
- формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение, уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.