|  |  |
| --- | --- |
| **Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**  **«Средняя школа № 53»**  **Г. Тверь** | **«УТВЕРЖДЕНО»**  **Приказ № \_\_\_**  **по МБОУ СШ № 53**  **от «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20 года**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  **Директор МБОУ СШ № 53**  **Л.К. Зверькова** |

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПО ХОРЕОГРАФИИ**

**«Потанцуй - КА»**

Срок реализации программы – 1 год

1. **Пояснительная записка**

Программа платных образовательных услуг для детей по хореографии «Потанцуй-КА» предоставляет широкие возможности разностороннего развития и обучения основам танцевального искусства.Образовательная программа направлена на развитие творческого потенциала ребенка с акцентом на его индивидуальные особенности физического и психологического развития. Танцевальная деятельность дает возможность для формирования и развития физических особенностей ребенка, является средством самовыражения. Как утверждает ряд психологов, занятия танцами, положительно влияют на гармонизацию личности ребенка, на его социализацию в обществе.

Данная образовательная программа нацелена не только на развитие физических данных ребенка, но и на развитие его психологических особенностей посредством занятия танцами. В процессе обучения, осуществляется работа над телесными зажимами, развивается чувство ритма, формируются новые нейронные связи, все это позволяет открыть внутренний мир ребенка, и выразить его индивидуальность. Важнейшей составляющей успешного обучения, самореализации и социализации детей является развитие психологических особенностей.

Особое место в дошкольном возрасте занимает игра, ее активное использование делает не только интереснее занятие, но и позволяет быстро и эффективно добиться поставленных целей. Игра несет в себе и характер развлечения, и основу обучения, и особый пласт психологического развития. Специально подобранные танцевально-игровые упражнения направлены на развитие психологических особенностей дошкольника.

В младшем школьном возрасте основными видами деятельности являются обучение, общение и так же игра. В процессе обучения, по данной образовательной программе, дети получают определенные знания умения и навыки основ детской хореографии. В процессе групповой работы, осуществляется взаимодействие между обучающимися, улучшает их коммуникативную структуру интеллекта. Общение, взаимодействие и совместное творчество учит правильно воспринимать и понимать дуг друга.

Как известно, музыка является основой танцевальной деятельности, поэтому все упражнения выступают в синтезе с музыкальным материалом. У детей формируется умение передавать услышанный музыкальный образ через пластику тела, умение различать характер музыкального материала и т.п.

В образовательном процессе главная роль отводится эстетическому воспитанию.

Данная программа предполагает интенсивную физическую нагрузку.

**Художественно-эстетическая направленность программы,**нацелена:

* на приобщение детей дошкольного и младшего школьного возрастов к основам хореографического искусства;
* выявление одаренных детей с целью развития их творческих способностей;
* формирование гармонично и всесторонне развитой личности в процессе овладения искусством танца,
* развитие художественной одаренности в области танцевально-исполнительского мастерства;
* развитие психологических особенностей,
* развитие познавательной сферы ребенка;
* формирование художественно-образного восприятия и мышления.

**Новизна данной образовательной программы**заключается в комплексном использовании методов развития физических и психологических особенностей. Выбор основных методов обучения основан на возрастных и индивидуальных особенностях детей дошкольного и младшего школьного возрастов.

**Актуальность данной образовательной программы**характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области хореографии. Очень часто дети начинают заниматься хореографией уже в дошкольном возрасте, так как родители справедливо считают, что ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников.

В образовательных учреждениях города всегда высока потребность в услугах танцевально-хореографических коллективов. Любое культурно-массовое мероприятие без этого не обходится. Такой интерес и востребованность в дополнительных образовательных услугах художественно-эстетического направления служит причиной создания образовательной программы “Потанцуй-КА”.

Современный социальный заказ на образование обусловлен и задачами художественного образования школьников, которые выдвигаются в концепции модернизации российского образования. В ней подчеркивается важность художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей предметов художественно-эстетической направленности, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность.

Программа направлена на формирование и развитие у воспитанников таких физических данных, как подвижность, выносливость, сила, ловкость, на развитие танцевальных данных: гибкости, пластичности, танцевального шага и т. п. Специально подобранные танцевально-игровые упражнения способствуют развитию мелкой моторики рук, координации, внимания, воображения, памяти, познавательной сферы и эмоциональности. Развивается также и познавательный интерес. Умело подобранные упражнения, пляски, игры, воспитывают у детей правильное отношение к окружающему миру, углубляют представление о жизни и труде взрослых, различных явлениях природы.

**Педагогическая целесообразность образовательной программы**(мера педагогического вмешательства, разумная достаточность; предоставление самостоятельности и возможностей для самовыражения самому учащемуся). Педагогическая целесообразность образовательной программы “Потанцуй-КА” определена тем, что ориентирует воспитанника на приобщение каждого ребенка к танцевально-музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства. Кроме того, педагогическую целесообразность образовательной программы занимает формирование чувства ответственности у ребенка в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе.

**Главная цель** программы–развитие физических и психологических особенностей детей посредством занятия танцевальной деятельностью.

**Задачи:**

**Обучающие:**

* обучить основным элементам танцевальной разминки;
* обучить основам детской хореографии;
* обучить танцевально-игровым упражнениям.

**Развивающие:**

* развивать физические данные ребенка;
* способствовать снятию мышечных и психологических зажимов посредством танцевального движения;
* развивать психологические особенности ребенка;
* формировать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка;
* развить воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
* развить познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
* развивать художественный вкус.

**Воспитательные:**

* воспитать культуру поведения и общения;
* воспитать умение ребенка работать в коллективе;
* заложить основы становления эстетически развитой личности;
* воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

**Сроки реализации** образовательной программы– 1 год.

**Программа рассчитана на детей с 4 до 10 лет.**

Группа формируется без предварительного отбора.

**Учебная программа делится на две части:**

**Для детей дошкольного возраста.**

* **I занятие** включает упражнения на разминку определенных групп мышц. По длительности – 30 минут. «*Танцевальная разминка*» – упражнения направленные на развитие и формирование таких танцевальных данных как: подвижность голеностопа, танцевальный шаг, прыжок, растяжка и т.п.
* **II занятие** включает танцевально-игровые задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. По длительности – 30 минут. «*Танцевально-игровые задания*» – упражнения направленные на развитие таких психологических особенностей как: мелкая моторика рук, координация, внимание, воображение, эмоциональность, память и т.п.

Для детей дошкольного возраста в процессе занятия предполагается релаксирующие, расслабляющие упражнения (из расчета не менее 10 минут на каждое занятие)

**Для детей младшего школьного возраста.**

* **I** **занятие** включает упражнения на разминку определенных групп мышц. По длительности – 30 минут. «*Танцевальная разминка*» – упражнения направленные на развитие и формирование таких танцевальных данных как: подвижность голеностопа, танцевальный шаг, прыжок, растяжка и т.п.
* **II занятие** включает танцевально-игровые задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. По длительности – 30 минут. «*Танцевально-игровые задания*» – упражнения направленные на развитие таких психологических особенностей как: мелкая моторика рук, координация, внимание, воображение, эмоциональность, память и т.п.

**Формы занятий:**

* традиционное занятие;
* комбинированное занятие;
* практическое занятие;
* игра, праздник, конкурс, фестиваль;
* творческая встреча;
* репетиция;
* концерт, открытый урок.

**Формы организации деятельности воспитанников на занятии:**

* фронтальная;
* в парах;
* групповая;
* индивидуально–групповая;
* ансамблевая.

**Режим занятий**:

Занятия начинаются с октября по май, проводятся **два раза в неделю по два** комбинированных занятия по **30 минут (одно занятие).** Длительность одного учебного часа составляет 30 минут. Для детей 4-5 лет занятие проводится с условием не более 20 минут интенсивной физической нагрузки.

**Приемы и методы организации образовательного процесса:**

* словесный (устное изложение, беседа и т. д.);
* наглядный (показ видеоматериалов, иллюстрации, наблюдение, показ педагогом);
* практический (упражнения).

**Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:**

* объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
* репродуктивный – дети воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности.

**Приемы:**

* игра;
* беседа;
* показ видеоматериалов;
* показ педагогом;
* наблюдение.

**Общие ожидаемые результаты обучения:**

* Обучающие знают и умеют выполнять основные элементы танцевальной разминки;
* Учатся передавать музыкальный образ через пластику тела;
* Учатся распознавать и эмоционально передавать характер музыкального материала;
* Учатся изображать через пластику тела элементы окружающего мира (предметы, животных и т.п.);
* Пробуют самостоятельно придумывать движения.

Для определения показателя эффективности проведенной педагогической работы и представления достижения результатов деятельности детей является участие детей в различных мероприятиях.

**Дидактический материал, используемый в процессе организации занятий:**

Фотографии, литература по хореографии, ритмике, пластике, танцу, видео – аудиозаписи, правила поведения на сцене, словари терминов.

1. **Учебный план работы групп дошкольного возраста (подготовительный уровень)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Основные разделы программы** | **Количество учебных часов** | | | |
| **всего** | Теория | | Практика |
| Вводное занятие | **1** | | **1** |  |
| «*Танцевальная разминка»* | **27** | | **-** | **27** |
| «*Танцевально-игровое занятие»* | **28** | | **-** | **28** |
| Итого часов: | **56** | | **1** | **55** |

1. **Учебный план работы групп дошкольного возраста (интенсивный уровень)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Основные разделы программы** | **Количество учебных часов** | | | |
| **всего** | Теория | | Практика |
| Вводное занятие | **2** | | **1** | **1** |
| «*Танцевальная разминка»* | **55** | | **-** | **55** |
| «*Танцевально-игровое занятие»* | **55** | | **-** | **55** |
| Итого часов: | **112** | | **1** | **111** |

1. **Учебный план работы групп младшего школьного возраста (интенсивный уровень)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Основные разделы программы** | **Количество учебных часов** | | | |
| **всего** | Теория | | Практика |
| Вводное занятие | **2** | | **1** | **1** |
| «*Танцевальная разминка»* | **55** | | **-** | **55** |
| «*Танцевально-игровое занятие»* | **55** | | **-** | **55** |
| Итого часов: | **112** | | **1** | **111** |

**Календарно-тематический план работы групп (подготовительный уровень)**

**1 часть «Танцевальная разминка»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ темы** | **Наименование разделов и тем** | **Количество часов** | |
| **теория** | **практика** |
| 1. | Вводное занятие. Первичный инструктаж по ТБ. | 1 |  |
| 2. | Что такое разминка? Особенности танцевальной разминки. |  | 1 |
| 3. | Активная разминка. Прыжки. |  | 6 |
| 4. | Ленивая разминка (упражнения в партере) |  | 5 |
| 5. | Упражнения на развитие эластичности мышц. Растяжка. |  | 5 |
| 6. | Упражнения на развитие подвижности голеностопа, развитие танцевального шага. |  | 5 |
| 7. | Упражнения на укрепление мышц спины и живота. |  | 5 |
| **Итого часов:** |  | **1** | **27** |

**2 часть «Танцевально-игровое занятие»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ темы** | **Наименование разделов и тем** | **Количество часов** | |
| **теория** | **практика** |
| 1. | Танцевальная игра «Повтори-ка» |  | 6 |
| 2. | Игра «Танцуем пальчиками» |  | 5 |
| 3. | Игра «Веселый - грустный» |  | 6 |
| 4. | Танцевальная игра «Изобрази» |  | 5 |
| 5. | Танцевальная игра «Придумай сам» |  | 6 |
| **Итого часов:** |  |  | **28** |

**Календарно-тематический план работы групп (интенсивный уровень)**

**1 часть «Танцевальная разминка»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ темы** | **Наименование разделов и тем** | **Количество часов** | |
| **теория** | **практика** |
| 1. | Вводное занятие. Первичный инструктаж по ТБ. | 1 |  |
| 2. | Что такое разминка? Особенности танцевальной разминки. |  | 1 |
| 3. | Активная разминка. Прыжки. |  | 11 |
| 4. | Ленивая разминка (упражнения в партере) |  | 11 |
| 5. | Упражнения на развитие эластичности мышц. Растяжка. |  | 11 |
| 6. | Упражнения на развитие подвижности голеностопа, развитие танцевального шага. |  | 11 |
| 7. | Упражнения на укрепление мышц спины и живота. |  | 11 |
| **Итого часов:** |  | **1** | **56** |

**2 часть «Танцевально-игровое занятие»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ темы** | **Наименование разделов и тем** | **Количество часов** | |
| **теория** | **практика** |
| 1. | Танцевальная игра «Повтори-ка» |  | 11 |
| 2. | Игра «Танцуем пальчиками» |  | 11 |
| 3. | Игра «Веселый - грустный» |  | 11 |
| 4. | Танцевальная игра «Изобрази» |  | 11 |
| 5. | Танцевальная игра «Придумай сам» |  | 11 |
| **Итого часов:** |  |  | **55** |

**3.Содержание программы работы групп (подготовительный уровень)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Занятие №** | **Тема** | **Часы** |
|  | **1 часть.**Вводное занятие. Первичный инструктаж по ТБ. Что такое разминка? Особенности танцевальной разминки. | 2 |
|  | **1 часть.** Активная разминка. Прыжки. | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Повтори-ка». | 1 |
|  | **1 часть.** Ленивая разминка (упражнения в партере). | 1 |
| **2 часть.** Игра «Танцуем пальчиками». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие эластичности мышц. Растяжка. | 1 |
| **2часть.** Игра «Веселый - грустный». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие подвижности голеностопа, развитие танцевального шага. | 1 |
| **2 часть.** Танцевальная игра «Изобрази» | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на укрепление мышц спины и живота. | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Придумай сам» | 1 |
|  | **1 часть.** Активная разминка. Прыжки. | 1 |
| **2 часть.** Танцевальная игра «Изобрази» | 1 |
|  | **1 часть.** Ленивая разминка (упражнения в партере). | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Повтори-ка». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие эластичности мышц. Растяжка. | 1 |
| **2 часть.** Танцевальная игра «Придумай сам» | 1 |
|  | **1 часть**. Упражнения на развитие подвижности голеностопа, развитие танцевального шага. | 1 |
| **2часть.** Игра «Танцуем пальчиками». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на укрепление мышц спины и живота. | 1 |
| **2 часть.** Игра «Веселый - грустный». | 1 |
|  | **1 часть.** Активная разминка. Прыжки. | 1 |
| **2часть.** Игра «Танцуем пальчиками». | 1 |
|  | **1 часть.** Ленивая разминка (упражнения в партере). | 1 |
| **2 часть.** Игра «Веселый - грустный». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие эластичности мышц. Растяжка. | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Придумай сам» | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие подвижности голеностопа, развитие танцевального шага. | 1 |
| **2 часть.** Танцевальная игра «Повтори-ка». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на укрепление мышц спины и живота. | 1 |
| **2 часть.** Танцевальная игра «Изобрази» | 1 |
|  | **1 часть.** Активная разминка. Прыжки. | 1 |
| **2 часть.** Танцевальная игра «Придумай сам» | 1 |
|  | **1 часть.**Ленивая разминка (упражнения в партере). | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Повтори-ка». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие эластичности мышц. Растяжка. | 1 |
| **2 часть.**Танцевальная игра «Изобрази» | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие подвижности голеностопа, развитие танцевального шага. | 1 |
| **2часть.** Игра «Веселый - грустный». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие подвижности голеностопа, развитие танцевального шага.  **2 часть.** Танцевальная игра «Повтори-ка». | 1  1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на укрепление мышц спины и живота. | 1 |
| **2 часть.** Игра «Танцуем пальчиками». | 1 |
|  | **1 часть.** Активная разминка. Прыжки. | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Изобрази» | 1 |
|  | **1 часть.** Ленивая разминка (упражнения в партере). | 1 |
| **2 часть.** Игра «Веселый - грустный». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие эластичности мышц. Растяжка. | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Повтори-ка». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие подвижности голеностопа, развитие танцевального шага. | 1 |
| **2 часть.** Игра «Танцуем пальчиками». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на укрепление мышц спины и живота. | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Придумай сам» | 1 |
|  | **1 часть.** Активная разминка. Прыжки. | 1 |
| **2 часть.** Игра «Веселый - грустный». | 1 |
| **Итого часов:** |  | **56** |

**3.Содержание программы работы групп (интенсивный уровень)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Занятие №** | **Тема** | **Часы** |
|  | **1 часть.** Вводное занятие. Первичный инструктаж по ТБ. Что такое разминка? Особенности танцевальной разминки. | 2 |
|  | **1 часть.** Активная разминка. Прыжки. | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Повтори-ка». | 1 |
|  | **1 часть.** Ленивая разминка (упражнения в партере). | 1 |
| **2 часть.** Игра «Танцуем пальчиками». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие эластичности мышц. Растяжка. | 1 |
| **2часть.** Игра «Веселый - грустный». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие подвижности голеностопа, развитие танцевального шага. | 1 |
| **2 часть.** Танцевальная игра «Изобрази» | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на укрепление мышц спины и живота. | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Придумай сам» | 1 |
|  | **1 часть.** Активная разминка. Прыжки. | 1 |
| **2 часть.** Танцевальная игра «Изобрази» | 1 |
|  | **1 часть.** Ленивая разминка (упражнения в партере). | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Повтори-ка». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие эластичности мышц. Растяжка. | 1 |
| **2 часть.** Танцевальная игра «Придумай сам» | 1 |
|  | **1 часть**. Упражнения на развитие подвижности голеностопа, развитие танцевального шага. | 1 |
| **2часть.** Игра «Танцуем пальчиками». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на укрепление мышц спины и живота. | 1 |
| **2 часть.** Игра «Веселый - грустный». | 1 |
|  | **1 часть.** Активная разминка. Прыжки. | 1 |
| **2часть.** Игра «Танцуем пальчиками». | 1 |
|  | **1 часть.** Ленивая разминка (упражнения в партере). | 1 |
| **2 часть.** Игра «Веселый - грустный». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие эластичности мышц. Растяжка. | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Придумай сам» | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие подвижности голеностопа, развитие танцевального шага. | 1 |
| **2 часть.** Танцевальная игра «Повтори-ка». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на укрепление мышц спины и живота. | 1 |
| **2 часть.** Танцевальная игра «Изобрази» | 1 |
|  | **1 часть.** Активная разминка. Прыжки. | 1 |
| **2 часть.** Танцевальная игра «Придумай сам» | 1 |
|  | **1 часть.**Ленивая разминка (упражнения в партере). | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Повтори-ка». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие эластичности мышц. Растяжка. | 1 |
| **2 часть.**Танцевальная игра «Изобрази» | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие подвижности голеностопа, развитие танцевального шага. | 1 |
| **2часть.** Игра «Веселый - грустный». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие подвижности голеностопа, развитие танцевального шага.  **2 часть.** Танцевальная игра «Повтори-ка». | 1  1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на укрепление мышц спины и живота. | 1 |
| **2 часть.** Игра «Танцуем пальчиками». | 1 |
|  | **1 часть.** Активная разминка. Прыжки. | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Изобрази» | 1 |
|  | **1 часть.** Ленивая разминка (упражнения в партере). | 1 |
| **2 часть.** Игра «Веселый - грустный». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие эластичности мышц. Растяжка. | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Повтори-ка». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие подвижности голеностопа, развитие танцевального шага. | 1 |
| **2 часть.** Игра «Танцуем пальчиками». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на укрепление мышц спины и живота. | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Придумай сам» | 1 |
|  | **1 часть.** Активная разминка. Прыжки. | 1 |
| **2 часть.** Игра «Веселый - грустный». | 1 |
|  | **1 часть.** Ленивая разминка (упражнения в партере). | 1 |
| **2часть.** Игра «Танцуем пальчиками». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие эластичности мышц. Растяжка. | 1 |
| **2 часть.** Танцевальная игра «Изобрази» | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие подвижности голеностопа, развитие танцевального шага. | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Придумай сам» | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на укрепление мышц спины и живота. | 1 |
| **2 часть.** Танцевальная игра «Повтори-ка». | 1 |
|  | **1 часть.** Активная разминка. Прыжки. | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Придумай сам» | 1 |
|  | **1 часть.** Ленивая разминка (упражнения в партере). | 1 |
| **2 часть.** Игра «Танцуем пальчиками». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие эластичности мышц. Растяжка. | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Повтори-ка». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие подвижности голеностопа, развитие танцевального шага. | 1 |
| **2 часть.** Игра «Веселый - грустный». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на укрепление мышц спины и живота. | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Изобрази» | 1 |
|  | **1 часть.** Активная разминка. Прыжки. | 1 |
| **2 часть.** Танцевальная игра «Повтори-ка». | 1 |
|  | **1 часть.** Ленивая разминка (упражнения в партере). | 1 |
| **2часть.** Игра «Веселый - грустный». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие эластичности мышц. Растяжка. | 1 |
| **2 часть.** Танцевальная игра «Придумай сам» | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие подвижности голеностопа, развитие танцевального шага. | 1 |
| **2часть.** Игра «Танцуем пальчиками». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на укрепление мышц спины и живота. | 1 |
| **2 часть.** Танцевальная игра «Изобрази» | 1 |
|  | **1 часть.** Активная разминка. Прыжки. | 1 |
| **2часть.** Игра «Веселый - грустный». | 1 |
|  | **1 часть.** Ленивая разминка (упражнения в партере). | 1 |
| **2 часть.** Игра «Танцуем пальчиками». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие эластичности мышц. Растяжка. | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Повтори-ка». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие подвижности голеностопа, развитие танцевального шага. | 1 |
| **2 часть.** Танцевальная игра «Придумай сам» | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на укрепление мышц спины и живота. | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Изобрази» | 1 |
|  | **1 часть.** Активная разминка. Прыжки. | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Повтори-ка». | 1 |
|  | **1 часть.** Ленивая разминка (упражнения в партере). | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Изобрази» | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие эластичности мышц. Растяжка. | 1 |
| **2часть.** Игра «Танцуем пальчиками». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие подвижности голеностопа, развитие танцевального шага. | 1 |
| **2часть.** Игра «Веселый - грустный». | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на укрепление мышц спины и живота. | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Придумай сам» | 1 |
|  | **1 часть.** Активная разминка. Прыжки. | 1 |
| **2часть.** Танцевальная игра «Повтори-ка». | 1 |
|  | **1 часть.** Ленивая разминка (упражнения в партере). | 1 |
| **2часть.**Танцевальная игра «Изобрази» | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие эластичности мышц. Растяжка. | 1 |
| **2часть.**Танцевальная игра «Придумай сам» | 1 |
|  | **1 часть.** Упражнения на развитие подвижности голеностопа, развитие танцевального шага.  **2часть.** Игра «Веселый - грустный». | 1  1 |
| **Итого часов:** |  | **112** |

**3.Методическое обеспечение образовательной программы**

Методы реализации программы включают в себя следующее:

* метод наглядно-выразительного показа методики исполнения;
* рассказ, объяснение, беседа – это и есть словесный метод обучения. Он дает возможность воспринимать большой объем информации;
* метод иллюстрации – показ иллюстрированных пособий;
* использование видеоматериала, что способствует боле глубокому усвоению знаний.

**Условия для реализации программы.**

Данная образовательная программа предполагает работу с учетом индивидуальных особенностей детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Занятие проводится в просторном помещении, оборудованном специальными станками и зеркалами. Для занятия в партере необходимы мягкие коврики, при исполнении акробатических элементов или поддержек обязательно наличие специальных матов. Помещение должно быть проветриваемым и оснащено музыкальной техникой. Необходимо помещение для переодевания. Форму для занятий и специальную обувь ученики приобретают сами по указанию педагога.

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть. Форму занятий можно определить как творческую, студийную деятельность детей.

Занятия включают в себя организационную, теоретическую и практическую части. Организационная часть должна обеспечить наличие всех необходимых для работы материалов и иллюстраций. Теоретическая часть занятий при работе должна быть максимально компактной и включать в себя необходимую информацию о теме и предмете знания.

**Технические средства.**

Музыкальный проигрыватель, колонки.

**Педагогические условия, реализуемые в образовательном процессе:**

* дифференцированное обучение;
* игровые технологии;
* технология развивающего обучения.

**4.Список использованной литературы**

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: Учебное пособие для вузов.-М.: Академический Проект,2010.-623с.

2. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – СПб.: Лань, 1964.-240с.

3. Барышникова Т. “Азбука хореографии”, СПб.:Люкси, 1996.-256с.

4. Бекина С. и др. “Музыка и движение”, М., Просвещение, 1984 г.-287с.

5. Возрастная и педагогическая психология: Детство, отрочество, юность – М.: Академия, - 2000, с.38.

6. Грёнлюнд Э., Оганесян Н. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика. СПб.: Речь, 2004. 286с.

7. Гугушвили Н. С. Влияние занятий хореографией на человека / Н. С. Гугушвили // Молодой ученый. — 2015. — №3. — С. 893 - 895.

8. Крайг Г. Психология развития (Пер. с англ.) - СПб, 2010,-987 с.

9. Мейнель К., Шнабель Г. Учение о движении – спортивная моторика. Берлин, 2001.-110с.

10. Мехлинг Г., Эффенберг А. Перспективы аудиомоторики / Практически ориентированное учение о движении, как прикладная спортивная моторика. Лейпцигские спортивно-научные статьи, № 5, 1999.-31с.

11. Пряхина О.В. Программа «Пластика движений».- В сб.: Программы для учреждений дополнительного образования детей. Вып. 2.- 2-е изд.- М.: ГОУ ЦРСДОД, 2003, с. 71-73.

12. “О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке детей дошкольного возраста в организованных формах обучения”. Письмо МО РФ от 14.03.2000. № 65/ 23-16

13. Урунтаева Г. “Дошкольная психология”, М.: Академия. 1996.-336с.