Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Белоярская средняя школа»

Принята
методическим советом
протокол № 1 от 28.08.2026

Утверждена приказом
директора
МБОУ «Белоярская СШ»
от 31.08.2026 № 106/16

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа физкультурно-спортивной направленности «Здравствуй, это я!»

Возраст учащихся: 7 – 17 лет
Срок реализации: 1 год

Автор – составитель:
Заика Ольга Алексеевна,
педагог дополнительного образования

с. Белый Яр, 2026

Содержание программы

Раздел I. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы	3
1. Пояснительная записка.	3
2. Цель и задачи программы.	5
3. Содержание программы.	5
4. Планируемые результаты.	7
Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной программы	9
1. Формы аттестации.	9
2. Оценочные материалы.	10
3. Рабочая программа.	15
4. Рабочая программа воспитания	19
5. Список литературы.	22
6. Приложения	26

I. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы

1. Пояснительная записка.

Программа ««Здравствуй, это я!» включает в себя несколько направлений: Азбука музыкального сопровождения, азбука танцевального движения

- этом разделе музыкальная грамота и музыкально-ритмические игры. В процессе учащиеся учатся чувствовать динамические оттенки музыки, определять темп, ритм. Тренаж современной пластики
- упражнение на полу на растяжку мышц тела. Танцы в современных ритмах
- Упражнения на развитие артистичности, воображения, фантазии, изучаются законы импровизации и драматургии.
- Постановочная работа
- обучающиеся овладевают разнообразием стилей исполнения танцев различных народов и культур.
- Репетиционная работа и сценическая практика
- позволяет познакомиться с историей и культурным наследием своего народа. Танцевальная композиция - включает упражнения, этюды, экспромты для приобщения детей к творческой самостоятельности и развития воображения. Развивается творческая инициатива детей, умение передать музыку и содержание образа движением.

Направленность: художественная.

Нормативно – правовое обеспечение программы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции).
2. Приказ Минпросвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р (в ред.
4. Устав МБОУ «Белоярская СШ».
5. Положение о дополнительном образовании в МБОУ «Белоярская СШ».

Актуальность: обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству, приобщению детей к здоровому образу жизни и к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития. Программа позволяет пробудить в детях интерес к культуре и искусству, построение образовательного процесса и предложенные в программе комплексы упражнений помогают приобщать их к здоровому образу жизни.

Новизна: в последнее время в дошкольных учреждениях чаще стали применять упражнения ритмической гимнастики, игрового стретчинга, танцев. Наиболее популярным является ритмический и современный танец, который берет свое начало в глубокой древности. Без танцев трудно представить любой праздник. Как изобразить растущий цветок, мерцание звезд, падающие капли дождя, удаль добрых молодцов, нежность прекрасных девиц? Перечислять можно до бесконечности. Все это можно выразить языком движений. Танец - всегда король на празднике!

Отличительные особенности:

На занятиях применяются различные педагогические технологии: традиционного обучения, здоровье сберегающие. Также на занятиях активно используются следующие методы и технологии: метод целостного освоения упражнений и движений (использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее; в эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения); ступенчатый метод (практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения движения, улучшения выразительности движения; метод может применяться при изучении сложных движений); игровой метод (используется при проведении музыкально-ритмических дидактических игр, основан на элементах соперничества обучающихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата, повышает эмоциональность обучения).

- **Адресат.** Программа ориентирована на учащихся 7-17лет, проявляющих интерес к художественному творчеству. Для школьника характерны жизнерадостность, подвижность, доверчивость. Внимание детей этого возраста отличается неустойчивостью: они легко

отвлекаются, им трудно сосредотачиваться на одном и том же задании. Мышление преобладает конкретно-образное. Дети живут в мире образов, зачастую не менее реальных для них, чем окружающая действительность. Ребенок учится ставить цели, контролировать себя и усваивать новые зания.

- Эмоциональная неустойчивость, импульсивность, формирование самооценки через школьные успехи.
- Интимно-личностное общение со сверстниками. Главная потребность — найти свое место в группе, быть принятым и понятым ровесниками.

Поэтому занятия по хореографии строятся в игровой форме, состоящей из взаимосвязанных практических упражнений, заданий, направленных на развитие творческих способностей учащихся, навыков координации движений, формирование правильной осанки. Через импровизацию происходит творческое самовыражение детей, развивается воображение и фантазия. Наиболее действенной в работе с детьми данного возраста является цепочка «потребность - переживание – действие», которая наиболее четко реализуется в танцевально-музыкальных играх. Занятия проводятся три раза в неделю. Продолжительность занятия - 40 мин. Количество детей в группе 10 -15 человек.

Набор осуществляется путём регистрации в системе «Навигатор дополнительного образования в Республике Хакасия» и на основании заявления родителей (лиц, их заменяющих) в соответствии с локальным актом Правила приема учащихся.

Форма обучения: очная.

Объем и срок освоения программы: 1 год, 216 часов.

Особенности организации образовательного процесса: Обучение строится на следующих принципах:

- **добровольность** (зачисление ребенка в группу возможно только по его желанию, на основе свободного выбора);
- **взаимоуважение** (все общение ребенка со сверстниками и с педагогами должно строится на основе взаимоуважения, как и общение педагога с каждым членом детского коллектива);
- **личный подход** (личность каждого ребенка является ценностью);
- **последовательность** (соблюдать главный принцип «от простого к сложному» с постепенным усложнением лексики, композиции заданий и танцевальных этюдов);
- **доступность** (на каждом возрастном этапе предложенный материал доступен пониманию ребенка);
- **опора на интерес** (важно развивать интерес так, что даже тяжелые физические нагрузки воспринимались с положительными эмоциями).
- **адекватность** (соответствия репертуара и нагрузки возрастным и психолого- физиологическим особенностям детей);
- **обратная** связь (взаимообмен впечатлениями от прошедшего занятия, выступления, концерта).
- Каждое занятие включает теоретическую часть и практическое выполнение задания. Теоретические сведения – это повтор пройденного материала, объяснение нового, информация познавательного характера Основное место в программе отводится практическим заданиям. Нагрузка во время занятий соответствует силам и возможностям учащихся, обеспечивая их занятость в течение всего занятия.

Для проведения занятий используются разные формы: занятия – тренинги (основой занятий является тренаж), занятия - импровизации, занятия – концерты, зачетные занятия, открытые занятия, занятие - конкурс, соревнование

Режим, периодичность и продолжительность занятий: общее количество часов в год – 216; количество занятий в неделю – 3, часов в неделю – 6 Основной формой обучения является занятие. Занятия проводятся продолжительностью 40 минут с 10-минутным перерывом для отдыха. Виды занятий определяются содержанием программы и предусматривают теоретические и практические виды деятельности.

2. Цель и задачи Программы

Создание условий для раскрытия творческого потенциала каждого ребенка средствами хореографического искусства и танцевальной импровизации.
Для достижения данной цели программа предусматривает выполнение **задач:**

- сформировать базовые хореографические навыки в области детского, классического, народного танца, элементарных навыков ритмики, актерского мастерства;
- сформировать умения свободно, красиво и органично выражать себя в танце, отражая содержание музыкального произведения.
- развить музыкальный слух и ритм, пластику и грацию в движениях, эстетический вкус;
- развить воображение, фантазию, умение выполнять танцевальные движения для выражения характера музыки;
- развить творческие способности, художественный вкус и умение творчески мыслить.
- воспитать морально-волевые качества: терпение, настойчивость, уверенность в своих силах;
- воспитать культуру межличностного поведения и общения.

3. Содержание программы

Учебно-тематический план

№	Тема занятия.	Практика	Теория	Всего часов	Формы аттестации/ контроля
1.	**Вводное занятие.**	**-**	**2**	**2**	опрос
2.	**Азбука музыкального сопровождения, азбука танцевального движения. Развитие музыкальности:** • комплекс упражнений; • музыкальные игры;	**2**	**2**	**4**	опрос
3.	**Тренаж современной пластики:** • упражнения, развивающие гибкость и пластичность.	**12**	**2**	**14**	наблюдение
4.	**Танцы в современных ритмах:** комплекс упражнений	**18**	**-**	**18**	наблюдение
5.	**Постановочная работа:** • хоровод, его шаги; • пляска, ее движения; построение в рисунки.	**8**	**2**	**10**	танцевальные номера, (танцевальные комбинации)
6.	• Репетиционная работа.	**12**	**-**	**12**	практическая работа.
7.	Сценическая практика	**8**	**2**	**10**	выступления на конкурсах , защита творческих этюдов
8.	**Промежуточная аттестация**	**2**		**2**	Занятие – зачет, устный опрос
	ИТОГО:	62	8	72	

Содержание учебно-тематического плана

1. Вводное занятие.

Теория: Беседа о целях и задачах обучения, знакомство с правилами по технике безопасности. Беседа о форме и гигиене на занятиях хореографией.

2. Азбука музыкального сопровождения, азбука танцевального движения. Развитие музыкальности

Практика

Система упражнений, направленная на развитие чувства ритма и музыкального слуха: прослушивание различных ритмов и мелодий, хлопки под музыку, игра «Найди музыкальную фразу». Сильные, слабые доли. Длительность. Умение самостоятельно воспроизвести на хлопках и шагах разнообразные ритмические рисунки. Самостоятельное прохлопывание музыкального ритмического рисунка на заданную музыку.. Игра в хлопки с увеличением темпа: хлопки (на сильную долю) становятся громче, и увеличивается размах рук, и, наоборот, со снижением темпа все стихает. Прыжковые комбинации. «Часики» - выполняется прыжок с поворотом своей оси. Опорная нога равномерно (как стрелка часов) поворачивается по окружности. На 8 прыжков ребенок должен сделать полный оборот - 360°. «Лесенка» - прыжок с продвижением вперед или назад на определенное количество прыжков (ступенек лесенки). «Заборчик» - боковой прыжок вправо (на правой) или влево (на левой ноге). Сколько дощечек в заборе, столько и прыжков.

Отработка элементов техники музыкальной и танцевальной грамоты. Тренаж современной пластики. Упражнения для различных групп мышц, общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений. Разогревающий тренаж (элементы шейпинга, аэробики, хип хопа); по основным законам от простого к сложному; по эстрадным принципам; по возможностям каждого обучающегося.

3. Тренаж современной пластики.

Простейшие знания по основным законам драматургии. Разогревающий тренаж (элементы шейпинга, аэробики, хип хопа, вог), упражнения для различных групп мышц, общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, для профилактики сколиоза и остеохондроза.

Учебно-тренировочная работа: комплекс упражнений, сопутствующий выработке музыкально – хореографических навыков.

Практика: Работа, сидя на полу, лежа на полу. Упражнения для укрепления мышц пресса, для эластичности и силы ног, для гибкости тела.

Формирует правильную осанку, танцевальный шаг, укрепляет мышцы. Развивает умение чувствовать мышцы своего тела.

4. Танцы в современных ритмах.

Практика: Танцевальная импровизация (творческое задание). Упражнения на развитие артистичности, воображения, фантазии. Импровизация на разнообразные музыкальные темы. Танцевальные этюды. Учебно-тренировочная работа: комплекс упражнений, сопутствующий выработке музыкально – хореографических навыков. Танцевальная импровизация, творческое задание. Законы драматургии.

5. Постановочная работа.

Практика: Рождение образов. Постановка танцевальных номеров или этюдов, связок.

Учебно-тренировочная работа: комплекс упражнений, сопутствующий выработке музыкально – хореографических навыков. Понятия: драматургия, сюжет, композиция, кульминация, художественное воплощение музыкального материала.Прослушивание и анализ музыкального произведения. Разучивание движений танца. Рисунок танца. Отработка отдельных движений танца и всего танцевального номера. Работа над образом. Эмоциональность исполнения или эмоционально-образное раскрытие.

6. Репетиционная работа.

Практика: Отработка движений танцевального номера. Работа над синхронностью исполнения, точность исполнения фигур, лексики и перестроений в танце. Ориентирование на сценической площадке. Учебно-тренировочная работа: комплекс упражнений, сопутствующий выработке музыкально – хореографических навыков. Проучивание танцев для концертных выступлений. Культура поведения на сцене во время репетиций и концертных выступлений.

7. Сценическая практика.

Практика: Выступления с подготовленными танцевальными номерами на различных концертных

площадках. Наложение сценического грима. Работа на сцене. Массовая работа с участниками коллектива. Правила поведения перед, вовремя и после концерта, выступления на сцене. Правильное нанесение сценического грима. Беседы о выдающихся деятелях хореографии.

8. Подведение итогов.

Обсуждение отчетного выступления. Подведение итогов достижений объединения и каждого в отдельности за год.

4. Планируемые результаты по дополнительной общеобразовательной программе

Освоить ритм однохлопковый, двуххлопковый.

- Различать высокое и низкое звучание и соответственно двигаться. Передавать характер музыкального произведения.
- Ходить и бегать ритмично, ходить спокойным, бодрым шагом и с высоким подъемом ног.
- Менять движения соответственно музыкального ритма.
- Передавать характер движений игровых и танцевальных образов.
- Позиция рук по показу педагога.
- Легко, свободно выполнять прямой галоп
  Свободно ориентироваться в пространстве.
- Точно начинать движение после вступления.
- Передавать хлопками простой ритмический рисунок.
- Самостоятельно строить круг, ходить по кругу; сужать и расширять круг.
- В играх действовать самостоятельно, искать выразительные движения.
- Придумывать (выбирать) движения в соответствии с характером музыкального произведения.
- Творчески использовать знакомые движения в свободных плясках, играх.
  Простейшие элементы народной пояски «Ковырялочка», «Присядки», «Гармошка» и т.д.
- Выполнять шаг польки по кругу и в парах.
- Выполнять переменный шаг, приставной шаг, пружинящий шаг.
- Выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами.
  Держать голову и корпус прямо, уметь свободно ориентироваться в пространстве.
- Самостоятельно начинать движение после вступления и заканчивать завершением музыкальной фразы.
- Научить выдержки, умению действовать в коллективе.

II. Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной программы

Формы промежуточной аттестация учащихся.

В рамках реализации программы предусмотрены следующие виды аттестации:
- текущий контроль (на каждом занятии);
- промежуточная аттестация (декабрь, май 1 года обучения).

Вид аттестации/дата	Раздел	Форма проверки теоретических знаний	Форма проверки практических знаний
1 год обучения			
Промежуточная аттестация за первое полугодие (декабрь)	Ритмическая гимнастика. Партерная гимнастика	опрос	Выполнение практических заданий.
Промежуточная аттестация за первое полугодие (май)	Танцевальные постановки, этюды и номера.	опрос	Выполнение практических заданий. Участия в представлениях, смотрах и фестивалях.

Критерии и параметры оценки знаний, умений и навыков (ЗУН) для проведения промежуточной аттестации учащихся.

Форма оценивания - уровневая.

Мониторинг уровня обученности проводится в течение года по основным показателям (знание обучающимися танцевальных шагов (классических, народных), умение выполнять танцевальные рисунки, умение передавать характер движений игровых образов, Уровень теоретических знаний программного материала). Исходя из этих критериев оцениваются уровни знаний материала и техники исполнения.

Критерии	Высокий уровень	Оптимальный уровень	Допустимый уровень
Знание обучающимися танцевальных шагов.	Самостоятельно выполняют танцевальные шаги: перетопы с ноги на ногу, шаг с носочка, с каблучка, шаги с притопами вперед, назад, шаги на полупальцах, па поскок, па полька, боковой галоп, ковырялочка, подбивочка, гармошка, ёлочка.	Выполняют танцевальные шаги по показу руководителя.	Не могут выполнять танцевальные шаги.
Умение выполнять танцевальные	Самостоятельно выполняет танцевальные	Выполняют танцевальные рисунки по показу руководителя.	Не могут выполнять танцевальные рисунки.

рисунки.	рисунки: построение круга, сужение круга и расширение круга, змейка, улитка, расчёска.		
Умение передавать характер движений, игровых образов	Самостоятельно импровизируют характер игровых образов в танцевальных композициях.	Импровизируют игровые образы в танцевальных композициях с помощью руководителя.	Не могут самостоятельно импровизировать игровые образы в танцевальных композициях.
Уровень теоретических знаний	Обучающиеся знают понятие доля, длительность.	Обучающиеся недостаточно знают понятие доли, длительность.	Обучающиеся не знают понятие доли, длительность.

2. **Оценочные материалы** (Приложение 1).

3. **Условия реализации программы**

Материально-техническое обеспечение программы:

- учебный кабинет, оборудованный балетным станком-поручнем, зеркалами;
- музыкальная аппаратура: музыкальный центр, диски, флеш-носитель с танцевальными композициями;
- компьютерное оборудование: экран, проектор, ноутбук, телевизор;
- спортивное оборудование: коврики для занятий на полу, обручи, скакалки, мячи.

Информационно - методическое обеспечение:

- дидактические игры;
- видеозаписи танцевальных композиций, выступлений детей;
- аудиозаписи детских песен, фонограмм;
- методические пособия;
- периодические издания;
- электронная библиотека.

Кадровое обеспечение реализации программы:

- педагог-хореограф – 1;

Информационно–методическое обеспечение

Формы проведения занятий играют большую роль в процессе овладения детьми элементами хореографии. От их совершенства зависит качество усвоения специальных заданий и овладение навыком танцевального искусства.

Занятия проводятся преимущественно в групповой форме. В период подготовки к выступлениям, концертам и конкурсам проводятся комплексные занятия (объединяющие детей всех групп). С целью формирования опыта творческого обучения в программу вводятся коллективные задания. Состав детей неоднороден, хореографическое проявление каждого ребенка индивидуально, поэтому особое значение имеют индивидуальные творческие задания.

Методика проведения занятий.

Структура занятий имеет два варианта:

I. Поклон-приветствие.

Разминка; ходьба, бег по кругу, дыхательные упражнения.

1. Ритмика, партерная гимнастика, упражнения, направленные на

поддерживание двигательной подвижности связок, суставов.

2. Танцевальные образы.
3. Поклон-прощание.

II. Поклон-приветствие.

1. Экзерсис а) у опоры; б) на середине зала.
2. Слушаем и фантазируем.
3. Танцевальные образы.
4. Отработка танцевальных композиций.
5. Поклон-прощание.

Занятия проводятся в игровой форме. Элементы классического танца вводятся постоянно. При закреплении в обучении вводятся дидактические, музыкальные и танцевальные игры.

В разделе «Слушаем и фантазируем» после прослушивания музыкального произведения дети рассказывают о музыке, передают свои впечатления. На занятиях пытаются отобразить услышанное в пластических движениях. В разделе «Танцевальный образ» у детей развивается наблюдательность, зрительная память. Например, передавая танцевальный образ
«Листья», дети могут представить листья в разные времена года: весной - сначала почка, затем раскрывается листочек, летом - зеленый лист трепещет на ветке, осенью — лист слетает с дерева, кружась и падая на землю.

Методы обучения: объяснительно-иллюстративный, рассказ, беседа, показ у станка, демонстрация образцов, упражнение, практические работы репродуктивного и творческого характера, методы мотивации, стимулирования и поощрения, игровой, обучающего контроля, взаимоконтроля и самоконтроля,
ия, концерта).

Образовательные технологии:

з**доровьесберегающая -** способ поддержания здоровья души и тела, развития навыков использования полученных знаний в повседневной жизни.

технология сотрудничества - ее использование позволяет организовать обучение детей по программе в тех формах, которые традиционно применяются на занятиях хореографией.

информационная технология - применение ИКТ позволяет накапливать и хранить музыкальные файлы, менять темп, звуковысотность музыкального произведения, производить монтаж, компоновку музыкального произведения, хранить фото- и видеоматериалы, активно использовать доступ в глобальную сеть Интернет. Просматривать постановку танцев, выступления учащихся и наглядно изучать основы хореографии, эффективно осуществлять поиск и переработку информации, пользоваться почтовыми услугами Интернета, поддерживать контакты с коллегами и осуществлять деловое общение.

4. Рабочая программа (приложение 2)

5. Список литературы

Список литературы для педагогов:

1. Баранов А.Б. Дополнительное образование. - М.: ЗАО Витязь, 2003, 64-с.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. - С-Пб.: 2002, 220-с.
3. Буренина А.И. Топ-хлоп, малыши. - С-Пб.: 2004, 120-с.
4. Ваганова А.Я. Основа классического танца. - М.: Просвещение, 1963, 244-с.
5. Зарецкая Н. Танцы в детском саду. - М: Айрис пресс, 2003, 110-с.
6. Ротт З.Я. Танцевальный калейдоскоп. - М.: АРКТИ, 2004, 31-с.
7. Скробот А.А. Восхождение к творчеству. - Новосибирск: 2003, 28-с.

8. Суворова Т. Танцевальная ритмика. - С-Пб.: 2004, 44-с.
9. http:www.future4you.ru Список литературы для детей:

1. Кудрявцева М. Азбука дошкольного воспитания «Хорошие манеры».- М.: М.: Мой мир, 3007, 250-с.
2. Никитин Н. Стихи для утренников.- М.: Планета детства, 2007, 60-с.
3. Лысаков В.Г. 1000 загадок.- М.: АСТ, 2002, 142-с.
4. Шалаева Г. Азбука маленького пешехода.- М.: Эскимо,
2008, 176-с. Журавлева О.М. Новые правила поведения для
воспитанных детей.- М.: Эскимо, 2006,159-с.

Приложение 1 Материалы для проведения промежуточной аттестации учащихся

Практические знания, умения и навыки учащихся определяются в ходе выполнения практических заданий, теоретические знания определяются через устный опрос. Уровень обученности учащихся отслеживается по следующим критериям:

№ п/п	ФИО обучающегося	Знание обучающимися танцевальных шагов (классических народных)	Умение выполнять танцевальные рисунки.	Умение передавать характер движений игровых образов	Определение уровня теоретических знаний	Уровень освоения ДООП
1						

Вопросы к устному опросу:

1. Какие танцевальные музыкальные жанры вы знаете? (вальс, полька, галоп).
2. Какой бывает характер танцевальной композиции? (весѐлый, грустный, радостный…)
3. Какой музыкальный темп вы знаете? (медленный, быстрый, умеренный).

Практические задания:

1. Выполнение обучающимися танцевальных шагов (перетопы с ноги на ногу, шаг с носочка, с каблучка, шаги с притопами вперед, назад, шаги на полупальцах, па поскок)
2. Выполнение танцевальных рисунков (построение круга, сужение круга и расширение круга).
3. Умение передавать характер движений игровых образов.

ПРОТОКОЛ
проведения промежуточной аттестации

Образовательная программа и срок ее реализации:

Год обучения: Кол-во учащихся в группе:

ФИО педагога:

Дата проведения аттестации:

Форма проведения:

№	ФИ учащегося	Отметка	Подпись учителя
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			
16.			
17.			
18.			
19.			
20.			
21.			
22.			
23.			
24.			
25.			
26.			
27.			
28.			
29.			
30.			
	Успеваемость		

Решение по итогам промежуточной аттестации:

успешно сдали промежуточную аттестацию_____ человек

имеют академическую задолженность _____ человек

_____

(Указать фамилии учащихся, имеющих академическую задолженность)

Аттестующий учитель: _____ /_____

Подпись расшифровка подписи

Приложение 2

Рабочая программа

1. Цель и задачи

Цель программы: развитие творческих способностей детей средствами хореографического искусства и танцевальной импровизации.

Задачи:

- сформировать базовые хореографические навыки в области детского, классического, народного танца, элементарных навыков гимнастики, актерского мастерства;
- сформировать умения свободно, красиво и органично выражать себя в танце, отражая содержание музыкального произведения.
- способствовать развитию музыкального слуха и ритма, пластики и грации в движениях;
- развить воображение, фантазию, умение выполнять танцевальные движения для выражения характера музыки;
- способствовать развитию коммуникативных навыков - умения работать в паре, коллективе.

2. Планируемые результаты

По итогам реализации программы обучающиеся будут знать:

- элементы музыкальной грамоты;
- комплекс разминочных упражнений для подготовки тела к занятию;
- основные танцевальные компоненты, хореографические названия изученных элементов, правила выполнения упражнений.

будут **уметь:**

- правильно держать осанку и красиво двигаться под музыку;
- передавать хлопками простой ритмический рисунок;
- самостоятельно строить круг, ходить по кругу, сужать и расширять круг;
- творчески использовать знакомые движения в свободных плясках, играх;
- выполнять переменный шаг, приставной шаг, пружинящий шаг;
- свободно ориентироваться в пространстве;
- самостоятельно начинать движение после вступления и заканчивать завершением музыкальной фразы;
- передавать характер движений игровых образов;
-выполнять танцевальные рисунки;
- работать в паре, коллективе.

Календарно-тематический план

Дата занятия		Кол-во часов	Тема занятия	Содержание занятия	Теория	Практика	Формы, методы	Формы контроля
план	факт							
Раздел 1. Вводное занятия 2 ч.								
		2 ч.	1.1Вводное занятие. Вступительная беседа.	Значение танцевального искусства в жизни детей. Дисциплинарные и организационные моменты занятия. Правила техники безопасности на занятиях.	2 ч	-	Беседа, объяснение	Опрос
Раздел 2. Азбука музыкального сопровождения – 4 часа.								
		4ч.	Комплекс упражнений 2.1 Элементы музыкальной грамоты	Разминка, знакомство с ритмом и ритмическим рисунком. Разучивание хлопков. Упражнения для развития ритма и музыкального слуха		**1**	Разъяснение, беседа, показ, практическая работа	Практическое задание
			2.2 Хлопки: «Стенка»	Поклон приветствие, повторение изученного материала. Разучивание хлопков «Стенка» в основной части занятия.		**1**	Разъяснение, беседа, показ, практическая работа	Практическое задание

			2.3 Построение «Круг»	Разминка, повторение изученного материала, разучивание построения «Круг»		**1**	Разъяснение, беседа, показ, практическая работа	Практическое задание
			2.4 Построение «Змейка»	Поклон приветствие, построение в колонну. Игра на внимание «Канон». Разучивание в основной части занятия построение «Змейка». Поклон прощания.		**1**	Разъяснение, беседа, показ, практическая работа	Практическое задание

Раздел 3 Тренаж современной пластики – 14 часов								
		14 ч	3.1 Движения на выворотность стопы	Поклон приветствие, разминка. В основной части занятия повторение изученного материала и разучивание упражнений на выворотность стопы ног, на полу. Релаксация. Поклон прощания.		**1**	Объяснение, показ, практическая работа	Практическое задание
			3.2 Упражнения на выворотность паха «Бабочка летит»	Повторение изученного материала. Работа партерной гимнастикой. Разучивание упражнения на выворотность паха «Бабочка летит»		**1**	Объяснение, показ, практическая работа	Практическое задание

			3.3 Поочередные наклоны корпуса к правой, левой ноге, вперед.	Поклон приветствие, игра на внимание «Соберись в кружки». Разминка. В основной части занятия повторение изученного материала. Партерная гимнастика-разучивание поочередных наклонов корпуса к правой, к левой ноге, вперед. Релаксация. Поклон прощания.		**1**	Объяснение, показ, практическая работа	Практическое задание
			3.4 Упражнения на растяжку мышц ног в парах «Перетяни мяч»	Повторение изученного материала. Разучивания упражнения на растяжку мышц ног в парах «Перетяни мяч»		**1**	Объяснение, показ, практическая работа	Практическое задание
			3.5 Стойка «Березка»	Поклон. Разминка. Основная часть занятия. Партерная гимнастика-разучивание стойки на лопатках «Березка»		**1**	Объяснение, показ, практическая работа	Практическое задание
			3.6 Упражнения на мышцы пресса «Золотая середина»	Поклон. Разминка. Основная часть занятия. Партерная гимнастика-разучивание упражнения на мышцы пресса «Золотая середина».		**1**	Объяснение, показ, практическая работа	Практическое задание
			3.7 Работа на тренажерном мяче	Разминка. Повторение изученного материала. В основной части занятия работа на тренажерном мяче лежа на спине и животе .		**1**	Объяснение, показ, практическая работа	Практическое задание

			3.8Упражнения на животе «Лодочка плывет»	Повторение изученного материала. В комплексе партерной гимнастике разучивание упражнения на животе «Лодочка плывет»		**1**	Объяснение, показ, практическая работа	Практическое задание
			3.9Упражнения на животе «Лягушка»	Повторение изученного материала. В комплексе партерной гимнастике разучивание упражнения на животе «Лягушка»		**1**	Объяснение, показ, практическая работа	Практическое задание
			3.10 Упражнение на животе «Корзинка»	Повторение изученного материала. В комплексе партерной гимнастике разучивание упражнения на животе «Корзинка»		**1**	Объяснение, показ, практическая работа	Практическое задание
			3.11 «пор де бра» (наклоны корпуса)	Повторение изученного материала. Разучивание положения наклонов и поворотов корпуса		**1**	Объяснение, показ, практическая работа	Практическое задание
			Танцевальные движения; 3.12 Шаги по кругу	Повторение правил техники безопасности на занятиях. Повторение изученного материала. Разучивание шага на полу пальцах, шага на пяточках, шага с носочка.		**1**	Объяснение, показ, практическая работа	Практическое задание

			3.13 Релеве	Повторение изученного материала. Разучивание релеве (подъем на полупальца х обеих ног).		**1**	Объяснение, показ, практическая работа	Практическое задание
			3. 14 Позиция ног подготовительная.	Поклон. Разминка. Основная часть занятия - повторение изученного материала, разучивание позиций ног: подготовительная. Играем,		**1**	Объяснение, показ, практическая работа	Практическое задание

Раздел 4. Танцы в современных ритмах – 18 часов.								
		18ч	4.1 Особенности ритмов изучаемых танцев -танцевально-ритмические упражнения	Поклон. Разминка. Основная часть занятия. Партерная гимнастика. Разучивание основных шагов современного танца		**2**		Практическое задание
			4.2 Особенности ритмов изучаемых танцев -танцевально-ритмические упражнения	Поклон. Разминка. Основная часть занятия. Партерная гимнастика. Разучивание основных шагов современного танца		**2**		Практическое задание

			4.3 Особенности ритмов изучаемых танцев -танцевально-ритмические упражнения	Поклон. Разминка. Основная часть занятия. Партерная гимнастика. Разучивание основных шагов современного танца		**2**		Практическое задание
			4.4 Синхронный переход одного упражнения в другое.	Поклон. Разминка. Основная часть занятие-повторение изученного материала,		**2**	Объяснение, показ, практическая работа	Практическое задание
			4.5	Поклон. Разминка. Работа над ошибками		**2**	Объяснение, показ, практическая работа	Практическое задание
			4.6	Поклон. Разминка. Упражнения для исполнения танцевального репертуара.		**2**	Объяснение, показ, практическая работа	Практическое задание
			4.7	Поклон. Разминка. Упражнения для исполнения танцевального репертуара.		**2**	Объяснение, показ, практическая работа	Практическое задание
			4.8 Синхронный переход одного упражнения в другое.	Разучивание комбинаций перестроения одного упражнения в другое.		**2**	Объяснение, показ, практическая работа	Практическое задание

			4.9 Танцевальная композиция на основе выученных движений	Поклон. Разминка. Основная часть занятия. Повторение изученного материала, разучивание движения с продвижением в перед.		**2**	Объяснение, показ, практическая работа	Практическое задание
Раздел 6. Постановочная работа – 10 часов								
		10	Разучивание танцевальных постановок на основе выученных движений и их отработка	Поклон. Разминка. Основная часть занятия.	**10**	Объяснение, показ, практическая работа	Конкурсные выступления	
Раздел 7. Репетиционная работа – 12 часов								
		12 ч		Поклон приветствие, разминка, закрепление изученного материала, отработка танцевальных номеров.		**12**	Объяснение, показ, практическая работа	Практическое задание
Раздел 8. Сценическая практика – 12 часов								
		12 ч	Поклон приветствие, разминка, закрепление изученного материала, отработка танцевальных номеров.	Сценическая практика		**12**		Конкурсы, выступления концерты