

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Ананьинская основная школа» Ярославского муниципального района

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МОУ «Ананьинской ОШ» ЯМР

Семейкина Т.А.

Приказ № 254-01 от 26.08. 2024 года



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«ПРОДВИЖЕНИЕ»**

Возраст учащихся: 8-10 лет

Срок реализации: 1 год

Составила: Чередник Дарья Николаевна,  
педагог дополнительного образования

деревня Ананьино, Ярославский муниципальный район

: 2024-2025 учебный год

## 1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Продвижение» имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

Данная Программа составлена в соответствии с Требованиями к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей:

– Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

– Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172 – 24 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

– Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р);

– Положение о дополнительной образовательной (общеразвивающей) программе педагога муниципального общеобразовательного учреждения «Ананьинской ОШ» ЯМР.

Танец – это уникальное по своей сути явление, в котором слилось воедино и ритм, и движение, и самовыражение, самосовершенствование, и энергия, и задор. Это прекрасная возможность стать здоровым, жизнерадостным, грациозным и уверенным в себе независимо от возраста, танцевального опыта и способностей. В танце, как и в спорте, в дополнение к таланту и вдохновении нужна техника.

Занятий детей танцами дисциплинируют, помогают лучшему согласованию мысли и действий, воспитывают одаренную, трудовую, физически крепкую, творческую личность. На занятиях ритмикой, хореографией, и пластической гимнастикой дети учатся координации движения, развивают гибкость и пластику, изучают основы позиций и положения рук и ног в танце.

Танец – не только источник движения под музыку, но и форма общения. Причем и партеров по танцу, и всех присутствующих в зале, находящихся в данную минуту в роли зрителей.

Курс «Продвижение» предназначен для ознакомления учащихся с практическими и теоретическими основами хореографии и формирования физических данных детей и

артистизма как взаимосвязанную целостность. Содержание курса выстроено таким образом, где танец – один из факторов психического, физического и духовного исцеления детей, что помогает решить задачу охраны здоровья детей.

В настоящее время всё большее количество людей стремятся к ведению здорового образа жизни, уделяют внимание своим физическим данным, ведь это – один из популярных векторов в современности. Данный курс поможет учащимся восполнить двигательную активность, укрепить все группы мышц и опорно-двигательный аппарат, выработать самоконтроль и дисциплину.

Курс поможет повлиять на выбор сферы профессиональной деятельности, познакомит учеников со спецификой видов деятельности, связанных с хореографическим искусством.

Весь материал, излагаемый в курсе, доступен для учащихся и соответствует их возрастным особенностям, поскольку в содержание занятий включены элементы занимательности и игры, которые необходимы для младших школьников.

**Актуальность и педагогическая целесообразность** программы заключается в реализации физкультурно-спортивного образования и воспитания учащихся: приобретение различных двигательных умений и навыков, развитие эмоционально-волевой сферы. Учащиеся приобретают хорошую физическую форму, укрепляют здоровье, развивают грацию и пластику движений. Воспитывается музыкальность и чувство ритма, красоты. Обучение по данному курсу позволяет средствами коллективной творческой деятельности способствовать общекультурному развитию детей, удовлетворению естественной потребности в общении и движении, всестороннему раскрытию творческого потенциала личности, социально значимого проявления индивидуальности в условиях коллектива. Данная программа направлена на:

- создание условий для развития личности учащегося;
- обеспечение эмоционального благополучия ребёнка;
- приобщение детей к общечеловеческим ценностям;
- профилактику асоциального поведения;
- формирование навыков работы в команде;
- укрепление физического здоровья учащихся.

**Цель программы:** формирование и развитие пластических, танцевальных способностей и творческого потенциала учащихся посредством овладения техникой современного танца.

**Задачи программы:**

*Личностные:*

- раскрыть и развить творческие способности учащихся, эмоциональную отзывчивость на музыку, способность к импровизации;

- содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия, функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;

- развить мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности обучающихся.

*Метапредметные:*

- привить навык определения цели деятельности и умений контролировать и самооценивать процесс работы, сравнивать полученные результаты с предполагаемыми;

- способствовать развитию умений работы в группе, команде при достижении общей цели;

- развивать навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе и творческого характера.

*Образовательные (предметные):*

- выработать у обучающихся комплекс навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями современной хореографии;

- познакомить с историей танца, различными танцевальными культурами;

- сформировать исполнительскую культуру и навыки ориентации в сценическом пространстве.

**Отличительные особенности** курса заключаются в том, что программа адаптирована для детей 8-10 лет. Программа позволяет решать проблемы художественного развития детей, но в отличие от существующих программ по хореографии и аэробике, в которых главное внимание уделяется технике движения, в данной программе на первое место ставится эстетическая, духовная, творческая и физическая сторона танца.

**Срок реализации программы:** 1 учебный год (9 месяцев), 34 часа (1 час в неделю). Оптимальный состав группы составляет 15 человек.

Основными **формами проведения занятий** являются танцевальные репетиции, беседы, праздники, конкурсы, фестивали, концерты, практические занятия. Занятия проводятся во второй половине дня один раз в неделю по одному часу или один раз в две недели 2 часа, в зависимости от темы занятия и предполагаемой деятельности. Программа рассчитана на детей в возрасте 8-10 лет (учащиеся 2-3 классов).

**Ожидаемые результаты освоения программы и способы их проверки:** в ходе занятий учащиеся не только научатся основным танцевальным элементам, но и смогут общаться на языке танца, станут увереннее в себе, заинтересуются танцами, как видом

творческой деятельности. Так же в процессе обучения у учащихся будут сформированы познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

**Личностными результатами** программы является формирование следующих компетенций:

- определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- демонстрировать ответственное отношение к учению, готовность и способность к самореализации через танец;
- осознавать роль активного образа жизни в развитии личности (в том числе, её физических данных).

**Метапредметными результатами** программы является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

*Регулятивные УУД:*

- определять и формулировать цель деятельности на занятиях с помощью учителя;
- уметь адекватно воспринимать предложения учителя, товарищей, родителей и других по исправлению недочётов, ошибок;
- давать эмоциональную оценку деятельности группы на занятиях совместно с учителем и другими учениками.

*Познавательные УУД:*

- демонстрировать навыки осознанного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы;
- находить и формулировать пути решения учебных задач различного характера.

*Коммуникативные УУД:*

- уметь донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи;
- слушать и понимать речь других, в том числе с использованием терминов современного танца;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Программа содержит комплексы упражнений оздоровительного танца, включающие упражнения коррекционной гимнастики, направленные на укрепление опорно-двигательного аппарата, содействующие оздоровлению различных функций и систем организма.

**Мониторинг отслеживания** освоения программы базируется на:

– методах психолого-педагогической диагностики (наблюдение, опросники, беседа, интервью);

– методах контроля и самоконтроля выполнения творческих заданий, практических работ (при постановке и исполнении последовательных движений в танце).

## 2. Учебно-тематический план программы

№ п/п	Тема	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	<b>Введение</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях. Истоки возникновения танца. Понятие о средствах музыкальной выразительности – темп, ритм, динамика. Упражнения на согласование движений с музыкой «Я услышу и станцую», «Вслед за мелодией», «Музыкальные молоточки»	3	2	1
2.	<b>Подготовка к занятиям</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
	Для чего нужен танец, как научиться танцевать. Что надеть, где, как и когда танцевать. Дыхание. Как проверить пульс	2	1	1
	Что такое разминка и зачем она нужна. Осанка. Выполнение упражнений на осанку. Центр движения	3	1	2
3.	<b>Основа танца – залог успеха</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
	Изучение подготовительной позиции рук и ног. Правильность постановки корпуса, ног, рук, головы. Подскоки в 1 позиции с разворотом на 90-120 градусов	2	1	1
	Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперед», руки «лодочкой», «круглые руки». Упражнения с	3	1	2

	воображаемыми цветами. «Сладкая грёза» – музыка П.И. Чайковского			
4.	<b>Ходьба разного характера</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
	Марш (шаг энергичный, бодрый, торжественный)	2	1	1
	Марш со сменой ведущих (расчёт своего действия на звучание музыкальной фразы, бодрый чёткий шаг, плавные движения рук)	2	1	1
5.	<b>Движения в соответствии с характером музыки</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
	Музыкальный ритм: перестроение, противоход. Как просчитать музыкальный ритм. Составление движений и фигур под музыкальный ритм. Исполнение движений в соответствии с музыкальным ритмом	2	1	1
	Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений	2	1	1
6.	<b>Виды танца. Современный эстрадный танец</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
	Понятие видов танца. Виды танца: народный, бальный, классический, современный. Просмотр видеороликов с отработкой увиденных движений на практике	2	1	1
	Основы современного эстрадного танца. Понятие эстрадного танца, как сюжетно-танцевальной миниатюры, композиции с использованием реквизита и спецэффектов. Истоки эстрадного танца. Исполнение танцевальных движений в стиле эстрадного танца	2	1	1
7.	<b>Современный эстрадный танец для детей</b>	<b>7</b>	<b>2</b>	<b>5</b>
	Изучение двух видов композиций эстрадного танца с зафиксированной последовательностью	3	1	2

	и свободным построением. Азбука хореографии. Схемы танцев. Разучивание: «Чунга-Чанга» (повторение шагов с высоким подниманием колен, движения рук-мельница, вверх-вниз, работа кисти, наклоны, полуприседания, прыжки, покачивания). «Морячка» (марш, хлопки, приставной шаг, притопы, кружение в парах, шаг с «коблучка»). «Чарли» (шаг на всей стопе, работа плечевого пояса, переминающиеся шаги на месте, полуприседание, кружение на носочках)			
	Репетиционная работа над разучиванием современного эстрадного танца «Устроим танцы». Отработка и детальный разбор номера. Выбор костюмов и реквизитов	4	1	3
8.	<b>Итоговое занятие курса</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
	Показательное занятие с отработкой изученных движений и элементов танца с приглашением родителей и педагогов. Итоговый танцевальный номер «Устроим танцы». Подведение итогов работы кружка	2	1	1

### 3. Содержание курса

#### Тема 1. Введение (3 часа)

*Теоретическая часть.* Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях. Истоки возникновения танца. Возникновение танца как внутренней потребности человека выразить свое отношение к миру, людям. Оздоровительное значение танца в жизни человека. Каким был первый танец человека? Понятие о средствах музыкальной выразительности – темп, ритм,

динамика. Основы музыкальной грамоты включают понятие о средствах музыкальной выразительности (темп, ритм, динамика и т.д.); знания необходимы для осознанного восприятия музыки, способствуют развитию художественного вкуса.

*Практическая часть.* Просмотр видеоролика «Каким был первый танец человека?». Упражнения на согласование движений с музыкой «Я услышу и станцую», «Вслед за мелодией», «Музыкальные молоточки».

## **Тема 2. Подготовка к занятиям (5 часов)**

*Теоретическая часть.* Для чего нужен танец, как научиться танцевать. Беседа о предназначении танца в жизни человека и основных элементах, встречающихся в танцах. Что надеть, где, как и когда танцевать. Значение формы одежды для занятий хореографией. Разбор подходящей и неподходящей одежды для разучивания танцевальных элементов. Выбор одежды для посещения занятий (белая футболка, танцевальные чёрные шорты, белые носки, чешки). Дыхание во время танца. Как проверить пульс. Что такое разминка и зачем она нужна. Осанка. Выполнение упражнений на осанку. Центр движения.

*Практическая часть.* Разучивание танцевальной разминки под музыку и без музыкального сопровождения. Выполнение упражнений на осанку: наклоны головы в сторону, отведение рук, наклоны вперёд с разведёнными в стороны ногами, носок на себя, наклоны вперёд со скрещенными ногами.

## **Тема 3. Основа танца – залог успеха (5 часов)**

*Теоретическая часть.* Квиз «Основа танца – залог успеха», где учащиеся в форме интерактивной викторины приводят доводы о важнейших элементах танца. Изучение теории о подготовительной позиции рук и ног. Правильность постановки корпуса, ног, рук, головы. Беседа об укреплении здоровья посредством танца.

*Практическая часть.* Позиции ног, рук. Правильное положение тела и его частей при маршировке, при выполнении танцевальных движений. Подскоки в 1 позиции с разворотом на 90-120 градусов. Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки в стороны», «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки». Упражнения с воображаемыми цветами. «Сладкая грёза» - музыка П.И. Чайковского.

## **Тема 4. Ходьба разного характера (4 часа)**

*Теоретическая часть.* Понятие марша как музыкального жанра, для которого характерна ритмичная музыка, обычно исполняемая на духовых и ударных инструментах. История

возникновения марша. Марш (шаг энергичный, бодрый, торжественный). Марш со сменой ведущих (расчёт своего действия на звучание музыкальной фразы, бодрый чёткий шаг, плавные движения рук).

*Практическая часть.* Исполнение марша (шаг энергичный, бодрый, торжественный). Исполнение марша со сменой ведущих (расчёт своего действия на звучание музыкальной фразы, бодрый чёткий шаг, плавные движения рук).

### **Тема 5. Движения в соответствии с характером музыки (4 часа)**

*Теоретическая часть.* Музыкальный ритм: перестроение, противоход. Формирование знаний о перестроении в танце, как расположении и перемещении исполнителей по сценической площадке в определённо последовательности. Виды перестроений в танце. Формирование знаний о противоходе в танце, как одновременного движения конечностей навстречу друг другу. Как просчитать музыкальный ритм.

*Практическая часть.* Составление движений и фигур под музыкальный ритм. Исполнение движений в соответствии с музыкальным ритмом. Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений.

### **Тема 6. Виды танца. Современный эстрадный танец (4 часа)**

*Теоретическая часть.* Понятие видов танца. Виды танца: народный, бальный, классический, современный. Основы современного эстрадного танца. Понятие эстрадного танца, как сюжетно-танцевальной миниатюры, композиции с использованием реквизита и спецэффектов. Истоки эстрадного танца.

*Практическая часть.* Просмотр видеороликов с отработкой увиденных движений на практике. Исполнение танцевальных движений в стиле эстрадного танца.

### **Тема 7. Современный эстрадный танец для детей (7 часов)**

*Теоретическая часть.* Изучение двух видов композиций эстрадного танца с зафиксированной последовательностью и свободным построением. Азбука хореографии. Схемы танцев. Репетиционная работа над разучиванием современного эстрадного танца «Устроим танцы». Проговаривание в устной речи этапов исполнения танца (завязка, развитие действия, развязка).

*Практическая часть.* Разучивание: «Чунга-Чанга» (повторение шагов с высоким подниманием колен, движения рук-мельница, вверх-вниз, работа кисти, наклоны, полуприседания, прыжки, покачивания). «Морячка» (марш, хлопки, приставной шаг, притопы, кружение в парах, шаг с «коблучка»). «Чарли» (шаг на всей стопе, работа плечевого пояса,

переминающиеся шаги на месте, полуприседание, кружение на носочках). Отработка и детальный разбор номера «Устроим танцы». Выбор костюмов и реквизитов.

### **Тема 8. Итоговое занятие курса**

Показательное занятие с отработкой изученных движений и элементов танца с приглашением родителей и педагогов. Итоговый танцевальный номер «Устроим танцы». Подведение итогов работы кружка.

## **4. Обеспечение. Литература**

### *Источники и литература*

1. Агрatina, Е. Е. Искусство XX века: учебник и практикум / Е.Е.Агрatina. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 325 с. Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/538994> (дата обращения: 04.06.2024).
2. Андреева М., Конорова Е. Первые шаги в музыке. — М.: Музыка, 1979.
3. Бекина С., Ломова Т., Соковина Е. Музыка и движение. — М.: Просвещение, 1984.
4. Бекина С., Соболева Э., Комальков Ю. Играем и танцуем. — М.: Советский композитор, 1984.
5. Бычаренко Т. С песенкой по лесенке: Методическое пособие для подготовительных классов ДМШ. — М.: Советский композитор, 1984.
6. Волкова Л. Музыкальная шкатулка. Вып. I-III. — М.: Музыка, 1980.
7. Дубянская Е. Нашим детям. — Л.: Музыка, 1971.
8. Зимина А. Музыкальные игры и этюды в детском саду. — М.: Просвещение, 1971.
9. Коза-Дерева: Народные сказки с музыкой. Под ред. Н. Метлова. — М.: Музыка, 1969.
10. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. — М.: Советский композитор, 1991.
11. Метлов Н., Михайлова Л. Мы играем и поем: Музыкальные игры для детей дошкольного и младшего дошкольного возраста. — М.: Советский композитор, 1979.
12. Психология детей младшего школьного возраста: учебник и практикум / З. И. Айгумова [и др.]; под общей редакцией А.С.Обухова. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 424 с. Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536026> (дата обращения: 04.06.2024).

13. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы «Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях, СанПиН 2.4.2.1178-02»: [утверждён постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 ноября 2002 года № 44] – Москва.

14. Слонов Н. Аленушка и лиса: Русская народная сказка. – В сб.: Гори, гори ясно. – М.: Музыка, 1984.

15. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования: [утверждён приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30 мая 2021 года № 268] – Москва: Вако, 2022. – 160 с.

### *Электронные ресурсы*

<a href="https://www.horeograf.com/">https://www.horeograf.com/</a>	Методические разработки и пособия по хореографии
<a href="https://www.horeograf.com/category/tancevalnye-igry">https://www.horeograf.com/category/tancevalnye-igry</a>	Танцевальные игры для учащихся младшего школьного возраста
<a href="https://dancehelp.ru/lp/">https://dancehelp.ru/lp/</a>	Мастер-классы, онлайн-проекты и трансляции по танцевальным направлениям
<a href="https://nofixedpoints.com/">https://nofixedpoints.com/</a>	Всё о современной хореографии
<a href="https://rfartcenter.ru/">https://rfartcenter.ru/</a>	Федеральный портал системы образования в сфере культуры и искусств

Для реализации программы «Продвижение» имеется спортивный зал, а так же учебный кабинет «Точка роста», оборудованный техническими средствами (экран, проектор), необходимыми для проведения теоретической части занятий. Данные учебные пространства соответствуют санитарным нормам и правилам, установленных СанПиН 2.4.3648-20.

#### *Оборудование кабинетов:*

- рабочие столы, стулья;
- гимнастические маты;
- скамейки;
- бодибары;
- мячи (волейбольный и теннисный).

#### *Технические средства:*

- персональный компьютер, мышь;
- аудиосистема (колонки);

- мультимедийный экран;
- проектор.

*Информационные ресурсы:*

- электронные ресурсы сайтов по хореографии, спорту.

## 5. Формы аттестации

Знания, умения и навыки, полученные на занятиях, необходимо подвергать педагогическому контролю с целью выявления качества усвоенных детьми знаний в рамках программы обучения.

**Формами педагогического контроля** являются контрольные уроки, выступления, конкурсы, которые также способствуют поддержанию интереса к работе, нацеливают детей на достижение положительного результата. В познавательной части занятия обязательно отмечается инициативность и творческое сочинение танцевальных комбинаций учащихся, показанные ими в ходе занятия, анализа своего выступления и поиска решения предложенных проблемных ситуаций.

Оценивая результат практической работы, а именно выступления обучающихся, следует опираться на такие **критерии**: качественное исполнение танцевальных этюдов и танцев, общий эстетический вид исполнения, творческие находки и самостоятельность сочиненных комбинаций.

Чтобы убедиться в прочности знаний и умений, эффективности обучения по данной образовательной программе, проводится контроль:

- промежуточный (контрольные занятия в конце четверти),
- итоговый (показательные выступления, участие в концертах и других общешкольных делах).

**Итоговая уровневая оценка** осуществляется по следующим направлениям:

<b>Высокий уровень</b>	выполнение всех показателей и заданий, соответствующих возрастным особенностям младших школьников
<b>Средний уровень</b>	недостаточно четкое выполнение показателей или заданий, соответствующих возрастным особенностям младших школьников
<b>Низкий уровень</b>	невыполнение показателей и заданий, соответствующих возрастным особенностям младших школьников

**Показатели для определения уровня хореографического развития** отражены далее:

№ п/п	Параметры	ФИО учащегося	Начало года	Середина года	Конец года
1.	Интерес, потребность в хореографии				
2.	Музыкальность				
3.	Выразительность исполнения				
4.	Развитие двигательных навыков (освоение разнообразных видов движений в соответствии с программным содержанием)				
5.	Формирование двигательных качеств (координации, техничности, пластичности)				
6.	Подвижность, лабильность нервных процессов(умение переключаться с одного движения на другое в соответствии с музыкой. Менять направление движения, перестраиваться)				
7.	Формирование правильной осанки				

### 6. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата	Тема	Всего
<b>Введение</b>			<b>3</b>
1.		Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях	1
2.		Истоки возникновения танца. Понятие о средствах музыкальной выразительности – темп, ритм, динамика	1
3.		Упражнения на согласование движений с музыкой «Я услышу и станцюю», «Вслед за мелодией», «Музыкальные молоточки»	1
<b>Подготовка к занятиям</b>			<b>5</b>
4.		Для чего нужен танец, как научиться танцевать	1
5.		Что надеть, где, как и когда танцевать	1
6.		Дыхание. Как проверить пульс	1
7.		Что такое разминка и зачем она нужна	1
8.		Осанка. Выполнение упражнений на осанку. Центр движения	1

<b>Основа танца – залог успеха</b>			<b>5</b>
9.		Изучение подготовительной позиции рук и ног	1
10.		Правильность постановки корпуса, ног, рук, головы. Подскоки в 1 позиции с разворотом на 90-120 градусов	1
11.		Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки на пояс», «руки в стороны»	1
12.		Положения рук в детских танцах и упражнениях: «руки вперёд», руки «лодочкой», «круглые руки»	1
13.		Упражнения с воображаемыми цветами. «Сладкая грёза» – музыка П.И. Чайковского	1
<b>Ходьба разного характера</b>			<b>4</b>
14.		Марш, как музыкальный жанр	1
15.		Марш (шаг энергичный, бодрый, торжественный)	1
16.		Марш со сменой ведущих	1
17.		Расчёт своего действия на звучание музыкальной фразы, бодрый чёткий шаг, плавные движения рук	1
<b>Движения в соответствии с характером музыки</b>			<b>4</b>
18.		Музыкальный ритм: перестроение, противоход. Как просчитать музыкальный ритм	1
19.		Составление движений и фигур под музыкальный ритм. Исполнение движений в соответствии с музыкальным ритмом	1
20.		Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами	1
21.		Хороводный шаг: движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений	1
<b>Виды танца. Современный эстрадный танец</b>			<b>4</b>
22.		Понятие видов танца. Виды танца: народный, бальный, классический, современный	1
23.		Просмотр видеороликов с отработкой увиденных движений на практике	1
24.		Основы современного эстрадного танца. Понятие эстрадного танца, как сюжетно-танцевальной миниатюры, композиции с использованием реквизита и спецэффектов	1
25.		Истоки эстрадного танца. Исполнение танцевальных движений в стиле эстрадного танца	1

<b>Современный эстрадный танец для детей</b>			<b>7</b>
26.		Изучение двух видов композиций эстрадного танца с зафиксированной последовательностью и свободным построением. Азбука хореографии. Схемы танцев	1
27.		Разучивание: «Чунга-Чанга» (повторение шагов с высоким подниманием колен, движения рук-мельница, вверх-вниз, работа кисти, наклоны, полуприседания, прыжки, покачивания)	1
28.		«Морячка» (марш, хлопки, приставной шаг, притопы, кружение в парах, шаг с «коблучка»). «Чарли» (шаг на всей стопе, работа плечевого пояса, переминающиеся шаги на месте, полуприседание, кружение на носочках)	1
29.		Репетиционная работа над разучиванием современного эстрадного танца «Устроим танцы». Просмотр танца, анализ характера движений	1
30.		Репетиционная работа над разучиванием современного эстрадного танца «Устроим танцы». Внесение коррективов в танец, предложенных учащимися	1
31.		Отработка и детальный разбор номера	1
32.		Выбор и подготовка костюмов и реквизитов	1
<b>Итоговое занятие курса</b>			<b>2</b>
33.		Показательное занятие с отработкой изученных движений и элементов танца с приглашением родителей и педагогов. Итоговый танцевальный номер «Устроим танцы».	1
34.		Подведение итогов работы кружка	1