

Структурное подразделение детская школа искусств
государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области
средней общеобразовательной школы с. Красносамарское
муниципального района Кинельский Самарской области

Рассмотрена и принята
на заседании малого
педагогического совета
СП ДШИ
от 10.06.2025г.
Протокол № 4

ПРОВЕРЕНА:
Методист СП ДШИ

И.Л.Шурыгина
«__»_____2025г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом №228/1_ОД от
10.06.2025г.
Директор ГБОУ СОШ
с. Красносамарское
_____Е. Я. Дементьева
«__»_____2025г.

**Дополнительная модульная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Импульс» (хореография)**

Художественная направленность
Возраст обучающихся: 8-11 лет
Срок реализации – 1 год
Ознакомительный уровень

Разработчик:
Олейник Татьяна Александровна - педагог
дополнительного образования

Содержание

1. Пояснительная записка	3
2. Учебно-тематический план	10
3. Методическое обеспечение программы	21
4. Список литературы	23

1. Пояснительная записка

Дополнительная модульная общеобразовательная общеразвивающая программа «Импульс» разработана с учетом:

1. Федерального закона от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Указа Президента Российской Федерации от 09.11.2022 г. № 809 «Об утверждении основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
3. Указа Президента Российской Федерации от 7.05.2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;
4. Распоряжения Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года; с учетом изменений, которые утверждены распоряжением Правительства РФ от 15.05.2023 №1230-р);
5. Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р);
6. Плана мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р);
7. Приказа Министерства просвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
8. Приказа Министерства труда и социальной защиты РФ от 5 мая 2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

9. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
10. Стратегии социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441);
11. Приказа Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
12. Приказа Министерства просвещения РФ от 21.04.2023 № 302 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения РФ от 3.09.2019 г. № 467»;
13. Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 (с изменениями и дополнениями).
14. Положения о структурном подразделении детской школы искусств государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы с. Красносамарское муниципального района Кинельский Самарской области;
15. Устава ГБОУ СОШ с. Красносамарское;
16. Лицензии ГБОУ СОШ с. Красносамарское на образовательную деятельность.

Дополнительная модульная общеобразовательная общеразвивающая программа «Импульс» является ознакомительной, художественной направленности. В её основе лежат новые федеральные государственные образовательные стандарты (ФГОС).

Содержание занятий:

Дополнительная модульная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Импульс» (далее программа) разработана с учётом интересов конкретной целевой аудитории, обучающихся младшего и среднего школьного возраста.

Направленность программы художественная.

Актуальность Программа создает условия для личностного развития обучающихся, способствует их гармоничному развитию, раскрытию творческих способностей, учит их красоте и выразительности движений.

Работа по данной программе обеспечивает знакомство с разными жанрами хореографического искусства. Искусство танца доставляет художественное наслаждение, помогает нравственному и эстетическому воспитанию подрастающего поколения. И чем раньше ребёнок войдёт в «большой мир искусства», тем быстрее он научится отличать добро от зла, красоту от безобразия, истинное от ложного и, главное, обогатит свой духовный мир.

Новизна программа состоит в том, что она разработана с учётом современных тенденций в образовании по принципу блочно-модульного освоения материала, что максимально отвечает запросу социума на возможность выстраивания ребёнком индивидуальной образовательной траектории.

Отличительной особенностью программы является синтез основ современного и стилизованного танца, а так же овладение обучающимися основами хореографии, самостоятельности в анализе и составлении простых танцевальных композиций.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что она отвечает потребностям общества в формировании компетентной личности в целом.

Все вышеизложенное позволяет определить цели и задачи программы.

Цель программы

формирование личности обучающегося с развитым художественно - эстетическим вкусом и системой ценностей в восприятии современной культуры, способной к творческой самореализации посредством современного искусства хореографии.

Задачи:

1. *Обучающие:*

- расширить кругозор детей в области истории хореографии;
- познакомить с особенностями народной культуры в области танца, костюма; духовно нравственных ценностей;
- сформировать основные умения, навыки в области хореографического искусства;
- сформировать музыкально - ритмические навыки.

2. *Развивающие:*

- развить у детей мотивацию поиска новых познавательных ориентиров;
- развить музыкально - ритмические способности детей, творческое мышление, воображение, фантазию;
- развить внимание, память, пространственное мышление;
- развить творческие и организаторские способности.

3. *Воспитательные:*

- воспитать эстетический вкус, интерес к творческой деятельности;
- воспитать активную жизненную позицию, лидерские качества;

- сформировать общую культуру поведения ребенка в обществе, навыки самоконтроля и взаимоконтроля.

4.Здоровьесберегающие:

- обеспечить комфортные условия обучения: доброжелательную атмосферу со стороны педагога и коллектива, отсутствие стрессовых ситуаций, адекватность требований к обучающемуся на занятиях.
- обеспечить соответствие учебной нагрузки возрасту обучающегося;
- рационально организовать учебный процесс в соответствии с возрастными, половыми, культурными, индивидуальными, психологическими особенностями обучающегося;
- достаточная двигательная активность.

Программа включает в себя 3 тематических модуля:

Модуль 1: «Современный танец».

Цель: воспитание у обучающихся интереса и любви к танцу и искусству в целом;

Модуль 2: «Детский танец».

Цель: приобщение обучающихся к миру танцевального искусства, формирование творческой личности посредством изучения танца.

Модуль 3: «Ритмика и танец».

Цель: приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенства.

Характеристика образовательного процесса

Возраст обучающихся

Дополнительная модульная общеразвивающая программа «Импульс» ориентирована на обучающихся от 8 до 11 лет независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Срок реализации

Программа рассчитана на 1 год обучения, по истечении этого времени основной учебный материал программы является освоенным, обучающиеся овладевают основными понятиями, терминами, знаниями, умениями.

Форма обучения программы: комбинированное занятие; практическое занятие; игра, праздник, конкурс, фестиваль; творческая встреча; репетиция; концерт, открытый урок.

Формы организации деятельности:

Основной формой организации программы является групповое занятие.

Модули	Количество занятий в неделю	Количество часов в год
Современный танец	2 занятия по 1 ак.ч.	72 ак.ч.
Детский танец	2 занятия по 1 ак.ч.	72 ак.ч.
Ритмика и танец	2 занятия по 1 ак.ч.	72 ак.ч.

Наполняемость учебных групп составляет: 8 – 25 человек.

Режим занятий занятия проходят в соответствии с установленным расписанием.

1 год обучения – 6 часов в неделю, 216 часа в год.

Длительность занятия 40 минут, продолжительность времени отдыха между занятиями 10 минут.

Планируемые результаты по окончании обучения обучающиеся будут знать:

- терминологию современного танца;

- терминологию танцевальных упражнений, пантомимические и коллективно-порядковые упражнения;
- терминологию музыкально - ритмических упражнений.

По окончании обучения обучающиеся будут уметь:

- выполнять не сложные комбинации из элементов современного танца;
- вступать в движение поочередно (каноном);
- свободно ориентироваться в танцевальной музыке;
- работать над образом: характер образа, специфика поз (руки, корпус, голова);
- исполнять простые танцевальные движения и комбинации;
- анализировать, подмечать ошибки в исполнении танцевальных этюдов других исполнителей и свои собственные;
- уметь составлять не сложные танцевальные комбинации.

Предметные результаты.

Модульный принцип построения программы предполагает описание предметных результатов в каждом конкретном модуле.

Критерии оценки знаний, умений и навыков при освоении программы

Основными видами отслеживания результатов усвоения учебного материала являются входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль. Осуществляется контроль следующим образом.

Входной контроль проводится в начале учебного года.

Отслеживается уровень подготовленности обучающихся.

Проводится в форме собеседования и выполнения практических заданий. После анализа результатов первоначального контроля проводится корректировка тематических планов, пересматриваются учебные задания, если это необходимо.

Текущий контроль проводится на каждом занятии. В процессе его проведения выявляется степень усвоения обучающимися нового материала, отмечаются типичные ошибки, ведется поиск способов их предупреждения и исправления.

Внимание каждого ребенка обращается на четкое выполнение работы и формирование трудовых навыков.

Формы проведения: опрос обучающихся, собеседование и наблюдение во время выполнения практических заданий.

По окончании 1-го полугодия проводится *промежуточный контроль в форме среза знаний, умений и навыков*. Его цель - выявление степени обученности детей за первое полугодие и проведение по результатам контроля (при необходимости) корректировки тематических планов.

Форма проведения: контрольный урок.

Итоговый контроль проводится в конце учебного года. Цель его проведения - определение уровня усвоения программы каждым учеником.

Формы проведения: контрольный урок, участие в отчетном концерте.

Формы подведения итогов

Итоги реализации программы подводятся в следующих видах и формах: наблюдение педагогом, контрольные упражнения, зачетные и открытые занятия, выступления на концертах, участие в отчетных концертах коллектива, участие в фестивалях и конкурсах различных уровней (муниципального, всероссийского и международного). Данные формы контроля дают возможность определить эффективность работы по данной программе позволяют обучающимся, педагогам и родителям увидеть результаты своего творческого труда.

Входной контроль осуществляется в начале учебного года в форме наблюдения педагога за выполнением движений.

2. Учебный план

№ модуля	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Современный танец»	72	11	61
2.	«Детский танец»	72	7	65
3.	«Ритмика и танец»	72	7	65
	ИТОГО	216	25	191

Модуль «Современный танец»

Цель: воспитание у обучающихся интереса и любви к танцу и искусству в целом.

Задачи:

Познавательные:

- ознакомить с искусством танца и миром хореографии;
- ознакомить с комплексом гимнастических упражнений.

Развивающие:

- выявить и развить способности обучающегося;
- развить пластическую и хореографическую память;
- достичь желания самовыражения через танец.

Обучающие:

- ознакомить с основами хореографии;
- ознакомить с основами пластической и музыкальной выразительности;
- ознакомить с основами сценической практики;
- ознакомить с основами ритмики,
- ознакомить с историей танца и историей костюма, культурными традициями.

Воспитательные:

- воспитать навыки общения и культуры поведения в обществе;
- воспитать трудолюбие и стремление к достижению цели и выполнению поставленных задач.

Учебно – тематический план «Современный танец»

№	Тема занятия	Кол-во часов			Формы контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие. История развития современного танца.	1	0	1	Занятие, опрос, беседа
2.	Разучивание позиций	1	4	5	Занятие, опрос,

	ног				беседа
3.	Разучивание позиций рук	0	4	4	Занятие, опрос, беседа
4.	Основные положения корпуса	1	4	5	Занятие, опрос, беседа
5.	Изучение техника движений	1	5	6	Занятие
6.	Разучивание и построения экзерсиса на середине зала.	1	4	5	Занятие
7.	Упражнение для позвоночника	1	5	6	Занятие
8.	Элементы гимнастики	1	4	5	Занятие
9.	Кросс	1	4	5	Занятие
10.	Уровни (верхний, средний, нижний)	1	5	6	Занятие
11.	Партерные перекаты	1	5	6	Занятие
12.	Импровизация	1	4	5	Занятие
13	Танцевальные комбинации	0	13	13	Занятие
Итого:		11	61	72	Занятие

Содержание программы модуля

Тема 1. Вводное занятие. Теория История развития современного танца.

Основные направления современного танца.

Тема 2. Разучивание позиций ног.

Теория. Техника постановки ног в 1, 2, 3, 5 позицию.

Практика. Разучивание и отработка позиций ног.

Тема 3. Разучивание позиций рук Теория. Техника постановки рук в подготовительную, 1, 2, 3 позицию.

Практика. Разучивание и отработка позиций рук. Комбинирование с позициями ног.

Тема 4. Основные положения корпуса. Теория. Техника выполнения упражнения Практика расширение, распространение, сосредоточения.

Тема 5. Изучение движений, техника исполнения.

Теория. Техника выполнения упражнения Практика.

Теория. Правильность исполнения движений. Практика. Повороты и наклоны головы, руки – кисти рук, рука от локтя, от плеча.

Движения плечами:

- подъем одного - двух поочередно вверх;
- движение плеч вперед – назад;
- твист плеч – резкая смена направлений в движении плеч
- «восьмерка» - круги поочередно;
- шейк плеч.

Движения грудной клетки-

Диафрагмой;

- из стороны в сторону;
- вперед – назад;
- подъем и опускание;
- изгиб верхней части до солнечного сплетения вперед, в сторону.

Движения бедра;

- из стороны в сторону, вперед- назад, круги, подъем бедра наверх.

Тема 6 Разучивание и построения экзерсиса на середине зала.

Теория. Техника выполнения упражнения

Практика Plie с различными движениями рук.

Battement tendu et Battement tendu iete и в параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос вес тела без продвижения в пространстве)

Rond de jamb par terre с « противоходом рук» Grand Battement Jate (45 гр, 90, 180 градусов)

Тема 7. Упражнение для позвоночника Round de jamb par terre.

Теория. Техника выполнения упражнения.

Практика. Твист и спирали торса

High-reliase (хай – релиз) +Body roll (волны)

Тема 8. Элементы гимнастики Теория. Техника выполнения упражнения

Практика. Мостик. Стойка на руках. Колесо. Упражнения стрейч- характера (растяжка , шпагат) Силовые упражнения: отжимания , качание пресса.

Тема 9. Кросс Теория. Техника разучивания на середине зала Практика.

Шаги примитива. Шаги в модерн-джаз манере. Прыжки («глиссад вперед 2, «подскоки с противоходом рук», «ножницы 2, «пистолетик»)

Тема 10. Уровни (верхний средний и нижний)

Теория. Техника разучивания Практика. Уровни (стоя, на четвереньках, на коленях, сидя, лежа) Игра «Фотоальбом».

Тема 11. Партерные перекаты Теория. Техника разучивания перекатов

Практика. Изучение техники исполнения движений партера

- Перекаты из положения, сидя в группировки, через «лягушку 2, через поперечный шпагат (поза ученика)

- Поза «зародыша»

- Прямые повороты на полу (бревно)

- Подготовительные упражнения к перекаату, через одно плечо.

Тема 12. Импровизация Теория. Что такое импровизация и как можно ею воспользоваться. Практика. Расслабление, исследование своего тела, бодиворк.

Дыхание (каждое движение построено на дыхании)

Импровизация с движением 9 шага, прыжок, скрутка....)

Импровизация/ «эмоциональная» сторона техники (неосознанность движения, этюд «воображения» - состояние – явление – образ - отклик – тела....)

Импровизация с пространством класса, смена уровней, ракурсов.

Контактная импровизация, контакт (этюды «продолжи движение в дуэте»)

Тема 13. Танцевальные комбинации

Составление танцевальных комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.

Модуль «Детский таец»

Цель: приобщение обучающихся к миру танцевального искусства;

Формирование творческой личности посредством изучения танца.

Задачи:

Обучающие задачи:

1. Развить творческие возможности детей.
2. Учить выразительно и непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером музыки, динамикой (усилением, ослаблением звука)
3. Добиться, чтобы движения были естественными непринужденными, выразительными.
4. Уметь эмоционально, образно передать в движении настроение, чувства развитие сюжетной линии.

Воспитательные задачи:

- сформировать интерес учащихся к народному танцу;
- выявить творческий потенциал каждого обучающегося;

воспитать:

- эмоциональную выразительность исполнения;
- трудолюбие и выносливость;
- национальное самосознание через познание народных обрядов, обычаев и традиций.

Развивающие:

развить:

- индивидуальные способности;

- эстетическую ориентацию через хореографическую деятельность;
- физические и танцевальные данные;
- исполнительское мастерство;
- чувства ансамблевого исполнения и общения с партнёром.

Учебно – тематический план

№	Тема занятия	Кол-во часов			Формы контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие. Знакомство с искусством хореографии	1	0	1	Занятие, опрос, беседа
2.	Элементы классического танца	1	14	15	Занятие Наблюдения
3.	Элементы народного танца	1	14	15	Занятие Наблюдения
4.	Азбука музыкального движения	1	14	15	Занятие Наблюдения
5.	Постановочная деятельность	1	25	26	Занятие Наблюдения
Итого:		5	67	72	

Содержание программы модуля

Тема 1 Тема 1. Вводное занятие. Знакомство с искусством хореографии

Теория. Знакомство с понятием «хореография», экскурс по истории, рассказ о хореографических жанрах. Техника безопасности на занятиях в хореографическом зале

Тема 2. Элементы классического танца

Теория. Объясняются правильность выполнения тех или иных движений, элементов, их значимость для развития тела и физических способностей.

Практика. Изучаются такие понятия как выворотность ног, пластичность рук, гибкость спины, прыгучесть; разучиваются позиции ног: I, II, III, VI; позиции рук: подготовительная, I, II, III; правильное положение корпуса и рук; Releve по VI и I позициям, Demi plie и Grand plie, Battement tendu в сторону, разучиваются простые танцевальные комбинации классической направленности.

Тема 3. Элементы народного танца

Теория. Дается общая характеристика народного танца, влияние особенности климата и ландшафта местности, где проживает народ, а также особенности его обычаев, костюма, темперамента. Занятия народным танцем включают в себя изучение элементов русского народного танца.

Практика. Изучается правильная постановка корпуса, характерная для того или иного народного танца, а также положение рук и головы. В русском народном танце изучаются: приставной шаг, шаги с притопом, шаг на каблук; приставной шаг из стороны в сторону с выносом ноги на каблук; «ковырялочка» с притопом, припадание, присядка и несложные «хлопушки» для мальчиков.

Тема 4. . Азбука музыкального движения

Практика. Выполнение музыкально-пространственных упражнений (маршировка, шаг на месте, вокруг себя, влево –вправо); выполнение пространственно-музыкальных упражнений (повороты на месте, продвижения на углах, с прыжком); отработка фигурной маршировки с перестроением (из колонны в шеренгу и обратно, из одного круга в два и обратно); выполнение танцевальных шагов (с носка на пятку, с фигурной маршировкой); выполнение танцевальных шагов в образах («лошадка», «мышка», «кошка»); выполнение ритмических упражнений на притопы и хлопки.

Тема 5. Постановочная деятельность

Теория. Прослушивание и анализ музыкального материала; характер исполнения танца, особенности подачи тех или иных движений танца; обсуждение костюма.

Практика. Постановка танцевальных номеров

Модуль « Ритмика»

Цель: приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенства.

Задачи:

Обучающие:

- сформировать необходимые двигательные навыки.

Развивающие:

- раскрыть творческий потенциал;
- развить музыкальный слух и чувство ритма.

Воспитательные:

- способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса.

Учебно – тематический план

№	Тема занятия	Кол-во часов			Формы контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие.	6	-	6	
2.	Упражнения на развитие гибкости	1	10	11	
3.	Упражнения на развитие ловкости и координации	1	10	11	
4.	Упражнения на формирование осанки	2	20	22	
5.	Акробатические упражнения	2	20	22	
Итого:		12	60	72	

Содержание программы модуля

Тема 1. Вводное занятие.

Теория. Краткий обзор развития гимнастики в России. Гимнастическая терминология. Меры предупреждения травм на занятии по гимнастике.

Тема 2. Упражнения на развитие гибкости

Теория. Изучение техники выполнения упражнений - ходьба в приседе, наклоны вперёд, назад, вправо, влево. Выпады и полушпагаты. Высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой. Широкие стойки на ногах. Тестовые упражнения по оценке гибкости и подвижности в суставах.

Индивидуальные комплексы физических упражнений по развитию гибкости.

Практика. Выполнение упражнений - ходьба в приседе, наклоны вперёд, назад, вправо, влево. Выпады и полушпагаты. Высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой. Широкие стойки на ногах. Тестовые упражнения по оценке гибкости и подвижности в суставах. Индивидуальные комплексы физических упражнений по развитию гибкости.

Тема 3. Упражнения на развитие ловкости и координации

Теория. Техника выполнения упражнений - произвольное преодоление простых препятствий. Воспроизведение заданной игровой позы. Жонглирование малыми предметами. Преодоление полос препятствий, включающих висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов и т.д.. Упражнения на переключение внимания и чувственного контроля с одних участков тела на другие. Равновесия типа «ласточка». Передвижения на носках, с поворотами и подскоками. Передвижения шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам.

Практика. Выполнение упражнений - произвольное преодоление простых препятствий. Воспроизведение заданной игровой позы. Жонглирование малыми предметами. Преодоление полос препятствий, включающих висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов и т.д.. Упражнения на переключение внимания и чувственного контроля с одних участков тела на другие. Равновесия типа «ласточка». Передвижения на носках, с поворотами

и подскоками. Передвижения шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам.

Тема 4. Упражнения на формирование осанки

Теория. Техника выполнения - упражнения на проверку осанки. Ходьба на носках. Ходьба с заданной осанкой. Ходьба под музыкальное сопровождение. Танцевальные упражнения. Комплексы упражнений на контроль осанки в движении. Упражнения для укрепления и коррекции мышечного корсета. Жонглирование на ограниченной опоре. Комплексы упражнений на чередование напряжения и расслабления мышц отдельных участков тела.

Практика. Выполнение упражнений - упражнения на проверку осанки. Ходьба на носках. Ходьба с заданной осанкой. Ходьба под музыкальное сопровождение. Танцевальные упражнения. Комплексы упражнений на контроль осанки в движении. Упражнения для укрепления и коррекции мышечного корсета. Жонглирование на ограниченной опоре. Комплексы упражнений на чередование напряжения и расслабления мышц отдельных участков тела.

Тема 5. Акробатические упражнения

Теория. Техника выполнения упражнений - упоры (присев, лёжа, согнувшись). Седы (на пятках, углом). Группировка, перекаты в группировке. Стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги). Кувырок вперёд (назад). «Мост» из положения лёжа на спине, «шпагаты» и складки. Парная акробатика: хваты, основы балансирования, силовые упражнения, пирамидковые упражнения. Начальное обучение акробатическим прыжкам.

Практика. Выполнение упражнений - упоры (присев, лёжа, согнувшись). Седы (на пятках, углом). Группировка, перекаты в группировке. Стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги). Кувырок вперёд (назад). «Мост» из положения, лёжа на спине, «шпагаты» и складки. Парная акробатика: хваты, основы балансирования, силовые упражнения, пирамидковые упражнения. Начальное обучение акробатическим прыжкам.

3. Методическое обеспечение программы.

Дополнительная общеразвивающая программа «Астрей» сочетает в себе тренировочные упражнения на полу, у станка, на середине зала, упражнения на растяжку, танцевальные движения классического и народного танца, что способствует развитию танцевальности обучающихся. Некоторые простейшие теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над постановками.

У группы свой темп и программа занятий, которая предполагает определенный минимум знаний, умений навыков и сведений о хореографии в соответствии с возрастом. Работа в коллективе состоится таким образом, чтобы не нарушать целостности педагогического процесса.

Методы, используемые при организации образовательного процесса:

1. методы мотивации и эмоционального стимулирования (доброжелательность, поощрение, игра, сказка, обращение к жизненному опыту детей, поддержка, установка на успех);
2. методы организации познавательной деятельности: (беседа, проблемные вопросы, связь с жизнью);
3. методы организации практической деятельности: (показ педагога, упражнения, элементы танцевальной импровизации);
4. методы контроля и коррекции: (наблюдение, контроль педагога, самоконтроль, рефлексия, подведение итогов).

Танцевальная импровизация под музыку в данной программе не является основным методом работы. Но необходима для гармоничного развития. Задания даются в качестве отдыха на занятиях. В них включены темы, связанные с явлением природы, поведением животных, сказочные сюжеты, игры, а также темы, близкие детскому воображению Сюжетно-ролевые и музыкально-танцевальные игры развивают творческую фантазию и творческую активность у детей.

Так же на занятиях у обучающихся воспитывается самостоятельность, ответственность путем самостоятельного ведения части занятия под наблюдением педагога и его корректировки (при необходимости).

Совместный труд в подготовке концертных программ, репетиции, концерты, вся деятельность объединения – это радость творчества. И только через совместную деятельность педагогов и детей осуществляется приобщение к прекрасному. Подготовка к совместному выступлению имеет большое значение в решении воспитательных и образовательных задач. Общие репетиции сближают детей, между членами коллектива устанавливаются дружеские, товарищеские отношения, каждый обучающийся несет ответственность за каждого члена своего коллектива.

Занятие состоит из следующих структурных компонентов:

1. Организационный момент, характеризующийся подготовкой учащихся к занятию;
2. Повторение материала, изученного на предыдущем занятии;
3. Постановка цели занятия перед учащимися;
4. Изложение нового материала;
5. Обобщение материала, изученного в ходе занятия;
6. Подведение итогов.

Материально-техническое оснащение программы

Для проведения занятий необходимы:

- учебный кабинет;
- компьютер;
- музыкальный центр.

Информационное обеспечение: иллюстрации, схемы, словарь специальных терминов с пояснениями, памятки для родителей и обучающихся, инструктаж по технике безопасности, литература и сайты для педагога:

1. Ахметова, Д. З. Теория и методика воспитания: учебное пособие.
2. Пляшешник А.Д. «Методическое пособие в помощь педагогу дополнительного образования, руководителю хореографических кружков, объединений»
3. Николаенко Н. И. Методические рекомендации для педагогов дополнительного образования
4. Радугин А. А. Психология и педагогика
5. Мудрик, А. В. Социальная педагогика
6. Цифровые образовательные ресурсы:
7. www.horeograf.com
8. <http://dance-composition.ru>
9. <http://dancehelp.ru>
10. <https://secret-terpsihor.com.ua>
11. <https://tanci-palitra.com.ua/>

4. Список литературы

1. Анисимова М.В. Музыка и здоровье. «ТЦ Сфера», 2014.
 2. Базарова, Н. П., Мей, В. П. Азбука классического танца / Н. П. Базарова, В. П. Мей. – М.: Лань, 2015
 3. Богданов, Г. Ф. Работа над сценической русской народной хореографией / Г. Ф. Богданов. – М.: ВЦХТ, 2017
- Бондаренко, хореографической работы в школе и внешкольных заведениях – М.: Издательский центр «Академия», 20.