ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 641
С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУГРА

ПРИНЯТА
Решением педагогического совета
ГБОУ школы № 641 с углубленным изучением
английского языка
Невского района Санкт-Петербурга

Невского района Санкт-Петербурга
от 31.08.2023 протокол № 1

УТВЕРЖДЕНА
Приказом директора ГБОУ школы №641 с
углубленным изучением английского языка
Невского района
Санкт-Петербурга
_____ М.А. Чупракова
от 01.09.2023 № 46

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

"Эстрадно-танцевальная студия "Каскад"

Возраст учащихся: от 5 до 16 лет
Срок реализации: 1 год

Разработчики:
Алексеева – Лапковская
Анна Анатольевна
педагог дополнительного образования
Шабанова
Татьяна Игоревна
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Эстрадно-танцевальная студия Каскад» разработана на основе следующих нормативно-правовых актов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» 273-ФЗ от 29.12.2012 (с изменениями, внесенными Федеральным законом от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания учащихся», ст. 2п. 9; с изменениями, вст. В силу 25.07.2022);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление главного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Постановление главного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (разд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания, обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
- Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утв. на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование»07.12.2018, протокол № 3);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 08.08.2020 № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ».
- Приказ Министерства Труда России от 08.09.2015 № 613н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа имеет **художественную направленность**, которая реализуется в рамках педагогики дополнительного образования.

Общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Эстрадно-танцевальная студия Каскад» выстроена с учетом следующих принципов:

1. Принцип системности
2. Принцип изучения от общего к частному, от простого к сложному.
3. Сочетание теории и практики.

Уровень освоения программы: общекультурный

Адресат программы: дети в возрасте от 5 до 16 лет. Программа разработана для желающих получить дополнительное образование в студии танца и группе ОФП и хореография.

Актуальность программы:

В современной социально-экономической ситуации эффективность системы дополнительного образования особенно актуальна, так как именно этот вид образования ориентирован на свободный выбор обучающегося интересующих его видов двигательной активности и форм деятельности, развитие его представлений о здоровом образе жизни, становлении познавательной мотивации и способностей. Программа разработана для желающих заниматься в студии танца на основе современных научных данных и практического опыта педагогов, и является отображением единства теории и практики.

В данной программе мы понимаем танец, как вид искусства, в котором художественные образы создаются посредством движения и пластических возможностей человеческого тела. Он создает пластический образ исторической эпохи, в нем находит выражение характер определенного этноса. Особенности пластики, хореографического языка, танцевальных традиций, выразительных приемов зависят от среды обитания, исторических и социальных условий, представлений о пространстве и времени. Искусство танца связано с музыкой, которая задает характер, темп и ритм танцевальных движений. Выразительными средствами танца являются гармоничные движения и позы, их соотношение с музыкой, пластическая выразительность и мимика, динамика, темп и ритм движения, композиция. Созданию художественного образа в немалой степени содействуют внешние данные и пластические возможности исполнителей, костюмы, реквизит.

Такое определение танца актуализирует данную дополнительную общеобразовательную (общеразвивающую) программу в самом широком социально-культурном разрезе.

Как показала практика, некоторым учащимся необходимо дополнительно заниматься физическими и хореографическими упражнениями, чтобы справляться с задачами общего курса студии. Поэтому была разработана дополнительная программа для разновозрастной группы учащихся с включением специальных упражнений на физическую активность, хореографию и стретчинг.

- **Цель**: гармоничное развитие учащихся посредством танцевального искусства, через приобретение базовых знаний, творческих качеств, навыков исполнительства, повышение физической выносливости, уверенности в себе, обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического воспитания учащихся, а также расширение знаний учащихся о стилях и направлениях танцевальной культуры.

Задачи соотнесены с концепцией личностно-ориентированного образования**:**

Обучающие

1. Обучить приемам музыкально-ритмического и пластического движения.
2. Расширить знания учащихся о стилях и направлениях танцевальной культуры.

Развивающие:

1. Развить музыкально-ритмическую координацию.
2. Развить мышечные чувства, осанки, стопы.
3. Развить музыкально-двигательную память.

4. Развить воображение, фантазию, умения находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки.

Воспитательные:

1. Воспитать у учащихся умение слушать, воспринимать, оценивать музыку.
2. Воспитать личностные качества: ответственность, трудолюбие, уверенность в себе, волю, целеустремленность, создать коллектив единомышленников.
3. Воспитать интерес к танцевальной культуре, через ознакомление с национальными танцами
4. Воспитать гражданско-патриотическое отношение к стране и государственным символам

Условия реализации программы

Условия набора в коллектив: зачисление в объединение происходит на основе собеседования, на неконкурсной основе при наличии допуска к занятиям с усиленной физической нагрузкой.

Условия формирования групп: группы первого года обучения (младшая и дошкольная группы) формируются с 18 по 30 сентября, далее осуществляется переход детей из одной возрастной группы в следующую по достижении определенного возраста и освоения программы. Возможен добор во все возрастные группы.

Количество детей в группе – 20 - 25 учащихся.

Реализация программы в условиях распространения новой коронавирусной инфекции: количество детей в группе сокращается до 15 учащихся, группы делятся на две подгруппы.

Формы проведения занятий: учебное занятие, открытое занятие, беседа, творческая встреча (мастер-класс), музыкальное соревнование, концерт, конкурс, фестиваль, съемки видеоролика.

Формы организации деятельности учащихся на занятиях: фронтальная**,** в парах, индивидуальная, групповая

Материально-техническое оснащение программы: зал размером не менее 50 кв.м, половое покрытие (паркет или линолеум), зеркальная стена, звуковое оборудование для воспроизведения музыкального материал

Планируемые результаты:

Предметные	Будут освоены основные танцевальные шаги различных танцевальных направлений. Будут освоены основные технические умения исполнения танцевальных композиций.
Метапредметные	Будут улучшены следующие физические качества: координация движений, выносливость, двигательная память. Будут уметь самостоятельно выбирать и использовать различные движения для передачи содержания и образа в танце. Будут уметь самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, формировать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.
Личностные	Будут сформированы личностные качества: ответственность, трудолюбие, уверенность в себе, воля, целеустремленность, создание коллектива единомышленников. Будут сформированы умения критичного отношения к темпам своего профессионального роста; алгоритма определения направления дальнейшего пути.

Учебный план подготовительная (дошкольная) возрастная группа (66 часов)

№ п/п	Название раздела/темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	**Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности**	**1**	**1**		
2.	**Музыкальное движение**	**24**	**2**	**22**	
2.1.	Приемы музыкально-двигательной выразительности	12	2	12	Педагогическое наблюдение
2.2	Основные движения эмоционально-динамического характера	12	-	10	Педагогическое наблюдение
3.	**Элементы пластического танца**	**10**	**1**	**9**	
3.1.	Основы пластики.	8	1	7	Педагогическое наблюдение
3.2.	Упражнения на вращение суставов	2	-	2	Контрольное упражнение
4.	**Танцевально-художественная работа**	**26**	**-**	**26**	
4.1.	Постановка	22	-	22	Педагогическое наблюдение
4.2.	Репетиции	4	-	4	Концертное выступление
5.	**Введение в мир искусства**	**1**	**1**	**-**	
5.1.	Беседы	1	1		
6.	**Организационная работа**	**2**	**2**	**-**	
6.1	Индивидуальные беседы.	2	2		
7	**Контрольные и итоговые занятия. Инструктаж по технике безопасности**	**2**	**1**	**1**	
	Итого (час.)	**66**	**8**	**58**	

Учебный план младшая возрастная группа (66 часов)

№ п/п	Название раздела/темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	**Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности**	**1**	**1**		
2.	**Музыкальное движение**	**24**	**2**	**22**	
2.1.	Приемы музыкально-двигательной выразительности	12	2	12	Педагогическое наблюдение
2.2	Основные движения эмоционально-динамического характера	12	-	10	Педагогическое наблюдение
3.	**Элементы пластического танца**	**10**	**1**	**9**	
3.1.	Основы пластики.	8	1	7	Педагогическое наблюдение
3.2.	Упражнения на вращение суставов	2	-	2	Контрольное упражнение
4.	**Танцевально-художественная работа**	**26**	**-**	**26**	
4.1.	Постановка	20	-	20	Педагогическое наблюдение
4.2.	Репетиции	6	-	6	Концертное выступление
5.	**Введение в мир искусства**	**1**	**1**	**-**	
5.1.	Беседы	1	1		
6.	**Организационная работа**	**2**	**2**	**-**	
6.1	Индивидуальные беседы.	2	2		
7	**Контрольные и итоговые занятия. Инструктаж по технике безопасности**	**2**	**1**	**1**	
	Итого (час.)	**66**	**8**	**58**	

Учебный план средняя возрастная группа (66 часов)

№ п/п	Название раздела/темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	**Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности**	**1**	**1**		
2	**Музыкальное движение**	**24**	**2**	**22**	
2.1	Совершенствование приемов музыкально-двигательной выразительности	14	2	12	Педагогическое наблюдение
2.2	Совершенствование основных движений эмоционально-динамического характера	10	-	10	Педагогическое наблюдение
3	**Элементы пластического танца**	**14**	**1**	**13**	
3.1	Приемы пластического движения	8	1	7	Педагогическое наблюдение
3.2	Музыкально-пластический образ	6	-	6	Педагогическое наблюдение
4	**Танцевально-художественная работа**	**22**	**-**	**22**	
4.1	Постановка	12	-	12	Педагогическое наблюдение, концертное выступление
4.2	Репетиции	7	-	7	Педагогическое наблюдение, концертное выступление
4.3	Концерты, фестивали	3	-	3	Педагогическое наблюдение, концертное выступление
5	**Введение в мир искусства**	**1**	**1**	**-**	
5.1	Беседы	1	1	-	
6	**Организационная работа**	**2**	**2**	**-**	
6.1	Индивидуальные беседы	2	2	-	
7	**Контрольные и итоговые занятия. Инструктаж по технике безопасности**	**2**	**1**	**1**	
	Итого (час.)	**66**	**8**	**58**	

Учебный план 1-я старшая возрастная группа (вторник и четверг) (68 часов)

№ п/п	Название раздела/темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	**Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности**	**1**	**1**		
2	**Музыкальное движение**	**24**	**2**	**22**	
2.1	Совершенствование приемов музыкально-двигательной выразительности	14	2	12	Педагогическое наблюдение
2.2	Совершенствование основных движений эмоционально-динамического характера	10	-	10	Педагогическое наблюдение
3	**Элементы пластического танца**	**14**	**1**	**13**	
3.1	Приемы пластического движения	8	1	7	Педагогическое наблюдение
3.2	Музыкально-пластический образ	6	-	6	Педагогическое наблюдение
4	**Танцевально-художественная работа**	**24**	**-**	**24**	
4.1	Постановка	14	-	14	Педагогическое наблюдение, концертное выступление
4.2	Репетиции	7	-	7	Педагогическое наблюдение, концертное выступление
4.3	Концерты, фестивали	3	-	3	Педагогическое наблюдение, концертное выступление
5	**Введение в мир искусства**	**1**	**1**	**-**	
5.1	Беседы	1	1	-	

6	**Организационная работа**	**2**	**2**	**-**	
6.1	Индивидуальные беседы	2	2	-	
7	**Контрольные и итоговые занятия. Инструктаж по технике безопасности**	**2**	**1**	**1**	
	Итого (час.)	**68**	**8**	**60**	

Учебный план 2-я старшая возрастная группа (юниоры)(понедельник и пятница) (64 часа)

№ п/п	Название раздела/темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	**Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности**	**1**	**1**		
2	**Музыкальное движение**	**22**	**2**	**20**	
2.1	Совершенствование приемов музыкально-двигательной выразительности	12	2	10	Педагогическое наблюдение
2.2	Совершенствование основных движений эмоционально-динамического характера	10	-	10	Педагогическое наблюдение
3	**Элементы пластического танца**	**14**	**1**	**13**	
3.1	Приемы пластического движения	8	1	7	Педагогическое наблюдение
3.2	Музыкально-пластический образ	6	-	6	Педагогическое наблюдение
4	**Танцевально-художественная работа**	**22**	**-**	**22**	
4.1	Постановка	12	-	12	Педагогическое наблюдение, концертное выступление
4.2	Репетиции	7	-	7	Педагогическое наблюдение, концертное выступление
4.3	Концерты, фестивали	3	-	3	Педагогическое наблюдение, концертное выступление
5	**Введение в мир искусства**	**1**	**1**	**-**	
5.1	Беседы	1	1	-	
6	**Организационная работа**	**2**	**2**	**-**	
6.1	Индивидуальные беседы	2	2	-	
7	**Контрольные и итоговые занятия. Инструктаж по технике безопасности**	**2**	**1**	**1**	
	Итого (час.)	**64**	**8**	**56**	

Сводный учебный план.

п/п	Название программ	Группа обучения				Всего часов
		младшая	средняя	старшая	дошкольная	
	Эстрадно-танцевальная студия «Каскад» понедельник-пятница	----------	----------	64 часа	----------	64 часа
	Эстрадно-танцевальная студия «Каскад» вторник-пятница	66 часов	66 часов	----------	66 часов	198 часов
	Эстрадно-танцевальная студия «Каскад» вторник-четверг	----------	----------	68 часов	----------	68 часов
	Итого:					**330 часов**

Календарный учебный график

Группа обучения	**Дата начала обучения по программе**	**Дата окончания обучения по программе**	**Всего учебных недель**	**Кол-во учебных часов**	**Режим занятий**
Младшая	19 сентября	25 мая	34	66	2 раза в неделю по 1 часу

Средняя	19 сентября	25 мая	34	66	2 раза в неделю по 1 часу
1-я старшая	19 сентября	25 мая	34	68	2 раза в неделю по 1 часу
2-я старшая (юниоры)	18 сентября	25 мая	34	64	2 раза в неделю по 1 часу
Дошкольная	19 сентября	25 мая	34	66	2 раза в неделю по 1 часу

- В зимние каникулы занятий не ведется – 31 декабря 2022 года — 8 января 2023 года
- В течение учебного года возможны выезды на городские фестивали и конкурсы при условии сопровождения каждого ребенка родителем и наличии полиса ОМС (по выходным дням)

Формы реализации программы в условиях распространения новой коронавирусной инфекции

В условиях дистанционного обучения или обучения с использованием дистанционных форм обучения обучение в объединении проходит следующим образом:

1. В группе коллектива https://vk.com/kaskad_641school выкладываются материалы теоретического и практического содержания (специально снятые обучающие видеоролики, программа силовой нагрузки, терминология танца, танцевальные спектакли, книги по танцевальному искусству)
2. Даются домашние задания на разучивание танцевальных связок и комбинаций
3. Учащиеся в объединении записывают и выкладывают в специальный альбом группы выполненные домашние задания – разученные связки и комбинации постановок
4. Проводятся занятия по расписанию в режиме он-лайн - организовываются конференции в ZOOM
5. По выходу из дистанционного обучения, на очных репетициях, комбинации, разученные в он-лайне, используются при составлении постановок

Оценочные и методические материалы.

Оценка результативности освоения программы (деятельности) учащихся основана на методе сравнительного анализа, при котором результаты обучения учащихся сравниваются с прежними результатами того же воспитанника (индивидуальная соотносительная норма), с поставленными учебными целями и критериями (предметная соотносительная норма).

Текущий контроль регулярно (в рамках расписания) осуществляется педагогом, ведущим предмет.

Входная, промежуточная и итоговая аттестации определяют, насколько успешно происходит развитие обучающегося и усвоение им образовательной программы на каждом этапе обучения.

Методами входной, текущей, промежуточной и итоговой аттестации являются:
метод педагогического наблюдения;
выполнения контрольных упражнений;
концертные выступления.

№	*Тема программы (раздел)*	*Форма организации занятия*	*Методы и приемы*	*Дидактический материал, техническое оснащение*	*Формы подведения итогов*
1	Приемы музыкально-двигательной выразительности	*Фронтальная, групповая, индивидуальная*	*Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение, вовлеченный показ, объяснение*	*Зал с зеркальной стеной, музыкальное сопровождение*	*Самостоятельное исполнение танцевальных композиций, отдельных связок*
2	Основные движения эмоционально-динамического характера	*Фронтальная, групповая, индивидуальная*	*Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение, вовлеченный показ, объяснение*	*Зал с зеркальной стеной, музыкальное сопровождение*	*Самостоятельное исполнение танцевальных композиций, отдельных связок*

3	Основы пластики	*Фронтальная, групповая, индивидуальная, в парах*	*Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение, вовлеченный показ, объяснение, танцевальная импровизация*	*Зал с зеркальной стеной, музыкальное сопровождение*	*Самостоятельное исполнение танцевальных композиций, отдельных связок, импровизация под музыку*
4	Упражнения на вращение суставов	*Индивидуальная, в парах*	*контрольное упражнение*	*Зал с зеркальной стеной, музыкальное сопровождение*	*Выполнение упражнений на вращение суставов*
5	Танцевально-художественная работа (постановки и репетиции)	*Фронтальная, групповая, индивидуальная, в парах, по подгруппам*	*Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение, концертное выступление*	*Зал с зеркальной стеной, музыкальное сопровождение, сцена, костюмы*	*Концертные выступления, участие в фестивалях*
6	Введение в мир искусства	*Фронтальная, индивидуальная*	*Беседы, прослушивание музыки, просмотр видеофрагментов*	*Музыкальное сопровождение, видеофайлы танцевальных выступлений (просмотр удаленно, домашнее задание)*	*Беседа по итогам*
7	Контрольные и итоговые занятия	*Фронтальная, групповая, индивидуальная, в парах, по подгруппам*	*Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение*	*Зал с зеркальной стеной, музыкальное сопровождение, сцена, костюмы*	*Концертные выступления, участие в фестивалях и конкурсах*

Входная диагностика *проводится с целью оценить общую физическую подготовленность учащихся, координацию движений, ритмический слух.*

Формы:

Вовлеченный показ (повторение за педагогом танцевальной связки), танцевальная импровизация

Краткое описание диагностики:

Учащимся предлагается повторить за педагогом небольшие танцевальные связки различных направлений. Затем предлагается попробовать самим подвигаться под музыку различных направлений.

Оценка параметров: оценивается умение двигаться под музыку, соблюдая ритм, умение правильно координировать движения рук, ног и корпуса, момент наступления физической усталости

Текущий контроль *осуществляется на занятиях для оценивания усвоения материала программы и работы над техникой.*

Формы:

Педагогическое наблюдение, исправление ошибок, работа над техникой исполнения

Промежуточный контроль *предусмотрен 2 раза в год, оценивается усвоение материала программы, формирование навыков исполнительского искусства, развитие артистизма учащихся.*

Формы:

Выполнение контрольных упражнений (исполнение танцевальных связок, постановок), концертные выступления

Краткое описание диагностики:

Учащиеся самостоятельно исполняют танцевальные композиции, освоенные на занятиях, принимают участие в концертных выступлениях
Оценка параметров:
Оценивается умение учащихся самостоятельно исполнять танцевальные композиции, создавать пластические образы, артистично передавать образ в движении.

Итоговый контроль *проводится в конце обучения по программе.*
Формы:
Выполнение контрольных упражнений (исполнение танцевальных связок, постановок), концертные выступления
Краткое описание диагностики:
Учащиеся исполняют танцевальные композиции, освоенные на занятиях, на итоговом занятии и концертном выступлении.
Оценка параметров:
Оценивается уровень освоения программы (владение танцевальным материалом, техничное исполнение композиций, артистизм)

Информационные источники:

Список литературы:

1. Вербицкая А.В. Основы сценического движения. М., 1973 г
2. Н.А.Вихрева «Классический танец для начинающих» издание 2010 года
3. Ивановский Н.П. Бальный танец XVI-XIX веков. ФГУИПП "Янтарный сказ", 2010.
4. Васильева-Рождественская М.В. Историко-бытовой танец: Учебное пособие.- Издательство "ГИТИС", 2009.
5. Карпов Н. Уроки сценического движения
6. Вадим Юрьевич НИКИТИН МОДЕРН-ДЖАЗ ТАНЕЦ История. Методика. Практика
7. Пантомима.Движение и образ - 1981 - И. Рутберг
8. Захаржевская Р.В. - История костюма - 2005
9. Режиссура массового театрального действа Словарь Пермь 1999 год
10. Громов Ю. И. Воспитание пластической культуры актера средствами танца
11. Современные направления в хореографии Авторы: Толстых И.Н., Грищук Г.Н.
12. Шутиков Ю.Н. Учебно-методические рекомендации по организации работы с целым классом в начальной школе по ритмике, ритмопластике и бальным танцам: Учебно-методическое пособие. - СПб.: изд. ООО «Синус Пи»

Интернет-источники:
https://vk.com/horeograf_praktik
https://dancehelp.ru/
http://www.spbfdance.ru/
http://dancedb.ru/
https://vk.com/sitevideo
https://vk.com/vdoxnovenie_fesf

Приложение № 1

Методика определения результативности образовательной программы деятельности детей

Для мониторинга результатов учащихся по дополнительной образовательной программе используется методики Кленовой Н.В., Буйловой Л.Н. Они позволяют представить:

- набор знаний, умений, навыков, которые должен приобрести ребенок в результате освоения конкретной образовательной программы;
- систему важнейших личностных качеств, которые желательно сформировать у ребенка за период его обучения по данной программе, и время общения с педагогом и сверстниками;
- определить с помощью критериев возможные уровни выраженности каждого измеряемого показателя у разных детей, а значит и степень соответствия этих показателей предъявляемым требованиям.

КАРТА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МОНИТОРИНГА 2023-2024 год
Педагог Алексеева-Лапковская Анна Анатольевна
«Эстрадно-танцевальная студия Каскад»
___ год обучения, группа № ___

№ п/п	**Ф И обучающегося**	Входная диагностика	**Предметные** результаты обучаемости по программе								**Метапредметные** результаты обучаемости по программе								Результаты **личностного развития** детей в процессе освоения программы								**% освоения программы учащимся**	
			Теоретическая подготовка		Практическая подготовка		Предметные достижения обучающегося		**итого, %**		Учебно-интеллектуальные умения		Учебно-коммуникативные умения		Учебно-организационные умения и навыки		**итого, %**		Организационно-волевые качества		Ориентационные качества		Поведенческие качества		**итого, %**			
		Со 18 по 30.09	**Полугодие**																									
			1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
1																												
2																												
20																												
ИТОГО																												

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 641 С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА Решением педагогического совета ГБОУ школы № 641 с углубленным изучением английского языка Невского района Санкт-Петербурга Невского района Санкт-Петербурга от 31.08.2023 протокол № 1	УТВЕРЖДЕНА Приказом директора ГБОУ школы №641 с углубленным изучением английского языка Невского района Санкт-Петербурга _____ М.А. Чупракова от 01.09.2023 № 46

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА К
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ

"Эстрадно-танцевальная студия "Каскад"

Возраст учащихся: дошкольники (подготовительная группа)
Срок реализации: 1 год

Возраст учащихся: дошкольники (подготовительная группа)

Срок реализации: 1 год

Разработчики:
Алексеева-Ланковская А..А. -
педагог дополнительного образования
Шабанова Т.И. -
педагог дополнительного образования

Особенности организации образовательного процесса:

В дошкольной возрастной группе обучения характерными являются занятия обучающего типа, происходит ознакомление учащихся с различными танцевальными направлениями и постепенное освоение танцевальных шагов. Основная форма организации деятельности учащихся на занятии – фронтальная. В связи с тем, что учащиеся приходят на занятия с различным уровнем физической и танцевальной подготовки, педагогу необходимо учитывать темп выполнения движений танцевальной композиции: начиная с медленного показа с разъяснением, постепенно переходя к выполнению движений в темпе музыкальной композиции. Педагог должен предусмотреть, чтобы предлагаемые для изучения танцевальные композиции не были длинными по продолжительности, не были однообразными.

См. Приложение 2

Задачи:

Обучающие

1. Обучить первичным навыкам музыкально-ритмического и пластического движения.
2. Познакомить учащихся со стилями и направлениями танцевальной культуры.

Развивающие:

3. Развивать музыкально-ритмическую координацию.
4. Развивать мышечное чувство, осанку, стопы.
5. Развивать музыкально-двигательную память.

Воспитательные:

6. Воспитать у учащихся умение слушать и оценивать музыку, понимать принцип выбора движения в соответствии с музыкой.
7. Воспитывать личностные качества: ответственность, трудолюбие, уверенность в себе, волю, целеустремленность.

Планируемые результаты

Предметные: Будут освоены основные танцевальные шаги, первичные навыки музыкально-ритмического движения, учащиеся познакомятся с различными танцевальными направлениями.

Метапредметные: Будут улучшены следующие физические качества: координация движений, двигательная память, повышена выносливость, разовьется умение концентрировать внимание при выполнении сложной задачи.

Личностные: Будут сформированы личностные качества: эстетический вкус, упорство, трудолюбие и стремление к достижению цели.

Механизм выявления результатов освоения программы

Оценка результативности освоения программы (деятельности) учащихся основана на методе сравнительного анализа, при котором результаты обучения учащихся сравниваются с прежними результатами того же воспитанника (индивидуальная соотносительная норма), с поставленными учебными целями и критериями (предметная соотносительная норма).

Текущий контроль регулярно (в рамках расписания) осуществляется педагогом, ведущим предмет.

Методами оценки являются:
метод педагогического наблюдения;
выполнения контрольных упражнений;
концертные выступления.

За время обучения в дошкольной возрастной группе ожидается освоение программы на общекультурном уровне. Это расширение художественного кругозора учащихся, развитие творческих способностей, формирование эстетического вкуса, общей и танцевальной культуры, развитие личностных качеств, освоение основной танцевальной терминологии. Учитываются индивидуальные возможности коллектива, его отдельных исполнителей. Освоение основных танцевальных шагов, знакомство с различными танцевальными направлениями. Общее

физическое развитие, улучшение координации движений, повышение выносливости, развитие основных технических навыков исполнения танцевальных композиций.
К концу обучения в дошкольной возрастной группе учащиеся **должны знать:**
- технику безопасности и поведение во время занятий и после
- общие понятия о хореографии, значение музыки в танце
- особенности различных танцевальных направлений и танцевальные шаги
- музыкальные размеры 2/4, 4/4
- темп (быстро, медленно, умеренно)
- контрастную музыку: быстрая - медленная, весёлая - грустная, громкая - тихая
- понятия «точек» площадки

Должны уметь:
- перестраиваться из одних рисунков в другие, знать логику поворотов влево и вправо, перемещений по площадке
- соотносить пространственные построения с музыкой
- исполнять танцевальные шаги различных стилей и направлений, уметь определять музыкальные композиции по возможности исполнения под них того или иного танца
-создавать простые пластические образы
-выполнять общеразвивающие упражнения на различные группы мышц различного характера, знать способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность), упражнения на гибкость
-уметь двигаться синхронно, соотносить скорость и амплитуду своего движения с движениями других участников коллектива.

Содержание программы
РАЗДЕЛ - “МУЗЫКАЛЬНОЕ ДВИЖЕНИЕ”

Тема: “Приемы музыкально-двигательной выразительности”.

Теория. Учащиеся получают знания о различных направлениях танцевальной культуры, о том, откуда и когда появились те или иные танцевальные стили, узнают имена знаменитых танцовщиков различных эпох. Также в процессе обучения движениям учащиеся получают информацию по танцевальной терминологии.

Практика.

Характерная выразительность каждого движения зависит от того, как и в каком соотношении в нем используются приемы. Поэтому параллельно с изучаемым материалом одной темы дается материал и других тем, в которых приходится пользоваться тем или иным приемом движения. Так развивается умение учащихся естественно пользоваться приемами, работая над изменением характера движения.

Для того чтобы разучивать и совершенствовать разнообразные виды движения нужно воспитать у учащихся основные технические навыки:

Первый – умение начинать двигаться с началом музыки.

Второй – умение придавать движению нужную динамическую выразительность.

Третий – умение заканчивать движение точно с окончанием музыкального произведения (или его части) – технически связан со вторым: учащиеся должны уменьшить (тормозить) устремленность своего движения при приближении заключения музыкальной мысли, соотносить ритм движения с другими участниками коллектива (синхронность исполнения).

Учащиеся овладевают тремя приемами движения – пружинным, маховым и плавным, дающими им в дальнейшем возможность сообщить движению характер и выразительность, свойственные разнообразным музыкально-двигательным образам.

Освоение основных танцевальных шагов.

Прием основного шага танцевального движения осваивается в движениях ног, рук и корпуса. Учащиеся должны научиться различать сильную и слабую фазу движения.
Например, «полька», «кадриль», «мамба», «рок-н-ролл», «хип-хоп», аэробные шаги и др.

Освоение маховых движений.

Прием махового движения используется при работе над музыкой с широкой, ярко акцентированной мелодией, построенной на больших интервалах. Имеет две фазы – слабую и сильную.
Для рук используется упражнение “Крылья”, которое подготавливает к исполнению более сложных и сильных маховых движений (взмахов), а именно, к упражнению “Мельница” (круговые махи в трех плоскостях).
Осваивая эти упражнения, учащиеся знакомятся с двумя музыкально-двигательными образами, близкими по форме, но разными по содержанию. А также развивают умение постепенно изменять динамическую мышечную напряженность в движениях.
Для корпуса используется изолированное движение грудной клеткой, при котором грудь поворачивается в стороны вокруг оси корпуса. Упражнение требует полного напряжения мышц.

Освоение плавных движений.

Используются упражнения плавное полуприседание, “Поющие руки” (плавное движение рук). Движения исполнятся слитно, то есть между движением вниз и вверх или вперед и назад остановок не делается.

Освоение движений с вращениями и разворотами.

Используются упражнения на танцевальные движения с вращением корпуса в различных направлениях, сочетание шагов с разворотами корпуса, с использованием инерции и без.

Тема: “Основные движения эмоционально-динамического характера”.

Практика.

Каждое упражнение построено на определенной музыке, характер которой определяет особенности движения.
Ходьба: шаг, шоссе, шаг с ускорением и замедлением.
Бег: легкий; неторопливый танцевальный, стремительный, широкий; легкий пружинный, пружинный с прыжками, на полупальцах.
Прыжковые движения: подпрыгивание на двух ногах; прыжки с уходом в партер.

РАЗДЕЛ “Элементы пластического танца”.

ТЕМА: “Основы пластики”.

Теория. Учащиеся получают информацию о том, что такое пластический танец, его подстили (джаз-модерн, модерн, контемпорари и т.д.), развитие и становление.

Практика.

Учащиеся знакомятся с классической и современной музыкой, ритмическая основа которой соответствует характеру плавных и “текучих” движений тела, тем самым помогая сильнее и глубже переживать создаваемые ими пластические образы. Освоение движений строится от пальцев рук до пальцев ног через весь корпус.

ТЕМА: “Упражнения на вращение суставов”.

Практика.

Упражнения на вращение суставов способствуют осознанию работы частей тела, развивают гибкость и упругость позвоночника, пластику рук, стопы, укрепляют отдельные группы мышц, увеличивают подвижность суставов. Подготавливают к дальнейшей работе по освоению навыков пластического движения.

Упражнения выполняются в положении стоя, сидя и лежа на полу. Включаются в разминку.

РАЗДЕЛ “Танцевально-художественная работа”.

Тема «Постановка» и «Репетиции»

Практика.

Каждое занятие строится на музыкальном материале, могущем одновременно служить двум заданиям, т.е. музыка берется такая, на которой можно строить как техническую, так и художественную работу. Такой подход в корне меняет отношение занимающегося к любому заданию.

В танцах учащиеся закрепляют знания, умения и навыки, полученные на учебных занятиях. Также учатся осваивать пространство зала, располагаться и перемещаться по сценической площадке. Знакомятся с таким понятием как рисунок танца. Учатся перестраиваться в круг, в колонну, по диагонали и т.д.

В музыкально-пространственных композициях учащиеся развивают чувство коллектива: они учатся переживать музыку в общем ритме, вместе, синхронно и слаженно.

РАЗДЕЛ “Введение в мир искусства”.

Теория.

Темы бесед: «Различные образы в танце», «Общая физиологическая и психологическая подготовка танцовщика».

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 641
С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУГРА

ПРИНЯТА Решением педагогического совета ГБОУ школы № 641 с углубленным изучением английского языка Невского района Санкт-Петербурга Невского района Санкт-Петербурга от 31.08.2023 протокол № 1	УТВЕРЖДЕНА Приказом директора ГБОУ школы №641 с углубленным изучением английского языка Невского района Санкт-Петербурга _____ М.А. Чупракова от 01.09.2023 № 46

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА К
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ

"Эстрадно-танцевальная студия "Каскад"

Возраст учащихся: 7-9 лет (пятая группа)
(Срок реализации: 1 год)

Разработчики:
Алексеева-Лапковская А..А. -
педагог дополнительного образования
Шабанова Т.И. -
педагог дополнительного образования

Особенности организации образовательного процесса:

В младшей возрастной группе обучения характерными являются занятия обучающего типа, происходит ознакомление учащихся с различными танцевальными направлениями и постепенное освоение танцевальных шагов. Основная форма организации деятельности учащихся на занятии – фронтальная. В связи с тем, что учащиеся приходят на занятия с различным уровнем физической и танцевальной подготовки, педагогу необходимо учитывать темп выполнения движений танцевальной композиции: начиная с медленного показа с разъяснением, постепенно переходя к выполнению движений в темпе музыкальной композиции. Педагог должен предусмотреть, чтобы предлагаемые для изучения танцевальные композиции не были длинными по продолжительности, не были однообразными.

См. Приложение 3

Задачи:

Обучающие

8. Обучить первичным навыкам музыкально-ритмического и пластического движения.
9. Познакомить учащихся со стилями и направлениями танцевальной культуры.

Развивающие:

10. Развивать музыкально-ритмическую координацию.
11. Развивать мышечное чувство, осанку, стопы.
12. Развивать музыкально-двигательную память.

Воспитательные:

13. Воспитать у учащихся умение слушать и оценивать музыку, понимать принцип выбора движения в соответствии с музыкой.
14. Воспитывать личностные качества: ответственность, трудолюбие, уверенность в себе, волю, целеустремленность.

Планируемые результаты

Предметные: Будут освоены основные танцевальные шаги, первичные навыки музыкально-ритмического движения, учащиеся познакомятся с различными танцевальными направлениями.

Метапредметные: Будут улучшены следующие физические качества: координация движений, двигательная память, повышена выносливость, разовьется умение концентрировать внимание при выполнении сложной задачи.

Личностные: Будут сформированы личностные качества: эстетический вкус, упорство, трудолюбие и стремление к достижению цели.

Механизм выявления результатов освоения программы

Оценка результативности освоения программы (деятельности) учащихся основана на методе сравнительного анализа, при котором результаты обучения учащихся сравниваются с прежними результатами того же воспитанника (индивидуальная соотносительная норма), с поставленными учебными целями и критериями (предметная соотносительная норма).

Текущий контроль регулярно (в рамках расписания) осуществляется педагогом, ведущим предмет.

Методами оценки являются:
метод педагогического наблюдения;
выполнения контрольных упражнений;
концертные выступления.

За время обучения в младшей возрастной группе ожидается освоение программы на общекультурном уровне. Это расширение художественного кругозора учащихся, развитие творческих способностей, формирование эстетического вкуса, общей и танцевальной культуры, развитие личностных качеств, освоение основной танцевальной терминологии. Учитываются индивидуальные возможности коллектива, его отдельных исполнителей. Освоение основных танцевальных шагов, знакомство с различными танцевальными направлениями. Общее физическое развитие, улучшение координации движений, повышение выносливости, развитие основных технических навыков исполнения танцевальных композиций.

К концу обучения в младшей возрастной группе учащиеся **должны знать:**
- технику безопасности и поведение во время занятий и после
- общие понятия о хореографии, значение музыки в танце
- основную танцевальную терминологию
- особенности различных танцевальных направлений и танцевальные шаги
- музыкальные размеры 2/4, 4/4
- темп (быстро, медленно, умеренно)
- контрастную музыку: быстрая - медленная, весёлая - грустная, громкая - тихая
- понятия «точек» площадки

Должны уметь:
- перестраиваться из одних рисунков в другие, знать логику поворотов влево и вправо, перемещений по площадке
- соотносить пространственные построения с музыкой, знать такт и затакт
- исполнять танцевальные шаги различных стилей и направлений, уметь определять музыкальные композиции по возможности исполнения под них того или иного танца
-создавать простые пластические образы
-выполнять общеразвивающие упражнения на различные группы мышц различного характера, знать способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность), упражнения на гибкость
-уметь двигаться синхронно, соотносить скорость и амплитуду своего движения с движениями других участников коллектива.

Содержание программы
РАЗДЕЛ - “МУЗЫКАЛЬНОЕ ДВИЖЕНИЕ”

Тема: “Приемы музыкально-двигательной выразительности”.

Теория. Учащиеся получают знания о различных направлениях танцевальной культуры, о том, откуда и когда появились те или иные танцевальные стили, узнают имена знаменитых танцовщиков различных эпох. Также в процессе обучения движениям учащиеся получают информацию по танцевальной терминологии.

Практика.

Характерная выразительность каждого движения зависит от того, как и в каком соотношении в нем используются приемы. Поэтому параллельно с изучаемым материалом одной темы дается материал и других тем, в которых приходится пользоваться тем или иным приемом движения. Так развивается умение учащихся естественно пользоваться приемами, работая над изменением характера движения.

Для того чтобы разучивать и совершенствовать разнообразные виды движения нужно воспитать у учащихся основные технические навыки:

Первый – умение начинать двигаться с началом музыки.

Второй – умение придавать движению нужную динамическую выразительность.

Третий – умение заканчивать движение точно с окончанием музыкального произведения (или его части) – технически связан со вторым: учащиеся должны уменьшить (тормозить) устремленность своего движения при приближении заключения музыкальной мысли, соотносить ритм движения с другими участниками коллектива (синхронность исполнения).

Учащиеся овладевают тремя приемами движения – пружинным, маховым и плавным, дающими им в дальнейшем возможность сообщить движению характер и выразительность, свойственные разнообразным музыкально-двигательным образам.

Освоение основных танцевальных шагов.

Прием основного шага танцевального движения осваивается в движениях ног, рук и корпуса. Учащиеся должны научиться различать сильную и слабую фазу движения.

Например, «полька», «кадриль», «мамба», «рок-н-ролл», «хип-хоп», аэробные шаги и др.

Освоение маховых движений.

Прием махового движения используется при работе над музыкой с широкой, ярко акцентированной мелодией, построенной на больших интервалах. Имеет две фазы – слабую и сильную.

Для рук используется упражнение “Крылья”, которое подготавливает к исполнению более сложных и сильных маховых движений (взмахов), а именно, к упражнению “Мельница” (круговые махи в трех плоскостях).

Осваивая эти упражнения, учащиеся знакомятся с двумя музыкально-двигательными образами, близкими по форме, но разными по содержанию. А также развивают умение постепенно изменять динамическую мышечную напряженность в движениях.

Для корпуса используется изолированное движение грудной клеткой, при котором грудь поворачивается в стороны вокруг оси корпуса. Упражнение требует полного напряжения мышц.

Освоение плавных движений.

Используются упражнения плавное полуприседание, “Поющие руки” (плавное движение рук). Движения исполнятся слитно, то есть между движением вниз и вверх или вперед и назад остановок не делается.

Освоение движений с вращениями и разворотами.

Используются упражнения на танцевальные движения с вращением корпуса в различных направлениях, сочетание шагов с разворотами корпуса, с использованием инерции и без.

Тема: “Основные движения эмоционально-динамического характера”.

Практика.

Каждое упражнение построено на определенной музыке, характер которой определяет особенности движения.

Ходьба: шаг, шоссе, шаг с ускорением и замедлением.

Бег: легкий; неторопливый танцевальный, стремительный, широкий; легкий пружинный, пружинный с прыжками, на полупальцах.

Прыжковые движения: подпрыгивание на двух ногах; прыжки с уходом в партер.

РАЗДЕЛ “Элементы пластического танца”.

ТЕМА: “Основы пластики”.

Теория. Учащиеся получают информацию о том, что такое пластический танец, его подстили (джаз-модерн, модерн, контемпорари и т.д.), развитие и становление.

Практика.

Учащиеся знакомятся с классической и современной музыкой, ритмическая основа которой соответствует характеру плавных и “текучих” движений тела, тем самым помогая сильнее и глубже переживать создаваемые ими пластические образы. Освоение движений строится от пальцев рук до пальцев ног через весь корпус.

ТЕМА: “Упражнения на вращение суставов”.

Практика.

Упражнения на вращение суставов способствуют осознанию работы частей тела, развивают гибкость и упругость позвоночника, пластику рук, стопы, укрепляют отдельные группы мышц, увеличивают подвижность суставов. Подготавливают к дальнейшей работе по освоению навыков пластического движения.

Упражнения выполняются в положении стоя, сидя и лежа на полу. Включаются в разминку.

РАЗДЕЛ “Танцевально-художественная работа”.

Тема «Постановка» и «Репетиции»

Практика.

Каждое занятие строится на музыкальном материале, могущем одновременно служить двум заданиям, т.е. музыка берется такая, на которой можно строить как техническую, так и художественную работу. Такой подход в корне меняет отношение занимающегося к любому заданию.

В танцах учащиеся закрепляют знания, умения и навыки, полученные на учебных занятиях. Также учатся осваивать пространство зала, располагаться и перемещаться по сценической площадке. Знакомятся с таким понятием как рисунок танца. Учатся перестраиваться в круг, в колонну, по диагонали и т.д.

В музыкально-пространственных композициях учащиеся развивают чувство коллектива: они учатся переживать музыку в общем ритме, вместе, синхронно и слаженно.

РАЗДЕЛ “Введение в мир искусства”.

Теория.

Темы бесед: «Различные образы в танце», «Общая физиологическая и психологическая подготовка танцовщика».

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 641
С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУГРА

ПРИНЯТА Решением педагогического совета ГБОУ школы № 641 с углубленным изучением английского языка Невского района Санкт-Петербурга Невского района Санкт-Петербурга от 31.08.2023 протокол № 1	УТВЕРЖДЕНА Приказом директора ГБОУ школы №641 с углубленным изучением английского языка Невского района Санкт-Петербурга _____ М.А. Чупракова от 01.09.2023 № 46

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ

"Эстрадно-танцевальная студия "Каскад"

Возраст учащихся: 10-12 лет (средняя группа)
Срок реализации: 3 года

Разработчики:
Алексеева-Лапковская А..А. -
педагог дополнительного образования
Шабанова Т.И. -
педагог дополнительного образования

Особенности организации образовательного процесса:

В средней возрастной группе обучения происходит более детальное ознакомление учащихся с различными танцевальными направлениями и освоение сложных танцевальных шагов. Форма организации деятельности учащихся на занятиях становится более разнообразной. Даются задания на самостоятельное составление танцевальных связок.

См. Приложение 4

Задачи:

Обучающие

1. Продолжить обучение навыкам музыкально-ритмического движения.
2. Расширить знания учащихся о стилях и направлениях танцевальной культуры.

Развивающие:

3. Продолжить развивать музыкально-ритмическую координацию.
4. Продолжить развивать музыкально-двигательную память.
5. Продолжить развивать основные технические навыки исполнения танцевальных композиций.
6. Развить способность оценить свой рост, свои достижения, умение определить направление дальнейшего пути.

Воспитательные:

7. Продолжить воспитание личностных качеств: уверенности в себе, воли, целеустремленности.
8. Воспитывать умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.

Планируемые результаты

Предметные: Будут освоены более сложные танцевальные шаги, продолжится освоение различных танцевальных направлений, а также развитие основных технических навыков исполнения танцевальных композиций.

Метапредметные: Продолжится общее физическое развитие, улучшение координации движений, повышение выносливости. Продолжится развитие двигательной памяти, развитие умения самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности

Личностные: Продолжится формирование эстетического вкуса, общей и танцевальной культуры. Начнется развитие способности оценить свой рост, свои достижения, определить направление дальнейшего пути.

Механизм выявления результатов освоения программы

Оценка результативности освоения программы (деятельности) учащихся основана на методе сравнительного анализа, при котором результаты обучения учащихся сравниваются с прежними результатами того же воспитанника (индивидуальная соотносительная норма), с поставленными учебными целями и критериями (предметная соотносительная норма).

Текущий контроль регулярно (в рамках расписания) осуществляется педагогом, ведущим предмет.

Методами оценки являются:

метод педагогического наблюдения;

концертные выступления.

За время обучения в средней возрастной группе ожидается освоение программы на более углубленном общекультурном уровне. Учащиеся включаются в постановочную работу, участвуют в конкурсах, фестивалях. Продолжается освоение основных танцевальных шагов, знакомство с различными танцевальными направлениями, освоение техники пластического движения и сценического мастерства, освоение основной танцевальной терминологии. Общее физическое развитие, улучшение координации движений, повышение выносливости, развитие основных технических навыков исполнения танцевальных композиций.

К концу обучения в средней возрастной группе учащиеся **должны знать:**
- технику безопасности и поведение во время занятий и после
- общие понятия о хореографии, значение музыки в танце
- основную танцевальную терминологию
- особенности различных танцевальных направлений и танцевальные шаги
- темп (быстро, медленно, умеренно, синкопированный темп, канон)
- музыкальные размеры 2/4, 4/4, 3/4
- понятия «точек» площадки и перемещение по площадке

Должны уметь:
- перестраиваться из одних рисунков в другие, знать логику поворотов влево и вправо, перемещений по площадке
- соотносить пространственные построения с музыкой, знать такт и затакт
- исполнять танцевальные шаги различных стилей и направлений, уметь определять музыкальные композиции по возможности исполнения под них того или иного танца
- самостоятельно создавать пластические образы
- различать на слух музыкальные композиции по танцевальным направлениям и подбирать соответствующие движения
- уметь двигаться синхронно, соотносить скорость и амплитуду своего движения с движениями других участников коллектива.

Содержание программы учебного года

РАЗДЕЛ “Музыкальное движение”.

ТЕМА: “Совершенствование приемов музыкально-двигательной выразительности”.

Теория. Учащиеся продолжают получать знания о различных направлениях танцевальной культуры, о том, откуда и когда появились те или иные танцевальные стили, узнают имена знаменитых танцовщиков различных эпох. Также в процессе обучения движениям учащиеся получают информацию по танцевальной терминологии.

Практика.

Материал для учащихся усложняется.

Совершенствуется умение учащихся целенаправленно находить и изменять движения для более выразительного воплощения музыкально-двигательных образов.

Музыкально-двигательные образы делаются более значительными, глубокими по содержанию, более точными и сложными по форме. Работа над ними способствует росту творческой активности учащихся.

Совершенствуется умение учащихся исполнять движение пружинным, маховым и плавным приемом, изменяя их силу, амплитуду, ритм, темп.

Учащиеся осваивают более сложные движения – пружинные для рук, плавные для корпуса, маховые для корпуса и ног. Продолжают осваиваться основные танцевальные шаги различных танцев.

Параллельно со всей этой работой, продолжается работа над подготовительными упражнениями: расслабление мышц плечевого пояса; раскачивание рук и корпуса; постепенное сгибание и разгибание корпуса; отведение ноги назад махом и т.д.

ТЕМА: “Совершенствование основных движений эмоционально-динамического характера”.

Практика.

Упражнения на ускорение или замедление движений, шага, бега, умение изменять скорость движения одновременно с изменением ритма музыки, танцевальные шаги, построенные по принципу «быстро-быстро-медленно-медленно».

Параллельно со всей этой работой, продолжается работа над подготовительными упражнениями: полуприседание напряженное, полуприседание пружинное; для ступни; выпады вперед и в сторону с пружинным движением в колене и т. д.

РАЗДЕЛ “Элементы пластического танца”.

ТЕМА: “Приемы пластического движения”.
Теория. Учащиеся продолжают получать информацию о том, что такое пластический танец, его подстили (джаз-модерн, модерн, контемпорари и т.д.), развитие и становление.

Практика.

Основным приемом пластического движения является пластическая “волна” всем телом.

После изучения тем этого раздела в младшей возрастной группе, учащиеся усваивают навык пластической “волны”. Успешность выполнения этого движения зависит от хорошо развитой координации движения и гибкости и упругости позвоночника. Эти свойства позвоночника развивались в специальных упражнениях, работа над которыми продолжается.

Исходное положение поза “зерна” (сидя на пятках, корпус опущен на бедра). Медленно выпрямляем позвоночник (“Ось”), начиная от копчика. Руки внизу, голова опущена. Далее раскрывается грудная клетка (“Цветок”), голова и руки поднимаются вверх (к небу). В момент полного раскрытия, нижняя часть позвоночника начинает медленно опускаться вниз (к земле), постепенно увлекая за собой верхнюю часть позвоночника. “Цветок” закрывается. Движение повторяется снова, создавая ощущение непрерывно движущегося волнообразного движения всем туловищем.

После освоения навыка пластической “волны” в положении сидя на пятках можно перейти к изучению в положении стоя. Используются положения ног в 1-й (естественной) позиции, угол между ступнями 45 % и ноги на ширине плеч, стопы параллельно, ноги в коленях согнуты и слегка пружинят.

Прием пластической “волны” гармонично развивает пластику тела, способствует выработке выразительного жеста.

ТЕМА: “Музыкально–пластический образ”.

Практика.

Развивая фантазию и воображение, учащиеся учатся на основе музыкального образа и выразительного жеста найти его пластическое решение, используя сценическое пространство.

Дается задание выразить всеми возможными средствами заданный образ, который гармонично существует внутри музыкального произведения.

При создании образа используются дополнительные средства сценической выразительности: газовые шарфы, ленты, элементы костюма.

РАЗДЕЛ “Танцевально–художественная работа”.

Темы «Постановка», «Репетиции», «Концерты»

Практика.

Музыкально-пластические композиции развивают чувство сценического пространства, новое ощущение коллективного действия. Поскольку образное содержание и характер движений всецело вытекает из содержания и формы музыки, то музыка воспринимается как логичное и последовательное действие.

В танцах учащиеся закрепляют знания, умения и навыки, полученные на учебных занятиях. Также учатся осваивать пространство зала, располагаться и перемещаться по сценической площадке. Знакомятся с таким понятием как рисунок танца. Учатся перестраиваться в круг, в колонну, по диагонали и т.д.

Используются парные и групповые танцы. Их цель - уметь через сценическую композицию донести мысль, сюжет, раскрыть танцевальный образ. Задача - добиться полного слияния слышимого (музыкального образа) и видимого (танцевального образа).

РАЗДЕЛ “Введение в мир искусства”.

Теория.

Учащиеся знакомятся с историей развития танцевального искусства.

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 641
С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУГРА

ПРИНЯТА Решением педагогического совета ГБОУ школы № 641 с углубленным изучением английского языка Невского района Санкт-Петербурга Невского района Санкт-Петербурга от 30.08.2023 протокол № 1	УТВЕРЖДЕНА Приказом директора ГБОУ школы №641 с углубленным изучением английского языка Невского района Санкт-Петербурга _____ М.А. Чупракова от 01.09.2023 № 46

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА К
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ
"Эстрадно-танцевальная студия "Каскад"

Возраст учащихся: 11-15 лет (старшая группа и юниоры)
Срок реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы: 2 года (144 часа)

Разработчики:
Алексеева-Лапковская А..А. -
педагог дополнительного образования
Шабанова Т.И. -
педагог дополнительного образования

Особенности организации образовательного процесса:

В старшей возрастной группе обучения происходит еще более детальное ознакомление учащихся с различными танцевальными направлениями и освоение более сложных танцевальных шагов. Форма организации деятельности учащихся на занятиях становится более разнообразной. Даются задания на самостоятельное составление танцевальных связок. Учащиеся принимают участие в выборе музыкального материала для постановок.

См. Приложение 5 и 6

Задачи:

Обучающие

1. Продолжить обучение навыкам музыкально-ритмического движения.
2. Расширить знания учащихся о стилях и направлениях танцевальной культуры.

Развивающие:

3. Продолжить развивать музыкально-ритмическую координацию.
4. Продолжить развивать музыкально-двигательную память.
5. Продолжить развивать основные технические навыки исполнения танцевальных композиций.
6. Развить способность оценить свой рост, свои достижения, умение определить направление дальнейшего пути.

Воспитательные:

7. Продолжить воспитание личностных качеств: уверенности в себе, воли, целеустремленности.
8. Воспитывать умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. Воспитывать музыкальный вкус при выборе композиций для постановок.

Планируемые результаты

Предметные: Будут освоены более сложные танцевальные шаги, продолжится освоение различных танцевальных направлений, а также развитие основных технических навыков исполнения танцевальных композиций.

Метапредметные: Продолжится общее физическое развитие, улучшение координации движений, повышение выносливости. Продолжится развитие двигательной памяти, развитие умения самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности

Личностные: Продолжится формирование эстетического и музыкального вкуса, общей и танцевальной культуры. Продолжится развитие способности оценить свой рост, свои достижения, определить направление дальнейшего пути.

Механизм выявления результатов освоения программы

Оценка результативности освоения программы (деятельности) учащихся основана на методе сравнительного анализа, при котором результаты обучения учащихся сравниваются с прежними результатами того же воспитанника (индивидуальная соотносительная норма), с поставленными учебными целями и критериями (предметная соотносительная норма).

Текущий контроль регулярно (в рамках расписания) осуществляется педагогом, ведущим предмет.

Методами оценки являются:

метод педагогического наблюдения;

концертные выступления.

За время обучения в старшей возрастной группе ожидается освоение программы на более углубленном общекультурном уровне. Учащиеся включаются в постановочную работу, участвуют в конкурсах, фестивалях, принимают участие в выборе музыкального материала. Продолжается освоение основных танцевальных шагов, знакомство с различными танцевальными направлениями, освоение техники пластического движения и сценического

мастерства, освоение основной танцевальной терминологии. Общее физическое развитие, улучшение координации движений, повышение выносливости, развитие основных технических навыков исполнения танцевальных композиций.

К концу обучения в старшей возрастной группе учащиеся **должны знать:**
- технику безопасности и поведение во время занятий и после
- общие понятия о хореографии, значение музыки в танце
- основную танцевальную терминологию
- особенности различных танцевальных направлений и танцевальные шаги
- темп (быстро, медленно, умеренно, синкопированный темп, канон, полифония)
- музыкальные размеры 2/4, 4/4, 3 /4
- танцевальную работу по подгруппам
- понятия «точек» площадки, перестроения и перемещение по площадке

Должны уметь:
- перестраиваться из одних рисунков в другие, знать логику поворотов влево и вправо, перемещений по площадке
- изменять темп движения в соответствии с акцентами музыкального материала
- соотносить пространственные построения с музыкой, знать такт и затакт
- исполнять танцевальные шаги различных стилей и направлений, уметь определять музыкальные композиции по возможности исполнения под них того или иного танца
- самостоятельно создавать пластические образы
- различать на слух музыкальные композиции по танцевальным направлениям и подбирать соответствующие движения
- уметь двигаться синхронно, соотносить скорость и амплитуду своего движения с движениями других участников коллектива
- уметь работать по подгруппам и переключаться с синхронности группы на общую синхронность в танце

Содержание программы учебного года

РАЗДЕЛ “Музыкальное движение”.

ТЕМА: “Совершенствование приемов музыкально-двигательной выразительности”.

Теория. Учащиеся продолжают получать знания о различных направлениях танцевальной культуры, о том, откуда и когда появились те или иные танцевальные стили, узнают имена знаменитых танцовщиков различных эпох. Также в процессе обучения движениям учащиеся получают информацию по танцевальной терминологии.

Практика.

Материал обучения усложняется.

Совершенствуется умение учащихся целенаправленно находить и изменять движения для более выразительного воплощения музыкально-двигательных образов.

Музыкально-двигательные образы делаются более значительными, глубокими по содержанию, более точными и сложными по форме. Работа над ними способствует росту творческой активности учащихся.

Совершенствуется умение учащихся исполнять движение пружинным, маховым и плавным приемом, изменяя их силу, амплитуду, ритм, темп.

Используется работа по подгруппам с переходом в общий рисунок танца.

Учащиеся осваивают более сложные движения – пружинные для рук, плавные для корпуса, маховые для корпуса и ног. Продолжают осваиваться основные танцевальные шаги различных танцев, сочетание шагов различных танцев в одной композиции.

Параллельно со всей этой работой, продолжается работа над подготовительными упражнениями: расслабление мышц плечевого пояса; раскачивание рук и корпуса; постепенное сгибание и разгибание корпуса; отведение ноги назад махом и т.д.

ТЕМА: “Совершенствование основных движений эмоционально-динамического характера”.

Практика.

Упражнения на ускорение или замедление движений, шага, бега, умение изменять скорость движения одновременно с изменением ритма музыки, танцевальные шаги, построенные по принципу «быстро-быстро-медленно-медленно».

Параллельно со всей этой работой, продолжается работа над подготовительными упражнениями: полуприседание напряженное, полуприседание пружинное; для ступни; выпады вперед и в сторону с пружинным движением в колене и т. д.

РАЗДЕЛ “Элементы пластического танца”.

ТЕМА: “Приемы пластического движения”.
Теория. Учащиеся продолжают получать информацию о том, что такое пластический танец, его подстили (джаз-модерн, модерн, контемпорари и т.д.), развитие и становление.

Практика.

Основным приемом пластического движения является пластическая “волна” всем телом.

После изучения тем этого раздела в младшей и средней возрастной группе, учащиеся усваивают навык пластической “волны”. Успешность выполнения этого движения зависит от хорошо развитой координации движения и гибкости и упругости позвоночника. Эти свойства позвоночника развивались в специальных упражнениях, работа над которыми продолжается.

Также учащиеся знакомятся с использованием движения «волна» в зональном определении (волна только руками, волна верхней частью тела и т.п.)

Прием пластической “волны” гармонично развивает пластику тела, способствует выработке выразительного жеста.

ТЕМА: “Музыкально–пластический образ”. Практика.

Развивая фантазию и воображение, учащиеся учатся на основе музыкального образа и выразительного жеста найти его пластическое решение, используя сценическое пространство.

Дается задание выразить всеми возможными средствами заданный образ, который гармонично существует внутри музыкального произведения.

Даются задания самостоятельно выбрать музыкальный материал и создать образ в танце.

При создании образа используются дополнительные средства сценической выразительности: газовые шарфы, ленты, элементы костюма.

РАЗДЕЛ “Танцевально–художественная работа”.

Темы «Постановка», «Репетиции», «Концерты»

Практика.

Музыкально-пластические композиции развивают чувство сценического пространства, новое ощущение коллективного действия. Поскольку образное содержание и характер движений всецело вытекает из содержания и формы музыки, то музыка воспринимается как логичное и последовательное действие.

В танцах учащиеся закрепляют знания, умения и навыки, полученные на учебных занятиях. Также учатся осваивать пространство зала, располагаться и перемещаться по сценической площадке. Продолжают знакомится с различными рисунками танца. Учатся перестраиваться в «птичку», в две или три колонны, по диагонали и т.д.

Используются парные и групповые танцы, переходы от групповых к подгрупповым движениям и обратно. Их цель - уметь через сценическую композицию донести мысль, сюжет, раскрыть танцевальный образ. Задача - добиться полного слияния слышимого (музыкального образа) и видимого (танцевального образа).

РАЗДЕЛ “Введение в мир искусства”.

Теория.

Учащиеся знакомятся с историей развития танцевального искусства.

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 641
С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА Решением педагогического совета ГБОУ школы № 641 с углубленным изучением английского языка Невского района Санкт-Петербурга Невского района Санкт-Петербурга от 31.08.2023 протокол № 1	УТВЕРЖДЕНА Приказом директора ГБОУ школы №641 с углубленным изучением английского языка Невского района Санкт-Петербурга _____ М.А. Чупракова от 01.09.2023 № 46

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА К
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ

"Эстрадно-танцевальная студия "Каскад"
Возраст учащихся: 6-16 лет (Хореография и ОФП)
Срок реализации: 1 год

Разработчики:
Алексеева-Лалковская А..А. -
педагог дополнительного образования
Шабанова Т.И. -
педагог дополнительного образования

Особенности организации образовательного процесса:

В разновозрастной возрастной группе обучения характерными являются занятия обучающего типа, происходит ознакомление учащихся с различными физическими упражнениями и хореографическими движениями и постепенное освоение комплексов таких упражнений. Основная форма организации деятельности учащихся на занятии – фронтальная. В связи с тем, что учащиеся приходят на занятия с различным уровнем физической и хореографической подготовки, а также с различным уровнем растяжки, педагогу необходимо учитывать темп выполнения движений комплекса упражнений: начиная с медленного показа с разъяснением, постепенно переходя к выполнению движений в темпе музыкальной композиции. Педагог должен предусмотреть, чтобы предлагаемые для изучения комплексы упражнений не были сложными для выполнения, соответствовали по нагрузке возрастным и физическим особенностям учащихся, не были однообразными.

Цель: гармоничное развитие учащихся через улучшение координации движений, повышение физической выносливости, растяжки, формирование правильной осанки, повышение общего тонуса тела.

См. Приложение 7

Задачи курса:

Обучающие

3. Обучить комплексу развивающих физических упражнений и основам хореографии
4. Расширить знания учащихся о терминологии танца.

Развивающие:

5. Развивать двигательные качества и умения: гибкость, пластичность, ловкость, координацию движений, силу, выносливость.
6. Развитие мышечного чувства, осанки, стопы.
7. Развитие общего тонуса тела.
8. Способствовать укреплению здоровья детей: способствовать развитию опорно-двигательного аппарата; содействовать профилактике плоскостопия; содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания.

Воспитательные:

9. Воспитать у учащихся умение осознанно выполнять физические упражнения.
10. Воспитание личностных качеств: уверенности в себе, воли, целеустремленности, создание коллектива единомышленников.
11. Содействовать формированию нравственно - коммуникативных качеств личности: умения сопереживать другим, чувства такта и культурного поведения.

Уровень освоения программы: общекультурный

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ

Наглядность. Показ физических упражнений, образный рассказ.

Доступность. Обучение упражнениям от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности детей.

Систематичность. Регулярность занятий, повышение нагрузки, увеличение количества упражнений, усложнения техники их выполнения.

Закрепление навыков. Многократное выполнение упражнений, умение выполнять их самостоятельно, вне занятий.

Индивидуально-дифференциальный подход. Учет особенностей возраста, состояния здоровья каждого ребенка.

Сознательность. Понимание пользы выполнения упражнения, потребность их выполнять.

Принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок. Постепенное повышение требований, предъявляемых организму в процессе тренировок. Однако, для улучшения возможностей необходим «отдых». Сочетание адекватной нагрузки и полноценного восстановления дает наилучшие результаты

Вариативность. Варьируются: интенсивность и продолжительность нагрузки, разносторонность нагрузки, физическое и психическое напряжение. Варьирование необходимо для предотвращения травм. Оно улучшает не только психическое, но и психологическое состояние человека.

Каждое занятие дополнительной группы можно разделить на три части:

1. Разминка, в процессе которой ребенок разогревает мышцы и подготавливается к более сложной нагрузке.

2. Основная часть, в которую входит комплекс физических упражнений и хореографическая подготовка.

3. Заключительная часть: растяжка, стретчинг.

Условия реализации программы:

Условия набора в коллектив: зачисление в объединение происходит на основе собеседования, на неконкурсной основе, при наличии у обучающегося допуска к занятиям с усиленной физической нагрузкой.

Условия формирования групп: группы формируются с 18 по 30 сентября, возможен добор детей в течение учебного года

Количество детей в группе – не более 20 учащихся.

Реализация программы в условиях распространения новой коронавирусной инфекции: количество детей в группе сокращается до 15 учащихся

Формы проведения занятий: учебное занятие, открытое занятие, мастер-класс

Формы организации деятельности учащихся на занятиях: фронтальная**,** в парах, индивидуальная, групповая

Планируемые результаты:

Предметные	Будут освоены основные физические упражнения на различные группы мышц Будут освоены основные технические умения выполнения физических и хореографических упражнений
Метапредметные	Будут улучшены следующие физические качества: координация движений, выносливость, двигательная память, растяжка Будут уметь самостоятельно выполнять комплекс физических упражнений и элементы хореографии Будут уметь самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, формировать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.
Личностные	Будут сформированы личностные качества: ответственность, трудолюбие, уверенность в себе, воля, целеустремленность, создание коллектива единомышленников. Будут сформированы умения критичного отношения к темпам своего профессионального роста; алгоритма определения направления дальнейшего пути.

Материально-техническое оснащение программы: зал размером не менее 25 кв.м, половое покрытие (паркет или линолеум), зеркальная стена, звуковое оборудование для воспроизведения музыкального материала, коврики для упражнений, утяжелители

Программа курса рассчитана на 64 академических часа (2 часа в неделю).

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН Хореография и ОФП

№ п/п	Название раздела/темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	**Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности**	**1**	**1**		
2.	**Общая физическая подготовка**	**30**	**4**	**26**	
2.1.	Физическая нагрузка на разные группы мышц	15	2	13	Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
2.2	Хореографическая подготовка	15	2	13	Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
3.	**Растяжка и стретчинг**	**29**	**4**	**25**	Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
4.	**Организационная работа**	**1**	**1**	**-**	
4.1	Общая беседа	1	1		
5	**Контрольные и итоговые занятия. Инструктаж по технике безопасности**	**2**	**-**	2	
	Итого (час.)	**63**	10	53	

Календарный учебный график

Группа обучения	**Дата начала обучения по программе**	**Дата окончания обучения по программе**	**Всего учебных недель**	**Кол-во учебных часов**	**Режим занятий**
ОФП и хореография	18 сентября	25 мая	34	63	2 раза в неделю по 1 академическому часу

- В зимние каникулы занятий не ведется – 31 декабря 2023 года — 8 января 2024 года

Содержание программы учебного года
РАЗДЕЛ - “ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКА ПОДГОТОВКА”

Упражнения, включенные в программу групп ОФП, направлены прежде всего на развитие силы, силовой и скоростной выносливости различных групп мышц. В этом плане их отличает большая избирательная направленность. Материал программы включает также большой набор упражнений, влияющих на развитие различных координационных способностей и гибкости. Большое разнообразие, возможность строго направленного воздействия - делают эти упражнения незаменимым средством и методом развития координационных (ритма, равновесия, дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, ориентирования в пространстве, согласования движений) и кондиционных способностей (силы рук, ног, туловища, силовой выносливости, гибкости).
Бег и прыжки, будучи естественными видами движений, занимают одно из главных мест в физическом воспитании.

ТЕМА: “Физическая нагрузка на разные группы мышц”.
Разминка:
Сверху вниз – повороты и наклоны головы, вращения головы, круговые движения плечами, вращение рук в локтях, вращение кистей рук, наклоны корпуса. Бег на месте с изменением положения рук, чередуем с ходьбой на месте, бег с высоким подниманием бедра, с захлестом, прыжки на месте. Ходьба, восстановление дыхания.
Упражнения:
ПРИСЕДАНИЯ
Ноги чуть шире ширины плеч, стопы параллельно (или носки чуть развернуты), спина прямая (обеспечиваем равновесие за счет вытянутых вперед рук), в приседе колени не выходят за мыски носков; опускаемся быстрее / поднимаемся медленнее, напрягая ягодичную мышцу; средний темп - 10 приседов в 20 секунд
ВАЖНО следить за нагрузкой на коленный сустав. На колени необходимо надеть теплые гетры или наколенные ортопедические фиксаторы
ВЫПАДЫ
ноги на ширине плеч, руки на поясе, спина прямая; шаг вперед, поставив ногу на пятку, переносим вес тела на нее (нога остается на той же линии, что и в исходном положении!), одновременно сгибаем ноги до прямых углов в коленях, переднее бедро опускаем до параллели с полом, корпус стараемся не наклонять (между ним и передним бедром должен быть прямой угол), заднюю ногу, сгибая, ставим на носок, колено опускаем почти до пола (между бедрами тоже должен получаться прямой угол); плавно поднимаемся и только потом делаем шаг назад, возвращаясь в исходное положение; то же на другую ногу; упражнение выполняем попеременно для обеих ног
МАХИ выпрямленной ногой назад
встаем лицом к опоре (стене) и для устойчивости прочно опираемся о нее руками, спина прямая, левая нога в исходном положении должна оставаться прямой, а правую чуть-чуть отставим назад, поставив ее на носок, переносим вес тела на левую ногу; отводим прямую правую напряженную ногу назад как можно выше, максимально сократив ягодичные мышцы, в коленном суставе нога может быть чуть(!) согнута, в верхней точке делаем секундную паузу и возвращаемся в исходное положение; 1 подход - это 1 временной интервал для 1 ноги (темп тот же - 10 раз в 20 секунд), после завершения подхода работаем на другую ногу
ОТЖИМАНИЯ в упоре на коленях
ложимся на пол животом вниз, руки ставим чуть шире ширины плеч (стандартная постановка), упираемся коленями об пол, а голень подымаем вверх, можно скрестить ноги (голень), чтобы было координационно проще выполнять упражнение; поднимаем туловище и полностью выпрямляем руки, опускаемся (до уровня, пока ваша грудь не окажется в одном сантиметре до пола), делаем все в том же темпе - без рывков
ОБРАТНЫЕ ОТЖИМАНИЯ от предмета
обопритесь руками о край стула (скамейки, стола и т.п.), держите руки ближе к телу, согните ноги в коленях так, чтобы ваши бедра и голени образовали угол 90° или чуть больше (при выполнении не используйте ваши ноги и ступни, чтобы подтолкнуть тело вверх); согните руки в локтях и опустите тело, выпрямите локти, чтобы поднять тело вверх
ВЕРХНИЙ ПРЕСС
(на коврике) положение лежа на спине, ноги чуть согнуты в коленях, руки скрепляем в «замок» за головой; поднимаем плечи, отрывая их от пола, подавшись вперед, поясница при этом остается на полу (поднимается только грудь, плечи, руки и голова, в тазобедренном суставе не совершаем никаких движений); возвращаемся в исходное положение
КОСЫЕ МЫШЦЫ ПРЕССА
(на коврике) положение лежа на спине, ноги чуть согнуты в коленях, таз повернут в сторону на 90° (до соприкосновения внешней части "нижней" ноги с полом.), руки скрепляем в «замок» за головой; усилием косых мышц живота поднимаем плечи, отрывая их от пола, подавшись

вперед - строго вперед и прямо(!); 1 подход - это 1 временной интервал для 1 стороны (темп тот же), после завершения подхода работаем на другую сторону
НИЖНИЙ ПРЕСС
(на коврике) положение лежа на спине, ноги прямые; поднимаем обе ноги (можно скрестить их в лодыжках для удобства, тогда на втором повторе верхнюю ногу переменить местами с нижней) на уровень 60 - 70°, опускаем ноги не до конца (до пола должно оставаться примерно 5 - 10 см)
НОЖНИЦЫ
(на коврике) положение лежа на спине, ноги прямые подняты на 90°, разводим ноги в стороны, так сильно, как только получится, сводим и разводим ноги в стороны
ВЕЛОСИПЕД
(на коврике) положение лежа на спине, ноги согнуты в коленях на 90° и подняты на 90°; напрягая мышцы брюшного пресса, подтягиваем левое колено к груди, затем выпрямляем левую ногу и одновременно подтягиваем к груди правое колено, последовательное притягивание коленей к груди будет считаться одним повторением. (Этим упражнением вы имитируете движение ног, как при езде на велосипеде). Следите за тем, чтобы стопы совершали движение так, как будто вы нажимаете на педали
ПРОГИБ в спине
(на коврике) положение лежа на животе, ноги прямые, руки согнуты в локтях; напрягая мышцы спины и ягодицы, поднимаемся вверх так высоко, как только возможно (выполняем два подхода)
ПЛАНКА
принимаем упор лёжа, сгибаем руки в локтях и кладем предплечья на пол так, чтобы они лежали параллельно друг другу, выпрямляем тело в струну (но не перенапрягайте шею и спину), напрягаем мышцы пресса и ягодиц (это две основные группы мышц, которые работают в этом упражнении), стопы ставим на носочки, смотрим в пол перед собой (не поднимая голову вверх); держим планку по времени, либо до тех пор, пока мышцы не начнут гореть/дрожать (30-40 секунд)

ТЕМА: “Хореографическая подготовка”.
Упражнения выполняются под плавную музыку, особое внимание уделяется осанке.
- упражнения для головы: наклоны головы вперед, назад, в стороны, по полукругу
- упражнения для плеч: спокойные или быстрые подъемы плеч вверх и опускания их вниз
- упражнения для рук, кистей, пальцев. Работа над выразительностью подъема рук в стороны или вверх
- работа над подтянутостью спины, постановкой головы, поклон-приветствие
- приседание (плие)
- подъем на носочки (релеве)
- выставление ноги на носок вперед, в сторону, назад
- постановка корпуса: позиции ног – 1, 2, 3, позиции рук – подготовительная 1, 2, 3 (разучивается на середине, при неполной выворотности ног, затем держась одной рукой, стоя боком к опоре (Деми плие, батман тандю, деми рон де жамб пар тер, сюр ле ку де пье, батман фраппе, батман релеве лян на 45º)

РАЗДЕЛ “Растяжка и стретчинг”.

«Растяжки сопутствуют нам всю жизнь. Рождение – это растяжка. Глубокий вздох, улыбка, любое движение тела – растяжка. Растяжки – это гибкость, гибкость – это молодость, молодость – это здоровье, активность, хорошее настроение, раскрепощённость, уверенность в себе»
Е. И. Зуев «Волшебная сила растяжки»
Гибкость – это способность организма выполнять движения с максимальной амплитудой. Различают два вида гибкости: активную и пассивную.

Активная гибкость проявляется в результате собственных мышечных усилий, это то качество, которое определяет, например высоту подъёма ноги при махе, или способность встать в « мостик». Пассивная гибкость- это гибкость, которая может быть проявлена при проявлении внешнего усилия. Это некоторый резерв, который трудно реализовать самому, но от которого зависит, будете ли вы хромать, если ноги неожиданно разъедутся на льду.
Гибкость зависит от эластичности мышц и связок, подвижности суставов, а также ряда внешних причин: от температуры внешней среды, от степени утомления организма, от времени суток. (Во второй половине дня занятия на развитие гибкости эффективней)
Этимологический корень stretch означает – поддерживать мышцу в состоянии растяжения, в течении от 10 до 30 секунд.
Стретчингом называется метод, с помощью которого можно легко и эффективно развить подвижность мышц тела, суставов, не опасаясь переломов. Иными словами, это способ, позволяющий естественным путём растянуть мышцы, так же он позволяет выделять ту или иную группы мышц и тренировать лишь её.
ОБЩИЕ ПРИНЦИПЫ РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ
Чтобы достичь хороших результатов в развитии гибкости у детей, необходимо соблюдать следующие принципы.
1. СУММИРОВАНИЕ РЕЗУЛЬТАТА.
Растяжка- результат суммирования многих регулярных попыток. Применение данного принципа предостерегает от стремления получить результат мгновенно.
2. Принцип непрерывно- ступенчатого развития.
Занятия по развитию гибкости должны быть обязательно регулярными , так как гибкость относится к числу быстро утрачиваемых, при отсутствии специального тренинга качеств.
3. ПРИНЦИП ПОВТОРНОГО ВЫПОЛНЕНИЯ
Упражнения следует выполнять сериями, по несколько повторений.
4. ПРНЦИП РАЗОГРЕВА
Упражнения, используемые для разогрева, должны задействовать большие мышечные группы и поднимать общий тонус организма.
5 ПРИНЦИП ПСИХИЧЕСКОГО УЧАСТИЯ.
Ключ к подвижности- расслабление. Упражнения выполняются медленно и осторожно с удержанием растянутого положения. Настроиться на расслабление помогают образы и картинки, а также представление тепла.
Как и любое занятие, стретчинг основывается на чередовании напряжения и расслабления мышц, таким образом, чтобы нагрузка на всё тело ребёнка была равномерной. За одно занятие должно быть выполнено от 10 до 14 упражнений.
Чем полезен стретчинг?
- напряжение – расслабление - растяжение, отсутствие травм;
- статическое растягивание, значительно улучшает нашу гибкость;
- улучшается подвижность суставов;
- растягивая мышцы, мы увеличиваем нашу гибкость и ловкость;
- снимает мышечное напряжение;
-во время занятий статическим растягиванием происходит гармоничное и естественное развитие и укрепление систем и функций организма;
- способствует лучшей координации движений, повышает способность двигаться;
- улучшается пластичность;
- улучшает самочувствие и поднимает настроение;
- укрепляются мышцы спины, тем самым появляется красивая осанка.
Упражнения выполняются в положении стоя, сидя и лежа на полу.
Примеры упражнений:
Упражнения для мышц рук
Упражнение 1.

Примите исходное положение: встаньте прямо, ноги слегка согнуты в коленях, стопы развёрнуты наружу, руки в замке и выпрямлены перед собой.
Из положения максимально выпрямите руки перед собой, слегка потяните их вперёд - вниз так, чтобы ладони были направлены вперёд. Почувствуйте растяжение мышц плеча. Задержитесь в этом положении на 30 секунд и медленно вернитесь в исходное положение.
Важные моменты: сохраняйте прямое положение спины; до конца выпрямляйте руки перед собой; дышите равномерно.
Упражнение 2.
Примите исходное положение: встаньте прямо, ноги слегка согнуты в коленях, стопы развёрнуты наружу, руки сцеплены в замок и заведены за спину на уровне поясницы.
Из исходного положения выполните максимальное разгибание рук назад – вверх. Старайтесь соединить лопатки вместе. Почувствуйте растяжение мышц рук и задержитесь в этом положении на 10-30 секунд.
Медленно вернитесь в исходное положение.
Важные моменты: сохраняйте прямое положение спины; не поднимайте вверх плечи, старайтесь синхронно растянуть мышцы правой и левой руки; не опускайте подбородок на грудь; дышите равномерно.
Упражнения для мышц спины
Упражнение 1.
Примите исходное положение: встаньте прямо, ноги слегка согнуты в коленях, стопы развёрнуты наружу, руки прямые и соединены в замок перед собой.
Из исходного положения, округляя спину, выполните наклон корпуса и головы вперёд. Руками потянитесь как можно дальше вперёд. Почувствуйте растягивание мышц спины и задержитесь в этом положении на 30 секунд.
Расслабьтесь и медленно вернитесь в исходное положение.
Важные моменты: угол наклона корпуса должен составить 90градусов; во время наклона старайтесь максимально потянуть руки вперёд; голову не поднимать; дыхание равномерное.
Упражнение 2.
Примите исходное положение: встаньте прямо, ноги вместе, колени слегка согнуты, стопы соединены, руки в свободном положении.
Из исходного положения выполните полуприсед и соедините руки в замок под коленями. Одновременно с наклоном корпуса и головы вперёд, максимально округлите спину, потянувшись вверх. Почувствуйте растяжение мышц спины и задержитесь в этом положении на 30 секунд.
Расслабьтесь и вернитесь в исходное положение.
Важные моменты: старайтесь максимально округлить спину и тянуться вверх; плечи и голову не поднимать; дыхание равномерное.
Упражнение для мышц брюшного пресса
Упражнение 1.
Примите исходное положение: встаньте прямо, ноги на ширине плеч и слегка согнуты в коленях, стопы развёрнуты наружу, руки в свободном положении.
Из исходного положения поднимите прямые руки вверх над головой, кисти сцеплены в замок. Выполните с максимально возможной для вас амплитудой наклон туловища вперёд влево. Почувствуйте растяжение косых мышц живота и задержитесь в конечной точке амплитуды движения на 30 секунд. Расслабьтесь и медленно и медленно вернитесь в исходное положение. Выполните упражнение в другую сторону.
Важные моменты: сохраняя прямое положение спины, выполняйте наклон туловища строго вперёд – вправо и вперёд – влево; сохраняйте прямое положение рук и слегка тянитесь ими вверх; дышите равномерно.
Упражнение 2.
Примите исходное положение: встаньте прямо, ноги на ширине плеч, колени слегка согнуты, стопы развёрнуты наружу, руки в свободном положении.

Из исходного положения поднимите правую руку вверх, левой рукой упритесь в бедро. Выполните с максимально возможной для вас амплитудой наклон туловища влево. Почувствуйте растяжение косых мышц живота и задержитесь в этом положении на 30 секунд. Расслабьтесь и вернитесь в исходное положение. Выполните упражнение в другую сторону.
Важные моменты: сохраняя прямое положение спины, выполняйте наклон корпуса строго в сторону, не заваливайтесь назад и не наклоняясь вперёд; сохраняйте прямое положение вытянутой вверх руки; поднятая рука должна всегда оставаться в одной плоскости с корпусом, ладонь руки направлена только вниз; дышите равномерно.
Упражнения для мышц ног
Упражнение 1.
Примите исходное положение: сделайте шаг вперёд левой ногой и станьте в выпад. Впередистоящая левая нога согнута в колене, сзади стоящая правая максимально выпрямлена, стопы направлены строго вперёд и плотно прижаты к полу. Руки упираются в колено впередистоящей ноги, корпус слегка наклонён вперёд, спина абсолютно прямая.
Из этого положения медленно отодвигайте назад выпрямленную правую ногу, пока не почувствуете как тянутся мышцы сзади под коленом. Задержитесь в этом положении на 30 секунд. Расслабьтесь и выполните упражнение на другую ногу.
Важные моменты: для эффективной растяжки тканей с более волокнистой структурой, таких как сухожилия, вам понадобиться больше времени чем 30 секунд; обязательно сохраняйте прямое положение корпуса и не сгибайте колено сзади стоящей ноги; дышите равномерно.
Упражнение 2.
Примите исходное положение: выполните шаг назад левой ногой, согните её в колене и займите положение полуприсед с полунаклоном корпуса вперёд, левая стопа плотно прижата к полу, прямую правую ногу поставьте на пятку, носок максимально оттянуть на себя, упор двумя руками о бедро правой ноги, колени ног соединены вместе. Из этого положения выполните полуприсед так низко, чтобы почувствовать как тянутся мышцы под коленом выпрямленной правой ноги.
Задержитесь в этом положении на 30 секунд. Расслабьтесь и выполните упражнение на другую ногу.
Важные моменты: для эффективной растяжки тканей с более волокнистой структурой таких, как подколенное сухожилие, вам понадобиться больше времени чем 30 секунд; удерживайте прямое положение спины, не сгибайте в колене впередистоящую ногу, для достижения максимальной растяжки старайтесь сильнее оттягивать носок на себя; дышите равномерно.

РАЗДЕЛ “Организационная работа”.

Для учащихся проводится общая беседа по технике безопасности, гигиене, осознанному отношению к выполнению всех упражнений, необходимости выполнять указания преподавателя в точности.

Формы реализации программы в условиях распространения новой коронавирусной инфекции

В условиях дистанционного обучения или обучения с использованием дистанционных форм обучения обучение в объединении проходит следующим образом:

6. В группе коллектива https://vk.com/kaskad_641school выкладываются материалы теоретического и практического содержания (специально снятые обучающие видеоролики, программа силовой нагрузки, терминология танца, танцевальные спектакли, книги по танцевальному искусству)
7. Даются домашние задания на разучивание хореографических связок и комбинаций, выполнение упражнений
8. Учащиеся в объединении записывают и выкладывают в специальный альбом группы выполненные домашние задания – разученные связки и комбинации постановок
9. Проводятся занятия по расписанию в режиме он-лайн - организовываются конференции в ZOOM

Ожидаемые результаты.

За год обучения ожидается повышение общей физической подготовленности учащихся к танцевальным занятиям. Развитие гибкости, растянутости, подвижности суставов. Общее физическое развитие, улучшение координации движений, повышение выносливости. Понимание основной терминологии хореографии. Появление осознанного выполнения упражнений и понимание их необходимости.

Оценочные и методические материалы.

Оценка результативности освоения программы (деятельности) учащихся основана на методе сравнительного анализа, при котором результаты обучения учащихся сравниваются с прежними результатами того же воспитанника (индивидуальная соотносительная норма), с поставленными учебными целями и критериями (предметная соотносительная норма).

Текущий контроль регулярно (в рамках расписания) осуществляется педагогом, ведущим предмет.

Входная, промежуточная и итоговая аттестации определяют, насколько успешно происходит развитие обучающегося и усвоение им образовательной программы на каждом этапе обучения.

Методами входной, текущей, промежуточной и итоговой аттестации являются:

метод педагогического наблюдения;

выполнения контрольных упражнений;

контрольные и итоговые занятия

№	*Тема программы (раздел)*	*Форма организации занятия*	*Методы и приемы*	*Дидактический материал, техническое оснащение*	*Формы подведения итогов*
1	Физическая нагрузка на разные группы мышц	*Фронтальная групповая, индивидуальная*	*Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение, вовлеченный показ, объяснение*	*Зал с зеркальной стеной, музыкальное сопровождение, коврик*	*Самостоятельное выполнение комплекса упражнений*
2	Хореографическая подготовка	*Фронтальная, групповая, индивидуальная*	*Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение, вовлеченный показ, объяснение*	*Зал с зеркальной стеной, музыкальное сопровождение, опора для рук (спинка стула)*	*Самостоятельное выполнение комплекса хореографических упражнений*
3	Растяжка и стретчинг	*Фронтальная, групповая, индивидуальная, в парах*	*Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение, вовлеченный показ, объяснение*	*Зал с зеркальной стеной, музыкальное сопровождение, коврик*	*Самостоятельное выполнение упражнений стретчинга*
4	Контрольные и итоговые занятия	*Фронтальная, групповая, индивидуальная, в парах, по подгруппам*	*Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение*	*Зал с зеркальной стеной, музыкальное сопровождение, коврики*	*Открытое занятие для родителей*

Входная диагностика *проводится с целью оценить общую физическую подготовленность учащихся, координацию движений, ритмический слух.*
Формы:
Вовлеченный показ (повторение за педагогом комплекса упражнений)
Краткое описание диагностики:
Обучающимся предлагается повторить за педагогом комплекс физических упражнений
Оценка параметров: оценивается умение выполнять упражнения общей физической подготовки, умение правильно координировать движения рук, ног и корпуса, момент наступления физической усталости

Текущий контроль *осуществляется на занятиях для оценивания усвоения материала программы и работы над техникой.*
Формы:
Педагогическое наблюдение, исправление ошибок, работа над техникой исполнения

Промежуточный контроль *предусмотрен 2 раза в год, оценивается усвоение материала программы, формирование навыков выполнения упражнений, развитие физической выносливости учащихся.*
Формы:
Выполнение контрольных упражнений
Краткое описание диагностики:
Учащиеся самостоятельно выполняют комплексы упражнений общей физической подготовки и хореографии
Оценка параметров:
Оценивается умение учащихся самостоятельно выполнять последовательность упражнений.

Итоговый контроль *проводится в конце обучения по программе.*
Формы:
Выполнение контрольных упражнений, открытое занятие
Краткое описание диагностики:
Учащиеся самостоятельно выполняют упражнения, освоенные на занятиях, на итоговом занятии
Оценка параметров:
Оценивается уровень освоения программы (владение комплексом упражнений, техничное исполнение)

Учебная литература:

А. И. Константинова «Игровой стретчинг», издательство «Санкт - Петербург», 1993 год.
Т. Барышникова «Азбука хореографии» Ральф М., 2000
Ж. Е. Фирилева, Е. Г. Сайкина "Са-фи-дансе" Танцевально-игровая гимнастика для детей "Детство-пресс" Санкт-Петербург 2001 г
Растяжка для всех стретчинг Эстефания Марттинес Нуссио. Москва – Санкт-Петербург «Диля» 2007
Стретчинг для здоровья суставов Фан Чжиюн. Ростов-на-Дону Феникс 2004
Зуев, Е. И. Волшебная сила растяжки. 2-е издание. – М.: «Советский спорт», 1990. – 63 с.
Ильина Г. В. Реализация преемственности в развитии физических качеств детей: монография / Г. В. Ильина. - М: Германия, Ламберт, 2014. - 404 с.
Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие. - 2 изд., испр. и доп. - М.: Издательский центр «Академия», 2001. - 480 с.

Интернет-источники:
https://vk.com/horeograf_praktik
https://dancehelp.ru/
http://www.spbfdance.ru/
http://dancedb.ru/
https://vk.com/sitevideo

Приложение 2

Календарно-тематический план подготовительная группа

№ п/п	Раздел/тема занятий	Количество часов			Дата по плану	Дата по факту	Формы и способы контроля
		Всего	Теория	Практика			
1	Вводное занятие. Т.Б. на занятиях, противопожарная безопасность. План занятий.	1	1	0	19.09.2023		
2	Комплектование группы. Гигиена танцовщика. Разучивание разминки.	1	0	1	22.09.2023		Педагогическое наблюдение
3	Разминка. Приемы музыкально-двигательной выразительности.	1	0	1	26.09.2023		Педагогическое наблюдение
4	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Детский танец)	1	0	1	29.09.2023		Педагогическое наблюдение
5	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Детский танец)	1	0	1	03.10.2023		Педагогическое наблюдение
6	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Детский танец) Первая связка - разучивание	1	0	1	06.10.2023		Педагогическое наблюдение
7	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Детский танец) Первая связка – отработка	1	0	1	10.10.2023		Педагогическое наблюдение
8	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Детский танец) Вторая связка – разучивание	1	0	1	13.10.2023		Педагогическое наблюдение
9	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Детский танец) Вторая связка – отработка	1	0	1	17.10.2023		Педагогическое наблюдение
10	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Детский танец) Третья связка - разучивание	1	0	1	20.10.2023		Педагогическое наблюдение
11	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Детский танец) Третья связка- отработка	1	0	1	24.10.2023		Педагогическое наблюдение

12	Разминка. Сведение связок в схему	1	0	1	27.10.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
13	Разминка. Сведение связок в схему. Отработка отдельных элементов	1	0	1	31.10.2023		Педагогическое наблюдение
14	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	03.11.2023		Педагогическое наблюдение
15	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	07.11.2023		Педагогическое наблюдение
16	Разминка. Знакомство со стилем хип-хоп Освоение основных танцевальных шагов	1	0	1	10.11.2023		Педагогическое наблюдение
17	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (хип-хоп) Первая связка - разучивание	1	0	1	14.11.2023		Педагогическое наблюдение
18	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (хип-хоп) Первая связка - отработка	1	0	1	17.11.2023		Педагогическое наблюдение
19	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (хип-хоп) Вторая связка - разучивание	1	0	1	21.11.2023		Педагогическое наблюдение
20	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (хип-хоп) Вторая связка - отработка	1	0	1	24.11.2023		Педагогическое наблюдение
21	Разминка. Сведение связок в схему. Отработка отдельных элементов	1	0	1	28.11.2023		Педагогическое наблюдение
22	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	01.12.2023		Педагогическое наблюдение
23	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	05.12.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
24	Разминка. Знакомство со стилем народный танец. Освоение основных танцевальных шагов (народный)	1	0	1	08.12.2023		Педагогическое наблюдение

25	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (народный)	1	0	1	12.12.2023		Педагогическое наблюдение
26	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (народный) Первая связка - разучивание	1	0	1	15.12.2023		Педагогическое наблюдение
27	Юбилейный концерт "10 лет Каскаду!"	1	0	1	17.12.2023		Концертное выступление
28	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (народный) Первая связка - разучивание	1	0	1	19.12.2023		Педагогическое наблюдение
29	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (народный) Первая связка - отработка	1	0	1	22.12.2023		Педагогическое наблюдение
30	Инструктаж по технике безопасности. Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (народный) Первая связка - отработка	1	0	1	09.01.2024		Педагогическое наблюдение
31	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (народный) Вторая связка - разучивание	1	0	1	12.01.2024		Педагогическое наблюдение
32	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (народный) Вторая связка - разучивание	1	0	1	16.01.2024		Педагогическое наблюдение
33	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (народный) Вторая связка – отработка	1	0	1	19.01.2024		Педагогическое наблюдение
34	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (народный) Вторая связка - отработка	1	0	1	23.01.2024		Педагогическое наблюдение
35	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (народный) Перестроения, взаимодействие на площадке	1	0	1	26.01.2024		Педагогическое наблюдение
36	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	30.01.2024		Педагогическое наблюдение

37	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	02.02.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
38	Разминка. Знакомство со стилем пластика	1	0	1	06.02.2024		Педагогическое наблюдение
39	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов пластика	1	0	1	09.02.2024		Педагогическое наблюдение
40	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (пластика) Первая связка - разучивание	1	0	1	13.02.2024		Педагогическое наблюдение
41	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (пластика) Первая связка - разучивание	1	0	1	16.02.2024		Педагогическое наблюдение
42	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (пластика) Первая связка - отработка	1	0	1	20.02.2024		Педагогическое наблюдение
43	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (пластика) Первая связка - отработка	1	0	1	27.02.2024		Педагогическое наблюдение
44	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (пластика) Вторая связка - разучивание	1	0	1	01.03.2024		Педагогическое наблюдение
45	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (пластика) Вторая связка - разучивание	1	0	1	05.03.2024		Педагогическое наблюдение
46	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (пластика) Вторая связка – отработка	1	0	1	12.03.2002		Педагогическое наблюдение
47	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (пластика) Вторая связка – отработка	1	0	1	15.03.2024		Педагогическое наблюдение
48	Разминка.Освоение основных танцевальных шагов (пластика) Третья связка – разучивание	1	0	1	19.03.2024		Педагогическое наблюдение

49	Разминка.Освоение основных танцевальных шагов (пластика) Третья связка – разучивание	1	0	1	22.03.2024		Педагогическое наблюдение
50	Разминка.Освоение основных танцевальных шагов (пластика) Третья связка – отработка	1	0	1	26.03.2024		Педагогическое наблюдение
51	Разминка.Освоение основных танцевальных шагов (пластика) Третья связка – отработка	1	0	1	29.03.2024		Педагогическое наблюдение
52	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	02.04.2024		Педагогическое наблюдение
53	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	05.04.2024		Педагогическое наблюдение
54	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	09.04.2024		Педагогическое наблюдение
55	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	12.04.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
56	Разминка. Основы пластических движений. Ознакомление со стилем модерн.	1	1	0	16.04.2024		Педагогическое наблюдение
57	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер	1	0	1	19.04.2024		Педагогическое наблюдение
58	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер	1	0	1	23.04.2024		Педагогическое наблюдение
59	Разминка. Основы пластических движений. Элементы костюма, образа	1	1	0	26.04.2024		Педагогическое наблюдение
60	Концерт для родителей "Движение весны"	1	0	1	27.04.2024		Концертное выступление
61	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер	1	0	1	03.05.2024		Педагогическое наблюдение
62	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер, взаимодействие в парах	1	0	1	07.05.2024		Педагогическое наблюдение

63	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер, взаимодействие в парах	1	0	1	14.05.2024		Педагогическое наблюдение
64	Разминка. Танцевальные игры и упражнения	1	0	1	17.05.2024		Педагогическое наблюдение
65	Разминка. Повторение постановок за год	1	0	1	21.05.2024		Педагогическое наблюдение
66	Итоговое занятие	1	0	1	24.05.2024		
	Итого:	66	8	58			

Приложение 3

Календарно-тематический план младшая группа

№ п/п	Раздел/тема занятий	Количество часов			Дата по плану	Дата по факту	Формы и способы контроля
		Всего	Теория	Практика			
1	Вводное занятие. Т.Б. на занятиях, противопожарная безопасность. План занятий.	1	1	0	19.09.2023		
2	Комплектование группы. Гигиена танцовщика. Разучивание разминки.	1	0	1	22.09.2023		Педагогическое наблюдение
3	Разминка. Приемы музыкально-двигательной выразительности.	1	0	1	26.09.2023		Педагогическое наблюдение
4	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Песня о звездах)	1	0	1	29.09.2023		Педагогическое наблюдение
5	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Песня о звездах)	1	0	1	03.10.2023		Педагогическое наблюдение
6	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Песня о звездах) Первая связка - разучивание	1	0	1	06.10.2023		Педагогическое наблюдение
7	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Песня о звездах) Первая связка – отработка	1	0	1	10.10.2023		Педагогическое наблюдение
8	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Песня о звездах) Вторая связка – разучивание	1	0	1	13.10.2023		Педагогическое наблюдение
9	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Песня о звездах) Вторая связка – отработка	1	0	1	17.10.2023		Педагогическое наблюдение
10	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Песня о звездах) Третья связка - разучивание	1	0	1	20.10.2023		Педагогическое наблюдение
11	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Песня о звездах) Третья связка- отработка	1	0	1	24.10.2023		Педагогическое наблюдение

12	Разминка. Сведение связок в схему	1	0	1	27.10.2023		Педагогическое наблюдение
13	Разминка. Сведение связок в схему. Отработка отдельных элементов	1	0	1	31.10.2023		Педагогическое наблюдение
14	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	03.11.2023		Педагогическое наблюдение
15	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	07.11.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
16	Разминка. Знакомство со стилем локинг. Освоение основных танцевальных шагов	1	0	1	10.11.2023		Педагогическое наблюдение
17	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (локинг) Первая связка - разучивание	1	0	1	14.11.2023		Педагогическое наблюдение
18	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (локинг) Первая связка - отработка	1	0	1	17.11.2023		Педагогическое наблюдение
19	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (локинг) Вторая связка - разучивание	1	0	1	21.11.2023		Педагогическое наблюдение
20	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (локинг) Вторая связка - отработка	1	0	1	24.11.2023		Педагогическое наблюдение
21	Разминка. Сведение связок в схему. Отработка отдельных элементов	1	0	1	28.11.2023		Педагогическое наблюдение
22	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	01.12.2023		Педагогическое наблюдение
23	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	05.12.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
24	Разминка. Знакомство со стилем народный танец. Освоение основных танцевальных шагов (народный)	1	0	1	08.12.2023		Педагогическое наблюдение

25	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (народный)	1	0	1	12.12.2023		Педагогическое наблюдение
26	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (народный) Первая связка - разучивание	1	0	1	15.12.2023		Педагогическое наблюдение
27	Юбилейный концерт "10 лет Каскаду!"	1	0	1	17.12.2023		Концертное выступление
28	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (народный) Первая связка - разучивание	1	0	1	19.12.2023		Педагогическое наблюдение
29	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (народный) Первая связка - отработка	1	0	1	22.12.2023		Педагогическое наблюдение
30	Инструктаж по технике безопасности. Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (народный) Первая связка - отработка	1	0	1	09.01.2024		Педагогическое наблюдение
31	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (народный) Вторая связка - разучивание	1	0	1	12.01.2024		Педагогическое наблюдение
32	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (народный) Вторая связка - разучивание	1	0	1	16.01.2024		Педагогическое наблюдение
33	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (народный) Вторая связка – отработка	1	0	1	19.01.2024		Педагогическое наблюдение
34	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (народный) Вторая связка - отработка	1	0	1	23.01.2024		Педагогическое наблюдение
35	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (народный) Перестроения, взаимодействие на площадке	1	0	1	26.01.2024		Педагогическое наблюдение
36	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	30.01.2024		Педагогическое наблюдение

37	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	02.02.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
38	Разминка. Знакомство со стилем латина	1	0	1	06.02.2024		Педагогическое наблюдение
39	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов латина	1	0	1	09.02.2024		Педагогическое наблюдение
40	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (латина) Первая связка - разучивание	1	0	1	13.02.2024		Педагогическое наблюдение
41	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (латина) Первая связка - разучивание	1	0	1	16.02.2024		Педагогическое наблюдение
42	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (латина) Первая связка - отработка	1	0	1	20.02.2024		Педагогическое наблюдение
43	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (латина) Первая связка - отработка	1	0	1	27.02.2024		Педагогическое наблюдение
44	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (латина) Вторая связка - разучивание	1	0	1	01.03.2024		Педагогическое наблюдение
45	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (латина) Вторая связка - разучивание	1	0	1	05.03.2024		Педагогическое наблюдение
46	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (латина) Вторая связка – отработка	1	0	1	12.03.2024		Педагогическое наблюдение
47	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (латина) Вторая связка – отработка	1	0	1	15.03.2024		Педагогическое наблюдение
48	Разминка.Освоение основных танцевальных шагов (латина) Третья связка – разучивание	1	0	1	19.03.2024		Педагогическое наблюдение
49	Разминка.Освоение основных танцевальных шагов (латина) Третья связка – разучивание	1	0	1	22.03.2024		Педагогическое наблюдение
50	Разминка.Освоение основных танцевальных шагов (латина) Третья связка – отработка	1	0	1	26.03.2024		Педагогическое наблюдение

51	Разминка.Освоение основных танцевальных шагов (латина) Третья связка – отработка	1	0	1	29.03.2024		Педагогическое наблюдение
52	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	02.04.2024		Педагогическое наблюдение
53	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	05.04.2024		Педагогическое наблюдение
54	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	09.04.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
55	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	12.04.2024		Педагогическое наблюдение
56	Разминка. Основы пластических движений. Ознакомление со стилем модерн.	1	1	0	16.04.2024		Педагогическое наблюдение
57	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер	1	0	1	19.04.2024		Педагогическое наблюдение
58	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер	1	0	1	23.04.2024		Педагогическое наблюдение
59	Разминка. Основы пластических движений. Элементы костюма, образа	1	1	0	26.04.2024		Педагогическое наблюдение
60	Концерт для родителей "Движение весны"	1	0	1	27.04.2024		Концертное выступление
61	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер	1	0	1	03.05.2024		Педагогическое наблюдение
62	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер, взаимодействие в парах	1	0	1	07.05.2024		Педагогическое наблюдение
63	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер, взаимодействие в парах	1	0	1	14.05.2024		Педагогическое наблюдение
64	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер, взаимодействие в парах, в подгруппах	1	0	1	17.05.2024		Педагогическое наблюдение

65	Разминка. Повторение постановок за год	1	0	1	21.05.2024		Педагогическое наблюдение
66	Итоговое занятие	1	0	1	24.05.2024		
	Итого:	66	8	58			

Приложение 4

Календарно-тематический план средняя группа

№ п/п	Раздел/тема занятий	Количество часов			Дата по плану	Дата по факту	Формы и способы контроля
		Всего	Теория	Практика			
1	Вводное занятие. Т.Б. на занятиях, противопожарная безопасность. План занятий.	1	1	0	19.09.2023		
2	Комплектование группы. Гигиена танцовщика. Разучивание разминки.	1	0	1	22.09.2023		Педагогическое наблюдение
3	Разминка. Приемы музыкально-двигательной выразительности.	1	0	1	26.09.2023		Педагогическое наблюдение
4	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (DANCE MONKEY)	1	0	1	29.09.2023		Педагогическое наблюдение
5	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (DANCE MONKEY)	1	0	1	03.10.2023		Педагогическое наблюдение
6	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (DANCE MONKEY) Первая связка - разучивание	1	0	1	06.10.2023		Педагогическое наблюдение
7	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (DANCE MONKEY) Первая связка – отработка	1	0	1	10.10.2023		Педагогическое наблюдение
8	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (DANCE MONKEY) Вторая связка – разучивание	1	0	1	13.10.2023		Педагогическое наблюдение
9	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (DANCE MONKEY) Вторая связка – отработка	1	0	1	17.10.2023		Педагогическое наблюдение
10	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (DANCE MONKEY) Третья связка - разучивание	1	0	1	20.10.2023		Педагогическое наблюдение
11	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (DANCE MONKEY) Третья связка- отработка	1	0	1	24.10.2023		Педагогическое наблюдение

12	Разминка. Сведение связок в схему	1	0	1	27.10.2023		Педагогическое наблюдение
13	Разминка. Сведение связок в схему. Отработка отдельных элементов	1	0	1	31.10.2023		Педагогическое наблюдение
14	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	03.11.2023		Педагогическое наблюдение
15	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	07.11.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
16	Разминка. Знакомство со стилем локинг. Освоение основных танцевальных шагов	1	0	1	10.11.2023		Педагогическое наблюдение
17	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (локинг) Первая связка - разучивание	1	0	1	14.11.2023		Педагогическое наблюдение
18	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (локинг) Первая связка - отработка	1	0	1	17.11.2023		Педагогическое наблюдение
19	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (локинг) Вторая связка - разучивание	1	0	1	21.11.2023		Педагогическое наблюдение
20	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (локинг) Вторая связка - отработка	1	0	1	24.11.2023		Педагогическое наблюдение
21	Разминка. Сведение связок в схему. Отработка отдельных элементов	1	0	1	28.11.2023		Педагогическое наблюдение
22	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	01.12.2023		Педагогическое наблюдение
23	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	05.12.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
24	Разминка. Знакомство со стилем Афроджаз. Освоение основных танцевальных шагов (Афроджаз)	1	0	1	08.12.2023		Педагогическое наблюдение
25	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Афроджаз)	1	0	1	12.12.2023		Педагогическое наблюдение

26	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Афроджаз) Первая связка - разучивание	1	0	1	15.12.2023		Педагогическое наблюдение
27	Юбилейный концерт "10 лет Каскаду!"	1	0	1	17.12.2023		Концертное выступление
28	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Афроджаз) Первая связка - разучивание	1	0	1	19.12.2023		Педагогическое наблюдение
29	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Афроджаз) Первая связка - отработка	1	0	1	22.12.2023		Педагогическое наблюдение
30	Инструктаж по технике безопасности. Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Афроджаз) Первая связка - отработка	1	0	1	09.01.2024		Педагогическое наблюдение
31	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Афроджаз) Вторая связка - разучивание	1	0	1	12.01.2024		Педагогическое наблюдение
32	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Афроджаз) Вторая связка - разучивание	1	0	1	16.01.2024		Педагогическое наблюдение
33	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Афроджаз) Вторая связка – отработка	1	0	1	19.01.2024		Педагогическое наблюдение
34	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Афроджаз) Вторая связка - отработка	1	0	1	23.01.2024		Педагогическое наблюдение
35	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Афроджаз) Перестроения, взаимодействие на площадке	1	0	1	26.01.2024		Педагогическое наблюдение
36	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	30.01.2024		Педагогическое наблюдение

37	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	02.02.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
38	Разминка. Знакомство со стилем Народный стилизация	1	0	1	06.02.2024		Педагогическое наблюдение
39	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов Народный стилизация	1	0	1	09.02.2024		Педагогическое наблюдение
40	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Народный стилизация) Первая связка - разучивание	1	0	1	13.02.2024		Педагогическое наблюдение
41	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Народный стилизация) Первая связка - разучивание	1	0	1	16.02.2024		Педагогическое наблюдение
42	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Народный стилизация) Первая связка - отработка	1	0	1	20.02.2024		Педагогическое наблюдение
43	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Народный стилизация) Первая связка - отработка	1	0	1	27.02.2024		Педагогическое наблюдение
44	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Народный стилизация) Вторая связка - разучивание	1	0	1	01.03.2024		Педагогическое наблюдение
45	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Народный стилизация) Вторая связка - разучивание	1	0	1	05.03.2024		Педагогическое наблюдение
46	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Народный стилизация) Вторая связка – отработка	1	0	1	12.03.2024		Педагогическое наблюдение
47	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Народный стилизация) Вторая связка – отработка	1	0	1	15.03.2024		Педагогическое наблюдение
48	Разминка.Освоение основных танцевальных шагов (Народный стилизация) Третья связка – разучивание	1	0	1	19.03.2024		Педагогическое наблюдение

49	Разминка.Освоение основных танцевальных шагов (Народный стилизация) Третья связка – разучивание	1	0	1	22.03.2024		Педагогическое наблюдение
50	Разминка.Освоение основных танцевальных шагов (Народный стилизация) Третья связка – отработка	1	0	1	26.03.2024		Педагогическое наблюдение
51	Разминка.Освоение основных танцевальных шагов (Народный стилизация) Третья связка – отработка	1	0	1	29.03.2024		Педагогическое наблюдение
52	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	02.04.2024		Педагогическое наблюдение
53	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	05.04.2024		Педагогическое наблюдение
54	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	09.04.2024		Педагогическое наблюдение
55	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	12.04.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
56	Разминка. Основы пластических движений. Ознакомление со стилем модерн.	1	1	0	16.04.2024		Педагогическое наблюдение
57	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер	1	0	1	19.04.2024		Педагогическое наблюдение
58	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер	1	0	1	23.04.2024		Педагогическое наблюдение
59	Разминка. Основы пластических движений. Элементы костюма, образа	1	1	0	26.04.2024		Педагогическое наблюдение
60	Концерт для родителей "Движение весны"	1	0	1	27.04.2024		Концертное выступление
61	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер	1	0	1	03.05.2024		Педагогическое наблюдение
62	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер, взаимодействие в парах	1	0	1	07.05.2024		Педагогическое наблюдение

63	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер, взаимодействие в парах	1	0	1	14.05.2024		Педагогическое наблюдение
64	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер, взаимодействие в парах, в подгруппах	1	0	1	17.05.2024		Педагогическое наблюдение
65	Разминка. Повторение постановок за год	1	0	1	21.05.2024		Педагогическое наблюдение
66	Итоговое занятие	1	0	1	24.05.2024		
	Итого:	66	8	58			

Приложение 5

Календарно-тематический план 1 старшая группа

№ п/п	Раздел/тема занятий	Количество часов			Дата по плану	Дата по факту	Формы и способы контроля
		Всего	Теория	Практика			
1	Вводное занятие. Т.Б. на занятиях, противопожарная безопасность. План занятий.	1	1	0	19.09.2023		
2	Комплектование группы. Гигиена танцовщика. Разучивание разминки.	1	0	1	21.09.2023		Педагогическое наблюдение
3	Разминка. Приемы музыкально-двигательной выразительности.	1	0	1	26.09.2023		Педагогическое наблюдение
4	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Афро)	1	0	1	28.09.2023		Педагогическое наблюдение
5	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Афро)	1	0	1	03.10.2023		Педагогическое наблюдение
6	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Афро) Первая связка - разучивание	1	0	1	05.10.2023		Педагогическое наблюдение
7	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Афро) Первая связка – отработка	1	0	1	10.10.2023		Педагогическое наблюдение
8	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Афро) Вторая связка – разучивание	1	0	1	12.10.2023		Педагогическое наблюдение
9	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Афро) Вторая связка – отработка	1	0	1	17.10.2023		Педагогическое наблюдение
10	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Афро) Третья связка - разучивание	1	0	1	19.10.2023		Педагогическое наблюдение
11	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Афро) Третья связка-отработка	1	0	1	24.10.2023		Педагогическое наблюдение
12	Разминка. Сведение связок в схему	1	0	1	26.10.2023		Педагогическое наблюдение

13	Разминка. Сведение связок в схему. Отработка отдельных элементов	1	0	1	31.10.2023		Педагогическое наблюдение
14	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	02.11.2023		Педагогическое наблюдение
15	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	07.11.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
16	Разминка. Знакомство со стилем локинг. Освоение основных танцевальных шагов	1	0	1	09.11.2023		Педагогическое наблюдение
17	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (локинг) Первая связка - разучивание	1	0	1	14.11.2023		Педагогическое наблюдение
18	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (локинг) Первая связка - отработка	1	0	1	16.11.2023		Педагогическое наблюдение
19	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (локинг) Вторая связка - разучивание	1	0	1	21.11.2023		Педагогическое наблюдение
20	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (локинг) Вторая связка - отработка	1	0	1	23.11.2023		Педагогическое наблюдение
21	Разминка. Сведение связок в схему. Отработка отдельных элементов	1	0	1	28.11.2023		Педагогическое наблюдение
22	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	30.11.2023		Педагогическое наблюдение
23	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	05.12.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
24	Разминка. Знакомство со стилем джаз с элементами вальса. Освоение основных танцевальных шагов (джаз и вальс)	1	0	1	07.12.2023		Педагогическое наблюдение
25	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (джаз и вальс)	1	0	1	12.12.2023		Педагогическое наблюдение

26	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (джаз и вальс) Первая связка - разучивание	1	0	1	14.12.2023		Педагогическое наблюдение
27	Юбилейный концерт "10 лет Каскаду!"	1	0	1	17.12.2023		Концертное выступление
28	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (джаз и вальс) Первая связка - разучивание	1	0	1	19.12.2023		Педагогическое наблюдение
29	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (народный) Первая связка - отработка	1	0	1	21.12.2023		Педагогическое наблюдение
30	Инструктаж по технике безопасности. Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (джаз и вальс) Первая связка - отработка	1	0	1	09.01.2024		Педагогическое наблюдение
31	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (джаз и вальс) Вторая связка - разучивание	1	0	1	11.01.2024		Педагогическое наблюдение
32	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (джаз и вальс) Вторая связка - разучивание	1	0	1	16.01.2024		Педагогическое наблюдение
33	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (джаз и вальс) Вторая связка - отработка	1	0	1	18.01.2024		Педагогическое наблюдение
34	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (джаз и вальс) Вторая связка - отработка	1	0	1	23.01.2024		Педагогическое наблюдение
35	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (джаз и вальс) Перестроения, взаимодействие на площадке	1	0	1	25.01.2024		Педагогическое наблюдение
36	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	30.01.2024		Педагогическое наблюдение

37	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	01.02.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
38	Разминка. Знакомство со стилем Вог, вакинг стилизация	1	0	1	06.02.2023		Педагогическое наблюдение
39	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов Вог, вакинг стилизация	1	0	1	08.02.2024		Педагогическое наблюдение
40	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг) Первая связка - разучивание	1	0	1	13.02.2024		Педагогическое наблюдение
41	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг) Первая связка - разучивание	1	0	1	15.02.2024		Педагогическое наблюдение
42	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг) Первая связка - отработка	1	0	1	20.02.2024		Педагогическое наблюдение
43	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг) Первая связка - отработка	1	0	1	22.02.2024		Педагогическое наблюдение
44	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг) Вторая связка - разучивание	1	0	1	27.02.2024		Педагогическое наблюдение
45	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг) Вторая связка - разучивание	1	0	1	29.02.2024		Педагогическое наблюдение
46	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг) Вторая связка – отработка	1	0	1	05.03.2024		Педагогическое наблюдение
47	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг) Вторая связка – отработка	1	0	1	07.03.2024		Педагогическое наблюдение

48	Разминка.Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг) Третья связка – разучивание	1	0	1	12.03.2024		Педагогическое наблюдение
49	Разминка.Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг) Третья связка – разучивание	1	0	1	14.03.2024		Педагогическое наблюдение
50	Разминка.Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг) Третья связка – отработка	1	0	1	19.03.2024		Педагогическое наблюдение
51	Разминка.Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг) Третья связка – отработка	1	0	1	21.03.2024		Педагогическое наблюдение
52	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	26.03.2024		Педагогическое наблюдение
53	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	28.03.2024		Педагогическое наблюдение
54	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	02.04.2024		Педагогическое наблюдение
55	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	04.04.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
56	Разминка. Основы пластических движений. Ознакомление со стилем модерн.	1	1	0	09.04.2024		Педагогическое наблюдение
57	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер	1	0	1	11.04.2024		Педагогическое наблюдение
58	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер	1	0	1	16.04.2024		Педагогическое наблюдение
59	Разминка. Основы пластических движений. Элементы костюма, образа	1	1	0	18.04.2024		Педагогическое наблюдение
60	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер	1	0	1	23.04.2024		Педагогическое наблюдение

61	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер, взаимодействие в парах	1	0	1	25.04.2024		Педагогическое наблюдение
62	Концерт для родителей "Движение весны"	1	0	1	27.04.2024		Концертное выступление
63	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер, взаимодействие в парах	1	0	1	02.05.2024		Педагогическое наблюдение
64	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер, взаимодействие в парах, в подгруппах	1	0	1	07.05.2024		Педагогическое наблюдение
65	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер, взаимодействие в парах, в подгруппах	1	0	1	14.05.2024		Педагогическое наблюдение
66	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер, взаимодействие в парах, в подгруппах	1	0	1	16.05.2024		Педагогическое наблюдение
67	Разминка. Повторение постановок за го	1	0	1	21.05.2024		Педагогическое наблюдение
68	Итоговое занятие	1	0	1	23.05.2024		
	Итого:	68	8	60			

Приложение 6

Календарно-тематический план 2 старшая группа (Юниоры)

№ п/п	Раздел/тема занятий	Количество часов			Дата по плану	Дата по факту	Формы и способы контроля
		Всего	Теория	Практика			
1	Вводное занятие. Т.Б. на занятиях, противопожарная безопасность. План занятий.	1	1	0	18.09.2023		
2	Комплектование группы. Гигиена танцовщика. Разучивание разминки.	1	0	1	22.09.2023		Педагогическое наблюдение
3	Разминка. Приемы музыкально-двигательной выразительности.	1	0	1	25.09.2023		Педагогическое наблюдение
4	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Важно)	1	0	1	29.09.2023		Педагогическое наблюдение
5	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Важно)	1	0	1	02.10.2023		Педагогическое наблюдение
6	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Важно) Первая связка - разучивание	1	0	1	06.10.2023		Педагогическое наблюдение
7	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Важно) Первая связка – отработка	1	0	1	09.10.2023		Педагогическое наблюдение
8	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Важно) Вторая связка – разучивание	1	0	1	13.10.2023		Педагогическое наблюдение
9	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Важно) Вторая связка – отработка	1	0	1	16.10.2023		Педагогическое наблюдение
10	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Важно) Третья связка - разучивание	1	0	1	20.10.2023		Педагогическое наблюдение
11	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Важно) Третья связка- отработка	1	0	1	23.10.2023		Педагогическое наблюдение
12	Разминка. Сведение связок в схему	1	0	1	27.10.2023		Педагогическое наблюдение

13	Разминка. Сведение связок в схему. Отработка отдельных элементов	1	0	1	30.10.2023		Педагогическое наблюдение
14	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	03.11.2023		Педагогическое наблюдение
15	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	10.11.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
16	Разминка. Знакомство со стилем хип-хоп Освоение основных танцевальных шагов	1	0	1	13.11.2023		Педагогическое наблюдение
17	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (хип-хоп) Первая связка - разучивание	1	0	1	17.11.2023		Педагогическое наблюдение
18	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (хип-хоп) Первая связка - отработка	1	0	1	20.11.2023		Педагогическое наблюдение
19	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (хип-хоп) Вторая связка - разучивание	1	0	1	24.11.2023		Педагогическое наблюдение
20	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (хип-хоп) Вторая связка - отработка	1	0	1	27.11.2023		Педагогическое наблюдение
21	Разминка. Сведение связок в схему. Отработка отдельных элементов	1	0	1	01.12.2023		Педагогическое наблюдение
22	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	04.12.2023		Педагогическое наблюдение
23	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	08.12.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
24	Разминка. Знакомство со стилем Вог, вакинг . Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг)	1	0	1	11.12.2023		Педагогическое наблюдение
25	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг)	1	0	1	15.12.2023		Педагогическое наблюдение
26	Юбилейный концерт "10 лет Каскаду!"	1	0	1	17.12.2023		Концертное выступление

27	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг) Первая связка - разучивание	1	0	1	18.12.2023		Педагогическое наблюдение
28	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг) Первая связка - разучивание	1	0	1	22.12.2023		Педагогическое наблюдение
29	Инструктаж по технике безопасности. Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг) Первая связка - отработка	1	0	1	12.01.2024		Педагогическое наблюдение
30	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг) Первая связка - отработка	1	0	1	15.01.2024		Педагогическое наблюдение
31	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг) Вторая связка - разучивание	1	0	1	19.01.2024		Педагогическое наблюдение
32	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг) Вторая связка - разучивание	1	0	1	22.01.2024		Педагогическое наблюдение
33	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг) Вторая связка – отработка	1	0	1	26.01.2024		Педагогическое наблюдение
34	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг) Вторая связка - отработка	1	0	1	29.01.2024		Педагогическое наблюдение
35	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (Вог, вакинг) Перестроения, взаимодействие на площадке	1	0	1	02.02.2024		Педагогическое наблюдение
36	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	05.02.2024		Педагогическое наблюдение
37	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	09.02.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение

38	Разминка. Знакомство со стилем хаус и локинг	1	0	1	12.02.2024		Педагогическое наблюдение
39	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов хаус и локинг	1	0	1	16.02.2024		Педагогическое наблюдение
40	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (хаус и локинг) Первая связка - разучивание	1	0	1	19.02.2024		Педагогическое наблюдение
41	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (хаус и локинг) Первая связка - разучивание	1	0	1	26.02.2024		Педагогическое наблюдение
42	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (хаус и локинг) Первая связка - отработка	1	0	1	01.03.2024		Педагогическое наблюдение
43	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (хаус и локинг) Первая связка - отработка	1	0	1	04.03.2024		Педагогическое наблюдение
44	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (хаус и локинг) Вторая связка - разучивание	1	0	1	11.03.2024		Педагогическое наблюдение
45	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (хаус и локинг) Вторая связка - разучивание	1	0	1	15.03.2024		Педагогическое наблюдение
46	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (хаус и локинг) Вторая связка – отработка	1	0	1	18.03.2024		Педагогическое наблюдение
47	Разминка. Освоение основных танцевальных шагов (хаус и локинг) Вторая связка – отработка	1	0	1	22.03.2024		Педагогическое наблюдение
48	Разминка.Освоение основных танцевальных шагов (хаус и локинг) Третья связка – разучивание	1	0	1	25.03.2024		Педагогическое наблюдение
49	Разминка.Освоение основных танцевальных шагов (хаус и локинг) Третья связка – разучивание	1	0	1	29.03.2024		Педагогическое наблюдение

50	Разминка.Освоение основных танцевальных шагов (хаус и локинг) Третья связка – отработка	1	0	1	01.04.2024		Педагогическое наблюдение
51	Разминка.Освоение основных танцевальных шагов (хаус и локинг) Третья связка – отработка	1	0	1	05.04.2024		Педагогическое наблюдение
52	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	08.04.2024		Педагогическое наблюдение
53	Разминка. Ознакомление с элементами костюма, образа.	1	1	0	12.04.2024		Педагогическое наблюдение
54	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	15.04.2024		Педагогическое наблюдение
55	Разминка. Репетиция на сцене, чистка композиции	1	0	1	19.04.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
56	Разминка. Основы пластических движений. Ознакомление со стилем контемп.	1	1	0	22.04.2024		Педагогическое наблюдение
57	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер	1	0	1	26.04.2024		Педагогическое наблюдение
58	Концерт для родителей "Движение весны"	1	0	1	27.04.2024		Концертное выступление
59	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер	1	0	1	03.05.2024		Педагогическое наблюдение
60	Разминка. Основы пластических движений. Элементы костюма, образа	1	1	0	06.05.2024		Педагогическое наблюдение
61	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер	1	0	1	13.05.2024		Педагогическое наблюдение
62	Разминка. Основы пластических движений. Движения с уходом в партер, взаимодействие парах	1	0	1	17.05.2024		Педагогическое наблюдение
63	Разминка. Повторение постановок за год	1	0	1	20.05.2024		
64	Итоговое занятие	1	0	1	24.05.2024		
	Итого:	64	8	56			

Приложение 7

Календарно-тематический план ОФП и хореография группа

№ п/п	Раздел/тема занятий	Количество часов			Дата по плану	Дата по факту	Формы и способы контроля
		Всего	Теория	Практика			
1	Вводное занятие. Т.Б. на занятиях, противопожарная безопасность. План занятий.	1	1	0	18.09.2023		
2	Комплектование группы. Гигиена танцовщика, разучивание первого комплекса упражнений	1	0	1	21.09.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
3	Разминка. Разучивание первого комплекса упражнений	1	1	0	25.09.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
4	Разминка. Разучивание первого комплекса упражнений	1	0	1	28.09.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
5	Разминка. 1 комплекс + растяжка	1	0	1	02.10.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
6	Разминка. 1 комплекс + растяжка	1	0	1	05.10.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
7	Разминка. 1 комплекс + растяжка	1	0	1	09.10.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
8	Разминка. 1 комплекс + растяжка	1	0	1	12.10.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
9	Разминка. Разучивание комплекса хореографических упражнений	1	1	0	16.10.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение

10	Разминка. 1 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	19.10.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
11	Разминка. 1 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	23.10.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
12	Разминка. 1 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	26.10.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
13	Разминка. 1 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	30.10.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
14	Разминка. 1 комплекс + растяжка + хореография	1	1	0	02.11.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
15	Разминка. 1 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	09.11.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
16	Разминка. 1 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	13.11.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
17	Разминка. 1 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	16.11.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
18	Разминка. 1 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	20.11.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
19	Разминка. 1 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	23.11.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
20	Разминка. 1 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	27.11.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение

21	Разминка. 1 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	30.11.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
22	Разминка. 1 комплекс + растяжка + хореография	1	1	0	04.12.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
23	Разминка. 1 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	07.12.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
24	Разминка. 1 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	11.12.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
25	Разминка. 1 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	14.12.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
26	Разминка. 1 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	18.12.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
27	Разминка. 1 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	21.12.2023		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
28	Инструктаж по технике безопасности. Разминка. Разучивание второго комплекса упражнений	1	1	0	11.01.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
29	Разминка. Разучивание второго комплекса упражнений + растяжка	1	0	1	15.01.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
30	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	18.01.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
31	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	22.01.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение

32	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	25.01.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
33	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	29.01.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
34	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	01.02.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
35	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	05.02.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
36	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	1	0	08.02.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
37	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	12.02.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
38	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	15.02.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
39	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	19.02.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
40	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	22.02.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
41	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	26.02.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
42	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	29.02.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение

43	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	04.03.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
44	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	07.03.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
45	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	11.03.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
46	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	14.03.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
47	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	18.03.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
48	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	21.03.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
49	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	25.03.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
50	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	28.03.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
51	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	01.04.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
52	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	1	0	04.04.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
53	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	1	0	08.04.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение

54	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	11.04.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
55	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	15.04.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
56	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	1	0	18.04.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
57	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	22.04.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
58	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	25.04.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
59	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	06.05.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
60	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	13.05.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
61	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	16.05.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
62	Разминка. 2 комплекс + растяжка + хореография	1	0	1	20.05.2024		Педагогическое наблюдение, контрольное упражнение
63	Итоговое занятие	1	0	1	23.05.2024		
	Итого:	63	10	53			