

Управление образования администрации города Коврова
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Центр дополнительного образования детей «Родничок»

Согласовано:
методическим советом
от « 22 » мая 2025 г.
Протокол № 4



Утверждаю
И.о.директора МБОУ ДО «ЦДОД «Родничок»
Е.С.Радивилова
Приказ № 35/ад от « 27 » мая 2025г.

Принято
Педагогическим советом МБОУ ДО
«ЦДОД «Родничок»
Протокол № 4
от « 27 » мая 2025 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Ритмика и джаз-модерн танец» ОАСТ «Апельсин»**

Направленность – художественная
уровень программы – ознакомительный

Возраст обучающихся: 7-10 лет

Срок реализации: 2 года

Составитель: Швидкая Т.В., педагог
дополнительного образования
высшей квалификационной категории

Ковров
2025 г.

Содержание

№ раздела	Наименование	Страница
1	Комплекс основных характеристик программы	3
1.1	Пояснительная записка:	3
	Направленность программы	4
	Актуальность	5
	Новизна	5
	Педагогическая целесообразность	5
	Адресат программы	6
	Объем и сроки освоения программы	7
	Форма обучения	7
	Уровень программы	7
	Особенности организации образовательного процесса	8
	Режим занятий	8
1.2.	Цель и задачи программы	8
1.3	Содержание программы	10
	Учебный план первого года обучения	10
	Учебный план второго года обучения	11
	Содержание учебного плана первого года обучения	12
	Содержание учебного плана второго года обучения	14
1.4.	Планируемые результаты	17
2	Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы	19
2.1	Календарно- учебный график	19
2.2.	Условия реализации программы	19
	Материально-технические условия	20
	Информационное обеспечение	20
	Кадровое обеспечение	20
2.3	Формы аттестации	21
2.4.	Оценочные материалы	21
2.5.	Методические материалы	21
2.6	Список использованной литературы	24
	Приложение Календарно- тематическое планирование первого года обучения	26
	второго года обучения	31

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Ритмика и джаз-модерн танец» ОАСТ «Апельсин» разработана в соответствии с основными нормативными и программными документами в области образования Российской Федерации, Владимирской области, города Коврова и образовательной организации:

Основные документы в сфере дополнительного образования детей:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 26.05.2021 № 144-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон Об образовании в Российской Федерации»;
3. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 г. № 309 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;
4. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
5. Приказ Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
6. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)»;
7. Письмо Министерства образования РФ от 01.06.2023 г. № АБ-2324/05 «О внедрении Единой модели профессиональной ориентации»;
8. Письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»;
9. Паспорт национального проекта «Молодежь и дети»;
10. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями от 02.02.2021 № 38);
11. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.3030 г.№ 28.

Нормативно-правовое обеспечение внедрения целевой модели развития дополнительного образования во Владимирской области:

12. Указ Губернатора Владимирской области от 02.06.2009 г. № 10 «Об утверждении стратегии социально-экономического развития Владимирской области до 2030 года» (с изменениями на 06.12.2024 г.);

13. Постановление Администрации Владимирской области от 31.01.2019 № 48 «О государственной программе Владимирской области «Развитие образования» (с изменениями на 27.02.2025 г.);

14. Распоряжение Администрации Владимирской области от 18 мая 2020 № 396-р «О создании Межведомственного совета по внедрению и реализации Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей во Владимирской области»;

15. Распоряжение Администрации Владимирской области от 09 апреля 2020 № 270-р «О введении системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей на территории Владимирской области»;

16. Распоряжение Департамента образования и молодежной политики Владимирской области от 31.10.2022 г. № 1020 «Об утверждении программы развития регионального и муниципальных центров детско-юношеского туризма Владимирской области до 2030 г.»;

17. Постановление Администрации Владимирской области от 09.06.2020 №365 «Об утверждении Концепции персонифицированного дополнительного образования детей на территории Владимирской области».

Нормативно-правовое обеспечение внедрения целевой модели развития дополнительного образования в городе Коврове:

18. Постановление администрации г.Коврова от 14.08.2023 г. № 1865 «Об утверждении положения о персонифицированном дополнительном образовании в г.Коврове».

Нормативно-правовая база организации

19. Программа развития МБОУ ДО «ЦДОД «Родничок» на 2024-2028 гг. и образовательная программа МБОУ ДО «ЦДОД «Родничок»;

20. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности в МБОУ ДО «ЦДОД «Родничок» по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам и др. локальные акты МБОУ ДО ЦДОД «Родничок».

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика и джаз-модерн танец» ОАСТ «Апельсин» художественной направленности, так как ориентирована на развитие творческих способностей обучающихся.

Актуальность

Актуальность программы обусловлена современным социальным заказом на образование и задачами художественного образования школьников, которые выдвигаются в концепции модернизации российского образования (Мин. обр. РФ от 29.11.01). В концепции подчёркивается «важность художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей, предметов художественной направленности, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность».

Проблема формирования у обучающихся эстетического отношения к искусству является одной из приоритетных проблем дополнительного образования. Не во всех дошкольных учреждениях нашего города существует предмет по изучению хореографии, тем более современного танца.

Новизна

Программа «Ритмика и джаз-модерн танец» ОАСТ «Апельсин» разработана на основе программы по хореографии Шершнева В.Г., «От ритмики к танцу», материалов практического семинара «Школа Джаз танца» по Е. Шевцову.

Новизна и отличительная особенность данной программы заключается в структурировании образовательного процесса, при котором в период обучения воспитанники осваивают джазовый стиль и учатся применять его в различных жанрах хореографии.

Внедрение в программу интегрированных занятий, индивидуальных, интегрированных занятий с элементами импровизации, работа в малых группах - является отличительной чертой от других программ.

В процессе обучения возникла необходимость дополнить интегрированные занятия элементами импровизации. Разработанные интегрированные занятия «Фэнтази - Данс» с элементами импровизации позволили учащимся реализовать себя в различных видах деятельности.

Педагогическая целесообразность

Образовательная программа педагогически целесообразна, т.к. направлена, прежде всего, на развитие творческого начала в каждом обучающемся. Для гармоничного духовного и физического развития ребенка очень важное значение имеют занятия совмещающие хореографию и ритмику.

Занимаясь современными танцами, ребёнок приобщается к миру красоты, которую он учиться замечать в природе, людях. При помощи музыки и движения он может научиться красиво двигаться, этим приносить радость себе и другим людям.

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика и джаз-модерн танец» ОАСТ «Апельсин» ориентирована на детей в возрасте от 7 до 10 лет, I, II, групп здоровья.

Количество детей в группе – 10-15 человек.

В ансамбль принимаются все желающие заниматься танцами, специальный отбор не предусмотрен, т. к. целью объединения является развитие обучающегося (за исключением тех, у которых есть медицинские противопоказания).

Предусматривается приём детей в ансамбль в середине учебного года с условием, что их подготовка приближённо соответствует уровню знаний участников группы.

Учебный материал программы носит адаптивный характер, в значительной степени учитывает индивидуальные возможности детей к обучению, что позволяет корректировать задания в соответствии с уровнем подготовки детей.

В целях проведения эффективной и результативной работы при реализации программы учитываются **возрастные особенности обучающихся**.

В младшем школьном возрасте у детей слабо развита моторика, высокая утомляемость, эмоциональная возбудимость, развитие образной памяти (через красочный рассказ, яркие сравнения)

Педагогу необходимо больше использовать игровых приемов; учитывать, что результат работы на первых занятиях влияет на дальнейший эмоциональный настрой и интерес к занятиям. Более продуктивна работа в парах; желательно главную роль поручать менее уверенным в себе и не склонным к лидерству детям, т. к. им необходимо повышать самооценку.

Дети этого возраста могут сравнительно долго удерживать внимание, но, тем не менее, они нуждаются в частой смене движений. Длительное сохранение статического положения для них утомительно, поэтому необходимо чередовать движения у станка с движениями по кругу.

Запас двигательных навыков детей еще не велик. Движения детей еще плохо организованы и координированы для сложных упражнений. Относительная слабость мускулатуры и гибкость костей могут привести к плохой осанке и искривлению позвоночника. Двигательный аппарат ребенка недостаточно окреп, что вызывает необходимость внимания к дозировке упражнений. Необходимо уделять внимание укреплению мышц спины, ног, исправлению дефектов осанки (если есть необходимость), развитию растяжки, гибкости.

Внимание детей еще не устойчиво. Они легко отвлекаются, легче воспринимают конкретный материал, живой образ для них ближе, нежели отвлеченные понятия. Игра в процессе занятия представляется естественной. В 9 летнем возрасте закладывается понимание танца, происходит воспитание коллективного исполнения, музыкальной культуры и культуры

поведения. Урок строится на ритмических, игровых элементах и движениях. Постановки танцев должны быть доступными для восприятия и понимания. Педагогу необходимо применять принцип наглядности, использовать основной педагогический прием-показ, при этом следить за эмоциональностью и выразительностью своей речи, избегать однообразия, чаще менять темпоритм занятия.

Объем и срок освоения программы

Срок освоения программы определен содержанием программы на каждый год обучения и обеспечивает возможность достижения планируемых результатов, заявленных в программе.

Программа обучения рассчитана на 2 года:

1 год обучения (7-9 лет) – 144 академических часа

2 год обучения (9 - 10 лет) – 144 академических часа

На полное освоение программы требуется 288 академических часов.

Возрастное деление является примерным и обусловлено необходимостью соответствия нагрузок возрастному уровню учащихся. Однако, обучающийся по желанию и соответствующим способностям в индивидуальном порядке может быть зачислен в группу независимо от возрастных рамок, но не раньше 7 лет.

Последовательность занятий составлена с учётом постепенного усложнения учебного материала.

Формы обучения

Формы обучения – очная.

При реализации программы предусмотрены следующие **виды занятий**: теоретические и практические занятия, мастер-классы, открытые занятия, выступления.

Уровень программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика и джаз-модерн танец» ОАСТ «Апельсин» предусматривает:

1 год обучения (7-9 лет) - ознакомительный уровень освоения содержания программы, предполагающий использование общедоступных универсальных форм организации материала, минимальную сложность задач, поставленных перед обучающимися.

2 год обучения (9 - 10 лет) - базовый уровень, предполагающий использование и реализацию форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний

Особенности организации образовательного процесса

Занятия в рамках программы «Ритмика и джаз-модерн танец» ОАСТ «Апельсин» проводятся в группе с постоянным составом обучающихся одной возрастной категории.

Обучение проводится в форме групповых занятий по общей программе, однако это не исключает необходимости индивидуального подхода к учащимся, а также работа малыми группами (3-5 человек).

Программа имеет форму традиционной модели реализации и представляет собой линейную последовательность освоения содержания программы в течение указанного срока.

Программой предусмотрена **работа с родителями обучающихся**, предполагающая их активное участие в жизни творческого объединения, а значит, в жизни своего ребёнка. Это приобретает в условиях современного социума большую актуальность. Проводятся родительские собрания, совместные экскурсии, открытые занятия. Приветствуется совместное с детьми участие в концертах, различного уровня конкурсах и фестивалях.

Режим занятий

Режим занятий для каждой возрастной группы: 2 раза в неделю по 2 академических часа.

Занятия в рамках реализации программы построены с соблюдением оптимального двигательного режима, чередованием заданий теории и практики, переключением с одного вида деятельности на другой, что способствует сохранению и укреплению здоровья учащихся. Особое внимание уделяется индивидуальной форме работы как наилучшей возможности сохранения и поддержки индивидуальности ребёнка.

Периодичность и продолжительность занятий установлена в соответствии с возрастными и психофизиологическими особенностями, а также допустимой нагрузки обучающихся:

- периодичность занятий - с сентября по май месяц включительно,
- продолжительность занятия - 40 минут, перерыв между занятиями 5 мин.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: Развивать художественное творчество обучающихся через занятия хореографией.

Задачи:

Личностные:

- формировать общественную активность, нравственно ориентированную личность, воспитать патриотизм;
- формировать культуру поведения;
- воспитывать уважительное отношение между членами коллектива в совместной творческой деятельности;

- создавать комфортную среду для общения, гарантирующую ситуацию эмоционального благополучия, психического здоровья и успеха;
- формировать ценностно отношение к здоровью и ЗОЖ.
- воспитать человека, способного существовать в современном мире с максимальной пользой;
- способствовать возникновению интереса и изучению учащимися истории своей семьи, истории своего края;
- создать дружный коллектив;
- сформировать нравственную культуру;
- воспитать уважение к историческому прошлому России в целом и своего родного края в частности;

Метапредметные:

- развивать природные задатки, творческий потенциал каждого ребенка: фантазию, наблюдательность, инициативность;
- развивать мотивацию к познанию и творчеству;
- приобщить детей к танцевальному искусству;
- сформировать определённую эстетическую танцевальную культуру;
- развить выраженное желание и сформировать умения самостоятельного образовательного, творческого и духовного развития;
- сформировать умение терпимо относиться к любым видам искусства, в том числе и к национальному, правильно их оценивать в собственном сознании;

Предметные для первого года обучения:

- развивать художественный вкус и способность оценивать окружающий мир по законам красоты;
- развивать образное мышление, эмоциональную отзывчивость, воображение;
- воспитывать творческую инициативу;
- воспитывать художественную культуру;
- сформировать практические умения и навыки;
- дать определённые теоретические знания;
- научить лучше чувствовать собственное тело, как в физических аспектах, так и духовных его проявлениях;
- научить самостоятельно, пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями.

Предметные для второго года обучения:

- развивать художественный вкус и способность оценивать окружающий мир по законам красоты;
- сформировать практические умения и навыки по исполнению танцевальных движений в стиле Джаз-модерн;
- развивать чувства ритма, артистизм, координацию, умение согласовывать движения тела с музыкой;

- формировать знания о видах общеразвивающих, укрепляющих гимнастических упражнений, растяжек;
- научить самостоятельно пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями.

Цель и задачи программы соответствуют региональным и муниципальным социально-экономическим и социокультурным потребностям и проблемам.

1.3. Содержание программы

Учебный план для первого года обучения

№ п/п	Разделы.	Количество часов.			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	1	2	Опрос
2.	Танцы и игры Владимирского края. Владимирские рожечники (знакомство с мотивами).	2	9	11	Текущий контроль
3.	Джаз -модерн танец.	4	16	20	Текущий контроль
4.	Сюжетно - ролевые игры.	1	7	8	Текущий контроль
5.	Занятия: «Фентези -данс» с элементами импровизации.	4	14	18	Текущий контроль
6.	Ритмика, партерная гимнастика. Элементы йоги.	5	14	19	Текущий контроль
7.	Азбука классического танца.	5	15	20	Текущий контроль
8.	Репетиционно - постановочная работа	9	31	40	Текущий контроль
9.	Итоговые занятия	1	5	6	Опрос, выступление
	Всего:	32	112	144	

В случае прихода в группу детей с ОВЗ возможно введение коррекционного компонента в учебный план.

Учебный план для второго года обучения

№ п/п	Разделы.	Количество часов.			Формы контроля/
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	0,5	0,5	Опрос
2.	Историческое прошлое земли Владимирской. Владимирские рожечники.	6	2	4	Текущий контроль, практическое задание
3.	Джаз-модерн танец	8	2	6	Текущий контроль, практическое задание
4.	Игровые технологии	5	0,5	4,5	Текущий контроль
5.	Интегрированные занятия	8	1	7	Текущий контроль
6.	Ритмика, партерная гимнастика, элементы йоги.	8	1	7	Текущий контроль, практическое задание
7.	Танцевальная гимнастика. Классическая аэробика.	40	10	30	Текущий контроль, практическое задание
8.	Репетиционно - постановочная работа	54	4	50	Текущий контроль, практическое задание
9.	Азбука классического танца	8	2	6	Текущий контроль, практическое задание
10.	Итоговые занятия	6	0,5	5,5	Опрос, выступление
	Всего:	144	23,5	120,5	

Содержание учебного плана первого года обучения

Каждая тема или раздел программы является законченным, и в то же время связанным с предыдущим и последующими.

Раздел 1 Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности

Теория: Введение в программу. Правила техники безопасности и поведения в «ЦДОД «Родничок», в танцевальном зале, на занятии. Требования к внешнему виду и обуви на занятиях.

Практика: Проведение танцевальной игры «Броуновское движение»

Раздел 2. Танцы и игры Владимирского края.

Теория: Культура Владимирской области. Владимирские рожечники-мотивы и наигрыши. Народно - сценические формы, позиции и положения рук в танцах Владимирской области.

Практика- Беседа: «Владимирские рожечники»;

«Игры и забавы», разучивание движений, прослушивание музыки.

Раздел 3. Джаз-модерн танец.

Теория: Особенности танца в стиле Джаз-модерн. Элементы танца, основные позиции рук и ног.

Практика: выполнение практических заданий:

- основные позиции ног в джаз -танце: вторая параллель, четвёртая параллель, перпендикуляр.

- основные позиции рук в джаз -танце: подготовительное положение – press - roz; джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз 4.

- изолированная работа головы в положении стоя.

- изолированная работа плеч в положении стоя.

- изолированная работа рук в положении стоя.

- изолированная работа грудной клетки в положении стоя.

- изолированная работа бедер в положении стоя.

- изолированная работа ног, стоп в положении стоя.

Раздел 4. Сюжетно - ролевые игры.

Теория: Правила сюжетных игр:

- подвижные игры,

- игры для создания доверительных отношений в группе,

- игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам,

- игры на развитие слуха, чувства ритма: «Звук ... как эхо». «Пропоем, прохлопаем, любимую мелодию». «Я в музыке услышу кто ты, что ты». «Игры на развитие актёрского мастерства».

Практика: выполнение практических заданий, танцевальные игры.

Раздел 5. Занятия: «Фентези -данс» с элементами импровизации.

Теория: Понятия «Импровизация», танцевальные движения на различную тему.

Практика: выполнение практических заданий: прыжки и другие танцевальные движения в образах, создание пластических и танцевальных картинок.

Упражнение «соло» - каждый участник игры показывает по несколько движений, выходя по очереди впереди остальных. Подобная форма –«1 плюс остальные» соответствует большинству детских игр, то есть играм, где есть ведущий, которого периодически меняют как по результатам игры, так и просто по очереди. Важно, чтобы все участники смогли побыть в роли центральной фигуры.

Раздел 6. Ритмика, партерная гимнастика, элементы йоги.

Теория: Элементы партерной гимнастики, упражнений для растяжки. Техника безопасности при выполнении элементов.

Практика: Прослушивание классических мелодий, современную музыку в джазовой обработке. Анализ и разбор музыкальных произведений. Музыкальные игры. Ритмические упражнения. Проучивание элементов партерной гимнастики:

- Проработка на полу положений ног – flex, point.
- Проработка на полу положений корпуса: contraction, release.
- Закрепление мышечных ощущений свойственных при исполнении джаз -танца.
- Изолированная работа мышц в положении лежа.
- Изолированная работа мышц в положении сидя.
- Изолированная работа стоп: flex, point в положении лежа.
- Изолированная работа стоп: flex, point в положении сидя.
- Круговые вращения стоп внутрь, наружу по пятой, шестой позициям.
- Поочередная работа стоп со сменой положения (flex, point): П.Н – flex, Л.Н.
 - point и наоборот.
 - Фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя.
 - Выходы на маленькие мостики.
 - Упражнения stretch-характера в положении лежа и сидя.
 - Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.

Раздел 7. Азбука классического танца.

Теория: Элементы классического танца, терминология. Значение классического экзерсиса. Понятия: анфас, releve

Практика: выполнение практических упражнений на отработку элементов классического танца:

- Постановка корпуса у станка.
- Позиции ног: I, II, III.

- Demi plie по I, II, III позициям.
- Battement tendu по I позиции крестом.
- port de bras у станка.

Раздел 8. Репетиционно - постановочная работа.

Теория: Основные движениями «Завалинка», положениями головы, корпуса, рук.

Практика: Разучивание основных движений, отработка положений головы, корпуса, рук. Отработка движений с предметом (платком, ложками, трещотками).

Постановочная работа – это постановка новых танцев, которая осуществляется по основному закону драматургического произведения и состоит из ряда компонентов: драматургия (содержание, музыка, лексика), рисунок танца. Выученные на репетиционных занятиях движения и комбинации складываются на постановочных занятиях в определённую композицию – композицию танца.

Репертуар: «Завалинка», «Ералаш» «Варежка».

Раздел 9. Итоговые занятия и досуговые мероприятия.

Теория: беседа о правилах поведения во время участия в мероприятиях, концертах, экскурсиях и др.

Практика: Выступления на Новогодних утренниках, во всех мероприятиях и концертах, проводимых в «ЦДОД «Родничок», в школах, на различных площадках города, областных и региональных фестивалях, международных фестивалях. Совместно с родителями осуществляется подготовка и проведение экскурсий, поездок, посещение концертов, выставок, Дней рождений.

Содержание учебного плана второго года обучения

Каждая тема или раздел программы является законченным, и в тоже время связанным с предыдущим и последующими.

Раздел 1 Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности

Теория: Правила техники безопасности. Правила поведения в танцевальном зале, на занятии, в ЦДОД «Родничок». Требования к внешнему виду и обуви на занятиях.

Практика: Разминка. Игра «Я, ты, он, она= МЫ»

Раздел 2. Историческое прошлое земли Владимирской.

Теория: Культура Владимирской области.

Беседа: «Владимирские рожечники- история и современность».

Практика: «Путешествие по памятным местам города Ковров», Просмотр фильма о городе Ковров, об ансамбле «Владимирские рожечники».

Раздел 3. Джаз-модерн танец.

Теория: Понятия «крест», «квадрат» в разделе изоляция, движением flat back вперед из положения стоя. Знакомство с акробатическими элементами. Приемы импровизации как раздел урока в джаз-танце.

Практика: отработка движения flat back вперед из положения стоя. Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, с добавлением работы рук в положении стоя. Отработка акробатических элементов (выход на большой мостик из положения стоя; стойка на лопатках «березка»; кувырки вперед, назад; перекаты), комбинаций движений Кросс, Шассе. «Животные – их образы в природе»- изображение средствами хореографии.

Раздел 4. Игровые технологии.

Теория: знакомство с различными видами игр:

- подвижные игры,
- игры для создания доверительных отношений в группе,
- игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам,
- игры на развитие слуха, чувства ритма: «Звук ... как эхо». «Человек-оркестр». «Я в музыке услышу кто ты, что ты». «Игры на развитие актёрского мастерства».

Практика: выполнение практических заданий, танцевальные игры

Раздел 5. Интегрированные занятия.

Теория: Приемы работы с платком, лентами, веночками, ложками. трещотками во время исполнения танцевальных композиций.

Практика: Прослушивание фольклорной и современной музыки. Разучивание основного фольклорного шага.

Раздел 6. Ритмика, партерная гимнастика, элементы йоги.

Теория: Элементы партерной гимнастики, упражнения йоги для растяжки, укрепление стопы. Техника безопасности при выполнении элементов.

Практика: Прослушивание классических мелодий, современную музыку в джазовой обработке. Анализ и разбор музыкальных произведений. Проучивание элементов партерной гимнастики:

- battemen tendu jete вперед с сокращенной ногой от колена, в положении лежа.
- Contraction, release на четвереньках.
- Body roll в положении круазе сидя.

- упражнения stretch-характера на проработку положения ноги в сторону.
- растяжки из положения сидя, включая поясничную работу мышц.
- упражнения stretch-характера из положения frog-position с использованием рук.
- Подъем ног на 90 градусов из положения, лежа (стопы – point).
- Grand batman вперед, из положения, лежа на спине.
- Grand batman в сторону из положения, лежа на боку.
- Grand batman в сторону, назад из положения, стоя на четвереньках.

Раздел 7. Танцевальная гимнастика.

Общая физическая подготовка

Теория: виды и техника выполнения упражнений с предметами.

Практика: выполнение упражнений для рук с предметом, для ног в положении сидя и лежа на полу, для спины на полу.

Базовая техническая подготовка.

Теория: техника выполнения упражнений на развитие осанки и развитие гибкости в партере.

Практика: выполнение упражнений «Бабочка», шпагаты, упражнения на равновесие (на одной и на двух ногах).

Классическая аэробика.

Теория: Техника выполнения базовых шагов аэробики.

Практика: базовые шаги классической аэробики:

- марш
- Basis step (базовый шаг)
- Step-toush (Приставной шаг)
- Double step toush (Двойной приставной шаг)
- Jumping jack (Прыжок ноги врозь - ноги вместе).
- V-step

Раздел 8. Репетиционно - постановочная работа.

Теория: Основные движения «Русского танца», положения головы, корпуса, рук.

Практика: Разучивание основных движений, отработка положений головы, корпуса, рук.

Отработка движений с предметом (платком, ложками).

Постановочная работа – это постановка новых танцев, которая осуществляется по основному закону драматургического произведения и состоит из ряда компонентов: драматургия (содержание, музыка, лексика), рисунок танца. Выученные на репетиционных занятиях движения и комбинации складываются на постановочных занятиях в определённую композицию – композицию танца.

Репертуар: «Ералаш» - модерн, «Клубочек», «Джескалс» (Пакистанский танец)».

Раздел 9. Азбука классического танца.

Теория: Элементы классического танца

Практика: выполнение упражнений:

demi -plie у станка.

battement tendu у станка крестом.

rond de jambe par terre/

battement jetes/

grand battement jetes крестом.

Растяжка у станка.

Раздел 10. Итоговые занятия и досуговые мероприятия.

Теория: беседа о правилах поведения во время участия в мероприятиях, концертах, экскурсиях и др.

Практика: Выступления на Новогодних утренниках, во всех мероприятиях и концертах, проводимых в «ЦДОД «Родничок», в школах, на различных площадках города, областных и региональных фестивалях, международных фестивалях и конкурсах. Совместно с родителями осуществляется подготовка и проведение экскурсий, поездок, посещение концертов, выставок, Дней рождений.

1.4. Планируемые результаты

В результате освоения содержания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмика и джаз-модерн танец» ОАСТ «Апельсин» у учащихся предполагается достижение личностных, метапредметных и предметных результатов.

При достижении **личностных результатов** у учащихся будут:

- сформирована общественная активность, нравственно ориентированная личность, воспитана любовь к своему отечеству;
- сформирована культура поведения;
- установлено уважительное отношение между членами коллектива в совместной творческой деятельности;
- создана комфортная среда для общения, гарантирующая ситуацию эмоционального благополучия, психического здоровья и успеха;
- сформировано ценностное отношение к здоровью и ЗОЖ.
- возникновение интереса и изучению истории своей семьи, истории своего края;
- создан дружный коллектив;
- воспитано уважение к историческому прошлому России и родного края;

При достижении **метапредметных результатов** освоения программы у учащихся будут:

- развиты природные задатки, творческий потенциал: фантазия, наблюдательность, инициативность;
- развита мотивация к познанию и творчеству;
- приобщены к танцевальному искусству;
- сформирована определенная эстетическая танцевальная культура;
- развито выраженное желание и сформированы умения самостоятельного образовательного, творческого и духовного развития;
- сформировано умение терпимо относиться к любым видам искусства, в том числе и к национальному, правильно их оценивать в собственном сознании;

При достижении **предметных результатов** у обучающихся первого года обучения:

- развит художественный вкус и способность оценивать окружающий мир по законам красоты;
- развито образное мышление, эмоциональная отзывчивость, воображение;
- сформированы практические умения и навыки;
- познакомились с определёнными теоретическими знаниями;
- научились лучше чувствовать собственное тело, как в физических аспектах, так и духовных его проявлениях;
- научились самостоятельно, пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями.

В конце 1 - года обучения учащиеся будут знать и уметь:

- позиции рук и ног;
- названия классических движений;
- первичные сведения об искусстве хореографии;
- обычаи, игры, народные танцы, «потешки» родного Владимирского края,
- первичные сведения о джазовом искусстве,
- соединять отдельные движения в хореографической композиции;
- исполнять движения классического экзерсиса и джазовой разминки.
- уметь выполнять движения изолированных центров;
- контролировать взаимосвязь дыхания и движения; исполнять упражнения stretch -характера.

При достижении **предметных результатов** у обучающихся второго года обучения:

- совершенствован художественный вкус и способность оценивать окружающий мир по законам красоты;
- сформированы практические умения и навыки по исполнению танцевальных движений в стиле Джаз-модерн;

- развито чувство ритма, артистизм, координация, умение согласовывать движения тела с музыкой;

- сформированы знания о видах общеразвивающих, укрепляющих гимнастических упражнений, растяжек;

- сформировано умение самостоятельно пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями.

В конце 2 - года обучения учащиеся:

- будут знать исторические места и памятники города Ковров, научатся чувствовать и ценить красоту родного города;

- будут знать названия классических движений нового экзерсиса, названия движений разминки в джазовом стиле, значение слов «легато», «стаккато», ритм, акцент, темп;

- будут уметь:

- исполнять движение разминки в джазовом стиле;

- грамотно исполнять движения экзерсиса и хореографических постановок;

- определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;

- самостоятельно придумывать движения, фигуры во время игр.

совершенствовать:

- подвижность грудной клетки, тазобедренного, коленного суставов, голеностопа.

Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график

№	Год обучения	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Объем учебных часов	Режим работы
1	первый	36	72	144	2 раза в неделю по 2 академических часа
2	второй	36	72	144	2 раза в неделю по 2 академических часа

2.2. Условия реализации программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика и джаз-модерн танец» ОАСТ «Апельсин» реализуется при наличии материально-технических условий, учебно-методического и информационного обеспечения, кадрового обеспечения.

Материально-технические условия:

Занятия проводятся в светлом с хорошим освещением помещении, в соответствии с Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28, площадью – от 90 до 102,6 кв.м.

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально – технического обеспечения.

Для каждого занятия необходимо:

- наличие специального зала, оснащённого зеркалами;
- тренировочными станками (расположенными по уровню возраста и роста детей)
- музыкальной и видео аппаратурой;
- компьютер с программой Adobe Audition;
- аудио и – видеозаписи;
- обязательное условие - возможность проветривания помещения;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- специальная форма и обувь для занятий;
- для занятий партером специальное покрытие или гимнастический коврик;

Для выступлений: костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями и администрацией МБОУ ДО «ЦДОД «Родничок»).

Информационное обеспечение

В рамках реализации программы «Ритмика и джаз-модерн танец» ОАСТ «Апельсин» предусмотрено использование справочных, иллюстративных и нормативных материалов, а также электронных образовательных ресурсов.

Кадровое обеспечение

Реализацию программы обеспечивает педагог дополнительного образования, обладающий не только профессиональными знаниями, но и компетенциями в организации и ведении образовательной деятельности объединения художественного направления, со средне-профессиональным или высшим образованием, стаж работы в данном учреждении и в данном направлении не менее 2 лет. Программа реализуется в учреждении более 10 лет и пользуется заслуженным спросом у родителей и детей.

2.3. Формы аттестации

Программой предусмотрено проведение следующих форм аттестации: опрос, текущий контроль, выполнение практически заданий, выступление на концерте, участие в конкурсах.

С момента поступления ребёнка в объединение проводится педагогический мониторинг с целью выявления уровня обучения и развития, формирования хореографических способностей, определения задач индивидуального развития: первичная диагностика (сентябрь), промежуточная аттестация (декабрь), итоговая проверка (апрель - май). Результаты позволяют отслеживать динамику образовательных, воспитательных и творческих результатов и оцениваются по 10-бальной систем.

Вводный контроль (первичная диагностика) проводится в начале учебного года для определения уровня подготовки учащихся. Форма проведения – педагогическое наблюдение.

Текущий контроль осуществляется в процессе проведения каждого учебного занятия и направлен на закрепление теоретического материала по изучаемой теме и на формирование практических умений. Форма проведения – педагогическое наблюдение, самооценка учащихся.

Промежуточный контроль (промежуточная аттестация) проводится один раз в год (декабрь - январь) в форме открытого занятия.

Итоговая проверка проводится в конце обучения при предъявлении ребёнком (в доступной ему форме) результата обучения, предусмотренного программой.

Формы выявления полученных знаний: собеседование, практические задания, открытые занятия, концерты, участие в конкурсных мероприятиях.

Формы итоговой аттестации – открытое занятие, участие в концертной программе.

2.4. Оценочные материалы

Контроль за освоением программы осуществляется при помощи мониторинга навыков и умений обучающихся по теории и практике (технические параметры): растяжка, гибкость, прыгучесть, координация и умение владеть своим телом, артистизм и выразительность, владение предметами.

Результаты оцениваются по уровневой системе:

- 1 – низкий уровень;
- 2 – средний уровень;
- 3 – высокий уровень.

2.5 Методические материалы

Занятия в рамках программы «Ритмика и джаз-модерн танец» ОАСТ «Апельсин» проводятся очно в составе группы.

Для достижения поставленной цели и реализации задач программы используются следующие **методы обучения:**

практические:

- игровой,
- переменный,
- повторный,
- метод последовательности,
- круговой тренировки.

наглядные:

- наглядно -слуховой,
- наглядно -зрительный,
- частично -поисковый,

репродуктивные:

- убеждение,
- поощрение,
- упражнение,
- стимулирование,
- мотивация.

Для достижения планируемых результатов при реализации программы «Ритмика и джаз-модерн танец» ОАСТ «Апельсин» используются **педагогические технологии:**

- технология группового обучения,
- технология дифференцированного обучения,
- технология коллективного взаимообучения,
- технология развивающего обучения,
- технология исследовательской деятельности,
- технология коллективной творческой деятельности,
- технология игровой деятельности,
- коммуникативная технология обучения,
- здоровье сберегающая технология,
- инновационная технология.

Алгоритм учебного занятия:

Каждое занятие состоит из трёх частей:

Вводная часть содержит организационный момент.

Основная часть является главной и занимает самое большое количество времени занятия.

Здесь учащиеся получают новые знания, переводят их в умения и навыки. Основную часть можно условно разделить на два блока – учебно-тренировочной работы (комплексы упражнений непосредственно обучающего и развивающего характера).

Заключительная часть:

Содержит подведение итогов занятия, его анализ, необходимые объявления, сопутствующую беседу, прощание.

Образовательный процесс органично сочетает в себе разучивание элементов, постановочную работу, показательные выступления. Большую роль на занятиях играет индивидуальный подход к каждому ребёнку, учитываются его природные хореографические данные, особенности характера.

Общим является **принцип** движения от простого к сложному, что предполагает постепенное:

- увеличение физической нагрузки и объёмов излагаемого материала;
- усложнение элементов;

Последовательность изложения тем и количество времени корректируется календарным планом и может быть изменено в зависимости от индивидуальных способностей детей.

В плане работы предусмотрены индивидуальные беседы с обучающимися по вопросам духовно -нравственного воспитания, результатам творческой деятельности.

Во время бесед уделяется большое внимание формированию у подрастающего поколения моральных принципов, общечеловеческих ценностей, правил поведения в обществе.

Важным условием для успешного усвоения программы является организация творческой атмосферы, что необходимо для возникновения отношений сотрудничества и взаимопонимания между педагогом и обучающимися между собой.

Предусмотрена работа с родителями, с родительским комитетом, что определённо облегчит развитие определённых традиций в коллективе, таких как торжественный приём в состав коллектива, чествования именинников, празднования определённых дат, поздравления по поводу успешных выступлений на конкурсах, окончания учебного года, выпуску учеников. В образовательную программу включены регулярные беседы с родителями для своевременного выявления проблем ребёнка. Вовлечение родителей в учебно-воспитательный процесс способствует увеличению его эффективности.

Список литературы для педагога:

1. Аверина И. Е. «Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ» -М. «Айрис - пресс» 2005
2. Базарова Н.П. и В.П. Мей, "Азбука классического танца", Издательство: RUGRAM, 2021 г.
3. Барышникова Т.М. «Азбука хореографии» - М. Айрис-пресс 2000 г.
4. Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях» - Киев 1985 г.
5. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - М. - Л., 1980.
6. Выготский Л.С. Педагогическая психология. - М., 1991.
7. Мазыкина Н.В , Н.В. Горкина «Растим патриотов» Методическое пособие по патриотическому воспитанию. УЦ «Перспектива», - М., 2011
8. Звездочкин В. . Классический танец. –Учебное пособие. Р.Доп «Феникс»2003г
9. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Этапы развития. Метод. Техника. - М.: 2015.
10. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В., «Учите детей танцевать» - М. 2004 г.
11. Слуцкая С. Л. «Танцевальная мозаика» - М. «Линка - пресс» 2006 г.
12. Семинары по Джаз танцу. – М., 2014, 2018, 2020 г.
13. Тарасова О. Г. Искусство балетмейстера. - ГИТИС, 2001.
14. Цорн А.Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии. 2-е изд., испр. – СПб.: Издательство «Планета музыки»; Издательство «Лань»,2011. – 544 с.: ил. – (Мир культуры, истории и философии)
15. Шарова Н.И. Детский танец. – СПб.: «Издательство Планета музыки»; Издательство «Лань», 2011. – 64 с. (+ вклейка, 8 с.; + DVD). – (Мир культуры, истории и философии).
16. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу. - М. «Владос» 2008.
17. В помощь хореографу - <https://vk.com/clubhoreograf>
18. Онлайн -семинары для хореографов - <https://vk.com/club185188305>
19. Хореографу в помощь - https://vk.com/horeograf_club

Список рекомендуемой литературы для детей и родителей.

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии». – М. Айрис-пресс, 2000 г.
2. Богданов Г.Ф. «Любительское (самодетельное) хореографическое творчество». Состояние, особенности развития, Издательство: Планета музыки, 2022 г.
3. Вербицкая А.В. «Основы сценического движения» - М.-1973 г.
4. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. - М., «Просвещение» 2006.
5. Выготский Л.С. Педагогическая психология - М., «Просвещение» 1991.
6. Гринберг Е.Я. «Растём красивыми» - Новосибирск 1992 г
7. Земская И.«Свет мой, зеркало, скажи» - Новосибирск 1984 г.

8. «История костюмов» М., Искусство , 1996 г.
9. Комарова Т.С. Дети в мире творчества. - М., 1995.
10. Макаренко А.С. Полное собрание сочинений в 7-ми томах. - М.,1950.
11. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать»: Учебное пособие. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003г.
13. Худеков С.Н. "Иллюстрированная история танца", Изд.: Просвещение-Союз, 2022 г.
14. [Эрар Огюст](#) "Фанни Эльслер. Жизнь танцовщицы. Парижская и петербургская критика о Фанни Эльслер. Учебное пособие, Издательство: [Планета музыки](#), 2022 г
15. В помощь хореографу - <https://horeograf.com>
16. Практикующий хореограф - <https://vk.com/>

Приложение

Календарно-тематическое планирование на 2025-2026 учебный год
дополнительной программы
«Ритмика и джаз-модерн танец» ОАСТ «Апельсин»
(7-9 лет)

№	Дата	Время проведения занятий	Форма занятия	Кол-во часов	Темы занятий	Место проведения	Форма контроля
1			Учебное занятие	2	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Сюжетно- ролевая игра «Звук ... как эхо».	Танцзал	Опрос
2			Учебное занятие	2	Ритмика. Партерная гимнастика. «Завалинка»-лексика.	Танцзал	Текущий контроль
3			Учебное занятие	2	Владимирские рожечники (ритмы и припевки).	Танцзал	Текущий контроль
4			Учебное занятие	2	Ритмика. Партерная гимнастика	Танцзал	Текущий контроль
5			Учебное занятие	2	Азбука классического танца	Танцзал	Текущий контроль
6			Учебное занятие	2	Элементы классического танца	Танцзал	Текущий контроль
7			Учебное занятие	2	Ритмика. Гимнастика.	Танцзал	Текущий контроль
8			Учебное занятие	2	Элементы движений «Завалинка».	Танцзал	Текущий контроль
9			Учебное занятие	2	Элементы движений. Постановочная работа «Завалинка»	Танцзал	Текущий контроль
10			Учебное занятие	2	Джаз-модерн танец. Лексика	Танцзал	Текущий контроль
11			Учебное занятие	2	Джаз-модерн танец. Элементы движений	Танцзал	Текущий контроль
12			Учебное занятие	2	Джаз-модерн танец. Элементы движений	Танцзал	Текущий контроль
13			Учебное занятие	2	Репетиционно- постановочная работа	Танцзал	Текущий контроль

14			Учебное занятие	2	Открытое занятие	Танцзал	Текущий контроль
15			Учебное занятие	2	Ритмика. Упражнения на растяжку	Танцзал	Текущий контроль
16			Учебное занятие	2	Импровизация.	Танцзал	Текущий контроль
17			Учебное занятие	2	Интегрированные занятия	Танцзал	Текущий контроль
18			Учебное занятие	2	Джаз-модерн танец. Элементы движений	Танцзал	Текущий контроль
19			Учебное занятие	2	Джаз-модерн танец. Элементы движений	Танцзал	Текущий контроль
20			Учебное занятие	2	Азбука классического танца. Знакомство со станком	Танцзал	Текущий контроль
21			Учебное занятие	2	Ритмика. Партерная гимнастика.	Танцзал	Текущий контроль
22			Учебное занятие	2	Элементы классического танца	Танцзал	Текущий контроль
23			Учебное занятие	2	Джаз-модерн танец. Элементы движений	Танцзал	Текущий контроль
24			Учебное занятие	2	Игры Владимирского края	Танцзал	Текущий контроль
25			Учебное занятие	2	Разучивание движений. Постановочная работа «Ералаш»	Танцзал	Текущий контроль
26			Учебное занятие	2	Постановочная работа «Ералаш»	Танцзал	Текущий контроль
27			Учебное занятие	2	Постановочная работа «Ералаш»	Танцзал	Текущий контроль
28			Учебное занятие	2	«Фентези-данс» с элементами импровизации (слушаем-сочиняем).	Танцзал	Текущий контроль
29			Учебное занятие	2	Ритмика. Партерная гимнастика. Элементы йоги.	Танцзал	Текущий контроль

30			Учебное занятие	2	Разучивание движений. Постановочная работа «Ералаш»	Танцзал	Текущий контроль
31			Учебное занятие	2	Контрольное занятие. Аттестация.	Танцзал	Текущий контроль
32			Учебное занятие	2	Лексика танца «Варежка».	Танцзал	Текущий контроль
33			Учебное занятие	2	Лексика танца «Варежка».	Танцзал	Текущий контроль
34			Учебное занятие	2	Разучивание элементов движений.	Танцзал	Текущий контроль
35			Учебное занятие	2	Инструктаж по ТБ Партер. Элементы йоги.	Танцзал	Текущий контроль
36			Учебное занятие	2	Отработка элементов движений «Ералаш»	Танцзал	Текущий контроль
37			Учебное занятие	2	Отработка элементов движений «Ералаш»	Танцзал	Текущий контроль
38			Учебное занятие	2	«Фентези-данс» с элементами импровизации.	Танцзал	Текущий контроль
39			Учебное занятие	2	Разучивание элементов движений.	Танцзал	Текущий контроль
40			Учебное занятие	2	Постановочная работа «Ералаш»	Танцзал	Текущий контроль
41			Учебное занятие	2	Азбука классического танца. Demi plié, releve	Танцзал	Текущий контроль
42			Учебное занятие	2	Разучивание элементов классического танца	Танцзал	Текущий контроль
43			Учебное занятие	2	Отработка элементов движений. «Варежка».	Танцзал	Текущий контроль
44			Учебное занятие	2	Партерная гимнастика	Танцзал	Текущий контроль
45			Учебное занятие	2	Разучивание элементов классического танца	Танцзал	Текущий контроль

46			Учебное занятие	2	Работа у гимнастического станка, на середине зала.	Танцзал	Текущий контроль
47			Учебное занятие	2	Постановочная работа	Танцзал	Текущий контроль
48			Учебное занятие	2	Сюжетно- ролевые игры.	Танцзал	Текущий контроль
49			Учебное занятие	2	Отработка «Ералаш»	Танцзал	Текущий контроль
50			Учебное занятие	2	Партерная гимнастика. Элементы йоги.	Танцзал	Текущий контроль
51			Учебное занятие	2	Ритмика. Партерная гимнастика.	Танцзал	Текущий контроль
52			Учебное занятие	2	Упражнения на растяжку	Танцзал	Текущий контроль
53			Учебное занятие	2	Постановочная работа «Варежка»	Танцзал	Текущий контроль
54			Учебное занятие	2	Танцевальные Элементы Джаз-модерна танца	Танцзал	Текущий контроль
55			Учебное занятие	2	Танцевальные Элементы Джаз-модерна танца	Танцзал	Текущий контроль
56			Учебное занятие	2	Разучивание элементов движений	Танцзал	Текущий контроль
57			Учебное занятие	2	Постановочная работа	Танцзал	Текущий контроль
58			Учебное занятие	2	Постановочная работа «Ералаш»	Танцзал	Текущий контроль
59			Учебное занятие	2	«Фентези-данс» с элементами импровизации.	Танцзал	Текущий контроль
60			Учебное занятие	2	Правила ТБ. Ритмика	Танцзал	Текущий контроль

61			Учебное занятие	2	Открытое занятие	Танцзал	Текущий контроль
62			Учебное занятие	2	Упражнения на растяжку. Элементы йоги.	Танцзал	Текущий контроль
63			Учебное занятие	2	Ритмика. Партерная гимнастика	Танцзал	Текущий контроль
64			Учебное занятие	2	Постановочная работа «Завалинка»- отработка.	Танцзал	Текущий контроль
65			Учебное занятие	2	Постановочная работа	Танцзал	Текущий контроль
66			Учебное занятие	2	Ритмические упражнения под музыку	Танцзал	Текущий контроль
67			Учебное занятие	2	Партерная гимнастика	Танцзал	Текущий контроль
68			Учебное занятие	2	Репетиционно-постановочная работа.	Танцзал	Текущий контроль
69			Учебное занятие	2	Репетиционно-постановочная работа.	Танцзал	Текущий контроль
70			Учебное занятие	2	Отработка танцевальной композиции	Танцзал	Текущий контроль
71			Учебное занятие	2	Аттестация.	Танцзал	Текущий контроль
72			Учебное занятие	2	Отчётный концерт	ДК им. Ленина	Текущий контроль
ИТОГО				144			

**Календарно-тематическое планирование на 2025-2026 учебный год
дополнительной программы
«Ритмика и джаз-модерн танец» ОАСТ «Апельсин»
(9-10 лет)**

№	Группа	Дата	Время проведения занятий	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	2			Учебное занятие	2	Вводные занятия. Правила техники безопасности. Партер.	Танцзал	Опрос, текущий контроль
2.	2			Учебное занятие	2	Ритмика. Партерная гимнастика.	Танцзал	Текущий контроль, опрос, практическое задание
3.	2			Учебное занятие	2	Историческое прошлое земли Владимирской.	Танцзал	Опрос
4.	2			Учебное занятие	2	Игровые технологии. Тема: «Мои летние приключения».	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
5.	2			Учебное занятие	2	Интегрированные занятия: «Фентези-данс» с элементами импровизации.	Танцзал	Практическое задание
6.	2			Учебное занятие	2	Азбука классического танца	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
7.	2			Учебное занятие	2	Танцевальная гимнастика.	Танцзал	практическое задание Практическое задание
8.	2			Учебное занятие	2	Репетиционно-постановочная работа: ««Джескалс»»	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
9.	2			Учебное занятие	2	Классический тренаж.	Танцзал	Практическое задание
10.	2			Учебное занятие	2	Ритмика. Партерная гимнастика.	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
11.	2			Учебное занятие	2	Танцы народов мира. ««Джескалс» - лексика.	Танцзал	Практическое задание

12.	2			Учебное занятие	2	Танцевальная гимнастика.	Танцзал	Практическое задание
13.	2			Учебное занятие	2	Репетиционно-постановочная работа: «Джескалс».	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
14.	2			Учебное занятие	2	Азбука классического танца.	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
15.	2			Учебное занятие	2	Азбука классического танца	Танцзал	Практическое задание опрос
16.	2			Учебное занятие	2	Репетиционно-постановочная работа: «Джескас» - лексика.	Танцзал	Практическое задание
17.	2			Учебное занятие	2	Постановочная работа	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
18.	2			Учебное занятие	2	Ритмика. Партерная гимнастика.	Танцзал	практическое задание Практическое задание
19	2			Учебное занятие	2	Подготовка к участию в конкурсах.	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
20	2			Учебное занятие	2	Постановочная работа «Джескас» - лексика.	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
21	2			Учебное занятие	2	Интегрированные занятия: «Фентези-данс» с элементами импровизации. «Этюды» на заданную тему.	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
22	2			Учебное занятие	2	Классический тренаж.	Танцзал	Практическое задание
23	2			Учебное занятие	2	Танцевальная гимнастика. Классическая аэробика.	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание

24	2			Учебное занятие	2	Танцевальная гимнастика. «Джескас» - лексика.	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
25	2			Учебное занятие	2	Танцевальная гимнастика.	Танцзал	Практическое задание
26	2			Учебное занятие	2	Танцевальная гимнастика.	Танцзал	Практическое задание
27	2			Учебное занятие	2	Танцевальная гимнастика. «Джескас» - лексика.	Танцзал	практическое задание
28	2			Учебное занятие	2	Ритмика. Партерная гимнастика	Танцзал	Практическое задание
29	2			Учебное занятие	2	Партерная гимнастика. Элементы йоги.	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
30	2			Учебное занятие	2	Ритмика. Партерная гимнастика.	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
31	2			Учебное занятие	2	Партерная гимнастика. Классическая аэробика.	Танцзал	Практическое задание
32	2			Учебное занятие	2	Танцевальная гимнастика. Классическая аэробика.	Танцзал	Практическое задание
33	2			Учебное занятие	2	Танцевальная гимнастика. Классическая аэробика.	Танцзал	Практическое задание
34	2			Учебное занятие	2	Аттестация	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
35	2			Учебное занятие	2	Правила техники безопасности. Танцевальная гимнастика.	Танцзал	Практическое задание

36	2			Учебное занятие	2	Джаз-модерн танец /лексика /. Танец «Ералаш».	Танцзал	Практическое задание
37	2			Учебное занятие	2	Ритмика. Партерная гимнастика.	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
38	2			Учебное занятие	2	Джаз-модерн танец /лексика /. «Ералаш»	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
39	2			Учебное занятие	2	Интегрированные занятия: с элементами импровизации. Джаз-модерн танец.	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
40	2			Учебное занятие	2	Ритмика. Партерная гимнастика, элементы йоги.	Танцзал	Практическое задание
41	2			Учебное занятие	2	Ритмика. Партерная гимнастика. Элементы йоги.	Танцзал	Практическое задание
42	2			Учебное занятие	2	Репетиционно-постановочная работа: «Ералаш».	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
43	2			Учебное занятие	2	Джаз-модерн танец /лексика /. Танец «Клубочек»	Танцзал	Практическое задание
44	2			Учебное занятие	2	Ритмика. Танцевальная гимнастика.	Танцзал	Практическое задание
45	2			Учебное занятие	2	Репетиционно-постановочная работа: «Клубочек».	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
46	2			Учебное занятие	2	Ритмика. Танцевальная гимнастика.	Танцзал	практическое задание

47	2			Учебное занятие	2	Ритмика. Танцевальная гимнастика, элементы йоги.	Танцзал	Практическое задание
48	2			Учебное занятие	2	Классический тренаж середина.	Танцзал	Практическое задание
49	2			Учебное занятие	2	Классический тренаж середина.	Танцзал	Практическое задание
50	2			Учебное занятие	2	«Ералаш» - постановочная работа.	Танцзал	Практическое задание
51	2			Учебное занятие	2	Партерная гимнастика.	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
52	2			Учебное занятие	2	Танцевальная гимнастика	Танцзал	Практическое задание
53	2			Учебное занятие	2	Азбука классического танца /работа у станка/.	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
54	2			Учебное занятие	2	Джаз-модерн танец- элементы.	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
55	2			Учебное занятие	2	Джаз-модерн танец.	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
56	2			Учебное занятие	2	Танцевальная гимнастика.	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
57	2			Учебное занятие	2	Ритмика. Танцевальная гимнастика. Стретчинг.	Танцзал	Практическое задание

58	2			Учебное занятие	2	Интегрированные занятия: Тема: «Своё видение заключительной части танца «Клубочек».	Танцзал	Практическое задание
59	2			Учебное занятие	2	Классический тренаж середина.	Танцзал	Практическое задание
60	2			Учебное занятие	2	Джаз-модерн танец.	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
61	2			Учебное занятие	2	Репетиционно-постановочная работа: «Клубочек».	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
62	2			Учебное занятие	2	«Ералаш».	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
63	2			Учебное занятие	2	Классический тренаж - станок.	Танцзал	Практическое задание
64	2			Учебное занятие	2	«Ералаш»	Танцзал	Практическое задание
65	2			Учебное занятие	2	Танцевальная гимнастика.	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
66	2			Учебное занятие	2	Танцевальная гимнастика.	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
67	2			Учебное занятие	2	Танцевальная гимнастика.	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
68	2			Учебное занятие	2	Танцевальная гимнастика.	Танцзал	Практическое задание
69	2			Учебное занятие	2	Репетиционно-постановочная работа: «Клубочек», «Ералаш».	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание

70	2			Учебное занятие	2	Репетиционно-постановочная работа.	Танцзал	Текущий контроль, практическое задание
71	2			Учебное занятие	2	Аттестация.	Танцзал	Текущий контроль
72	2			Учебное занятие	2	Итоговые занятия. Аттестация.	Танцзал	Выступление
Всего:					144			