

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр дополнительного образования»

Принята на заседании  
Педагогического совета

Протокол №1  
от 02 сентября 2024 г.

Утверждаю  
Директор МБУДО «ЦДО»

 Е. В. Володина  
Приказ № 45 от 02 сентября 2024 г.

Дополнительная  
общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Аэробика»

---

Уровень освоения программы

стартовый

Возраст обучающихся: 8 - 14 лет  
Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель:  
педагог дополнительного образования  
Спивак Алина Андреевна

## **Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:**

### **Пояснительная записка**

Программа «Аэробика» является дополнительной образовательной общеразвивающей программой и разработана в соответствии с:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года с изменениями от 29.12.2022;
- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р, утвердившем Концепцию развития дополнительного образования детей до 2030 года;
- Государственной программой РФ «Развитие образования» на 2013-2020 гг (Постановление Правительства РФ № 295 от 15.04.2014 г.);
- СанПином 2.43648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи», утверждённый постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года №28;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. N 629 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 года N 652н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых"»;
- Положением ЦДО «О порядке разработки, оформления и утверждения дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы МБУДО «ЦДО» №3 от 20.04.2023г. - Письмом Минобрнауки РФ от 18.11.2015г.№09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые). - Планом основных мероприятий до 2020 года, проводимых в рамках Десятилетия детства (от 6 июля 2018г. №1375-р);
- Федеральный приоритетным проектом «Успех каждого ребенка» от 26 декабря 2017 № 1642.

При создании данной программы была использована дополнительная общеобразовательная программа «Искусство танца» автора Маркиной М.Д., «Я танцую» автора Протасова Т.В.

Музыка и движение – трудно назвать более универсальное средство эстетического и нравственного воспитания ребёнка. Движение облегчает восприятие музыки, а музыка помогает запомнить движение. Всё это постепенно воспитывает у детей любовь к музыке, чувство ритма, музыкальную память, развивает эстетический вкус.

В каждом виде исполнительства дети выполняют посильные самостоятельные и творческие задания, которые способствуют развитию их воображения, фантазии, уверенности в себе, в своих силах.

**Новизна программы** состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, ритмику, элементы классического, народно-сценический и современный танцев. Предполагается участие в концертных программах Центра, а также районных мероприятиях.

**Направленность программы:** физкультурно-спортивная.

**Уровень освоения программы:** стартовая.

**Актуальность:** данная программа поможет сформировать у детей начальные навыки танцевальной техники, настойчивость в достижении результата, выдержку, умение контролировать свои движения, действовать в коллективе, создавать условия для самореализации и развития талантов детей, а также воспитание высоко нравственной, гармонично развитой и социально-ответственной личности.

**Отличительные особенности программы:**

развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений, составляющих основу детских танцев); развитию творческих способностей личности в процессе игры;  
формирование у детей способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца.

**Адресат программы:** В группу входят учащиеся 8 – 14 лет, набор в группу свободный, по желанию учащихся. Все обучающиеся при поступлении в объединение, предоставляют медицинскую справку о допуске к занятиям.

Для детей с ограниченными возможностями здоровья образовательные услуги предоставляются по индивидуальному плану.

**Объём программы:** 144 часа – 1 год обучения.

**Форма обучения:** очная

**Формы обучения и виды занятий по программе:** групповые и индивидуально - групповые занятия, со всей группой одновременно и с участниками конкретного танца. Срок освоения программы: 1 год

**Режим занятий:** занятия проводятся 2 раза в неделю по 40 минут с перерывом 10 минут между занятиями.

**Цель и задачи программы:**

- **Цель программы:** Сформировать у обучающихся потребность к занятиям спортом и ведению здорового образа жизни.

**Задачи программы 1 года обучения**

*Предметные:*

научить ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки;  
обучить элементарным двигательным навыкам, добиваясь простоты, естественности и выразительности исполнения танцевальных движений;  
сформировать первоначальные хореографические навыки.

*Метапредметные:*

развивать простейшую координацию;  
развивать хореографическую память, внимание, выдержку;  
развивать музыкальные и творческие способности детей с учетом возможностей каждого ребёнка по средствам музыкально – ритмических движений.

*Личностные:*

вызвать интерес к танцевальному искусству; воспитывать музыкальную культуру;  
способствовать гармоничному развитию души и тела ребенка;  
прививать навыки личной гигиены; воспитывать уважительное отношение к педагогам и друг к другу.

## Планируемые результаты 1 года обучения

### Предметные.

научатся ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки;  
обучатся элементарным двигательным навыкам, добиваясь простоты, естественности и выразительности исполнения танцевальных движений; будут сформированы первоначальные хореографические навыки;

научатся различать направления хореографического искусства (классический танец, народносценический танец, эстрадный и детский танцы).

### Метапредметные:

будут развиты простейшая координация, хореографическая память, внимание, выдержка;  
музыкальные и творческие способности детей с учетом возможностей каждого ребёнка по средствам музыкально – ритмических движений.

### 3. Личностные:

будет привит интерес к танцевальному искусству;

получат развитие личностных качеств обучающихся (терпение, желание добиться хорошего результата, настойчивость), овладеют умением проявлять свою индивидуальность, выработают свой образ.

## Программой предусмотрено формирование универсальных учебных действий:

*Личностные:* учащийся осознаёт смысл учения и понимает личную ответственность за будущую работу; учащийся способен к волевому усилию; ребёнок умеет адекватно реагировать на трудности и не боится делать ошибку.

*Регулятивные:* учащийся перед тем, как начать действовать определяет последовательность действий; у учащегося сформирован внутренний план действий.

*Познавательные:* ребёнок умеет слышать и слушать информацию.

## Учебно-тематический план 1 год обучения.

| №п/п | Тема                            | Количество часов |            |                | Формы аттестации/контроля |
|------|---------------------------------|------------------|------------|----------------|---------------------------|
|      |                                 | Теория           | Практика   | Всего          |                           |
| 1    | Вводное занятие.<br>Знакомство  | 1                | 1          | 2              | Прослушивание             |
| 2    | Комплекс ритмической гимнастики | 10               | 28         | 38             | Наблюдение                |
| 3    | Фитбол-аэробика                 | 8                | 96         | 104            | Наблюдение                |
|      | <b>Итого:</b>                   | <b>19</b>        | <b>125</b> | <b>144часа</b> |                           |

## Содержание программы

**Введение. Техника безопасности.** Знакомство с детьми. Введение в образовательную программу «Аэробика», Сведения о форме занятий, о требованиях к внешнему виду.

В игровой форме знакомство с понятием «танец», центр танцевального зала, рисунок танца (прямые горизонтальные и вертикальные линии, круг).

Знакомство с правилами поведения и распорядком в МБОУ ДО ЦДО, в танцевальном зале, сведения по технике безопасности. **Комплекс ритмической гимнастики.**

Теория:

Базовые упражнения ритмической гимнастики

Практика:

- с обручами
- с элементами танцев
- на ковриках

**Стретчинг, система дыхания**

Теория:

Упражнение на растяжку

Практика:

- сгибание – разгибание
- наклоны
- повороты
- вращения
- махи

**Силовые упражнения для мышц рук**

Теория:

Базовые упражнения для мышц рук

Практика:

- отжимание
- планка

**Базовые шаги аэробики:**

Теория:

Техника базовых шагов

Практика:

- ходьба
- бег
- подскоки

**Фитбол- аэробика . Осанка, система дыхания.**

Теория:

Техника базовых шагов.

Практика:

- шаг-касание
- марш
- партерные упражнения для развития силы мышц
- упражнения на формирование правильной осанки
- махи ноги врозь

**Итоговое занятие.**

Занятие по исследованию результативности. Подведение итогов.

**Продолжительность учебного года по дополнительному образованию детей:** 36 недель.

Начало учебных занятий по дополнительному образованию детей - 01 октября 2024 года.

Окончание учебных занятий - 18 июня 2025 года.

**Каникулы:** зимние с 30 декабря по 13 января.

**Режим занятий:** занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана на 1 год обучения в неделю составляет: 2 занятия по 40 минут. Перерыв для отдыха между каждым занятием 10 минут. Консультации для родителей проводятся по запросу.

Условия реализации программы

Для выполнения данной программы необходимо специально оборудованный кабинет, в котором имеется: компьютер, музыкальные колонки, станок, зеркала, обручи, скакалки, ковры.

### **Формы аттестации контроля**

По положению «Об аттестации обучающихся МБУДО «Центр дополнительного образования» аттестация обучающихся по программе «Аэробика» проводится 2 раза в учебном году: в конце первого полугодия, в конце второго полугодия. Результат аттестации фиксируются на 5-ти уровнях:

- неудовлетворительно (балл - 1)
- минимальный (балл – 2)
- базовый (балл – 3) - повышенный (балл - 4) - творческий (балл- 5).

### **Результат аттестации фиксируется на 5 уровнях:**

уровень (неудовлетворительно) - обучающийся не выполняет работу, не владеет терминами. Не приходит на занятие, не имея на то уважительной причины.

уровень (минимальный) – обучающийся выполняет работу только с педагогом, не владеет терминами. Не может самостоятельно выполнять танцевальные движения, не успевает за другими учащимися.

уровень (базовый) – обучающийся выполняет работу только с педагогом, теоретические знания почти отсутствуют, путает танцевальные движения, движения выполняет только по образцу.

уровень (повышенный) – обучающийся имеет представление о координации движений, владеет терминами. Танцевальные движения выполняет практически самостоятельно, редко обращаясь к педагогу, может самостоятельно станцевать в коллективе.

5уровень (творческий) – самостоятельное выполнение работы, помощь другим учащимся, владение терминами, применение теоретических знаний на практике, аргументированная точка зрения, имеет высокие результаты и достижения.

### **Алгоритм учебного занятия:**

Подготовительная часть (разминка) Разминка.

Основная часть (разучивание нового материала) Разучивание отдельных элементов, движений.

Заключительная часть (закрепление выученного материала)

Повторение танцевальных элементов воспитанниками с помощью педагога.

Анализ.

Занятия в объединении направлены на общее развитие учащихся, на приобретение устойчивого интереса к занятиям танцами в дальнейшем, но не может дать детям профессиональной хореографической подготовки. Поэтому учебный материал включают в себя лишь элементы видов танцев, объединенных в отдельные танцевально тренировочные комплексы, игры и танцевальные композиции.

Работа ведется определенными периодами – циклами. В течение месяца педагог разучивается детьми материал одного из разделов. Первая неделя цикла отводится освоению новых знаний. Вторая – повторению пройденного материала с некоторыми усложнениями, дополнениями. Третья, четвертая – окончательному закреплению пройденного материала. Такой метод позволяет детям более последовательно и осмысленно вживаться в изучаемый материал. Но при этом ошибочно рассматривать отдельные разделы, как наиболее ответственные и главные, т. к. освоение программы зависит от общей суммы знаний и навыков.

Кроме основных разделов занятия включают в себя упражнения на развитие ориентирования в пространстве, ритмическую разминку на развитие групп мышц и подвижность суставов, вспомогательные и координирующие упражнения, упражнения с предметами, упражнения на импровизацию.

Показатели качества усвоения ребёнком программного материала:

1. Умение двигаться в соответствии с характером музыки.
2. Развитие чувство ритма, умение определять на слух музыкальные жанры.
3. Умение выполнять импровизацию под музыку, придумывая танцевальные движения в соответствии с образом
4. Развитые двигательные навыки: координация движения, точность выполнения танцевальных движений, пластичность.
5. Слаженная работа в коллективе: умение вести себя в паре, в коллективе.

Выход результатов: выступление на праздниках торжественных и тематических, показательное выступление перед родителями, участие в конкурсах.

Педагогические технологии, используемые в программе: технология коллективного сотрудничества; здоровьесберегающая.

Укрепление здоровья и гармоничное развитие форм и функций организма занимающихся. Формирование правильной осанки и гимнастического стиля выполнения упражнений.

Методы занятий:

Словесный (объяснения, замечания). Наглядный (личный показ педагога). Практический (выполнение движений). Методы.

Индивидуально-дифференцированный подход, физические нагрузки дозируются с учётом возрастных особенностей и физической подготовленности детей. Педагогами используются методики чередования интенсивности и релаксации в обучении.

Фронтальный метод позволяет следить за действиями всех одновременно, используя в ходе разучивания простых движений, когда обучающиеся способны сразу овладеть показанными упражнениями, обеспечивает большую плотность занятий.

Групповой метод позволяет объединять обучающихся в малые группы по уровню их подготовленности, варьируя степень нагрузки и интенсивность выполнения упражнений. Индивидуальный метод обеспечивает индивидуальный подход к обучающимся, позволяет исправлять ошибки, воспитывает навык самостоятельных занятий.

### Календарно-учебный график на 1 год обучения

| № п/п  | Месяц   | Число | Время проведения | Форма занятия                        | Кол-во часов | Тема   | Форма контроля |
|--|---------|-------|------------------|--------------------------------------|--------------|--|----------------|
| 1  | Октябрь |       |                  | Беседа                               | 2            | <b>Вводное занятие.</b><br>Техника безопасности.           | Прослушивание  |
| <b>Комплекс ритмической гимнастики (38 ч.)</b> |         |       |                  |                                      |              |  |                |
|  |         |       |                  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2            | Разучивание базовых шагов аэробики.                        | Наблюдение     |
|  |         |       |                  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2            | Разучивание новых движений March.                          | Наблюдение     |
|  |         |       |                  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2            | Упражнения на ноги, силу и гибкость.                       | Наблюдение     |
|  |         |       |                  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2            | Разучивание новых движений Mambo.                          | Опрос          |
|  |         |       |                  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2            | Упражнение для растяжки и формирования танцевального шага. | Наблюдение     |
|  |         |       |                  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2            | Упражнение для ног.  | Наблюдение     |
|  |         |       |                  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2            | Общеразвивающие упражнения без предметов.                  | Наблюдение     |
|  |         |       |                  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2            | Общеразвивающие упражнения с предметом – с мячом           | Наблюдение     |
|  |         |       |                  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2            | Разучивание новых движений для гибкости.                   | Наблюдение     |
| 2  | Ноябрь  |       |                  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2            | Повторение всех изученных элементов.                       | Наблюдение     |
|  |         |       |                  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2            | Повторение всех изученных элементов.                       | Наблюдение     |
|  |         |       |                  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2            | Построение.<br>Синхронность выполнения.                    | Наблюдение     |
|  |         |       |                  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2            | Разучивание новых движений Cross.                          | Наблюдение     |

|   |         |  |  |                                      |   |  |                                 |
|---|---------|--|--|--------------------------------------|---|--|---------------------------------|
|   |         |  |  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Упражнения на<br>укрепление мышц<br>тазового пояса,<br>бедер, ног. | Наблюдение                      |
|   |         |  |  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Упражнения на<br>гибкость.   | Наблюдение                      |
|   |         |  |  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Упражнения на<br>гибкость.   | Наблюдение                      |
|   |         |  |  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Повторение всех<br>изученных элементов.                            | Наблюдение                      |
| 3 | Декабрь |  |  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Повторение всех<br>изученных элементов.                            | Наблюдение                      |
|   |         |  |  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2 |  | Промежуточ<br>ная<br>аттестация |

**Фитбол-аэробика.**

**Осанка, система дыхания. (104 ч.)**

|   |        |  |  |                                     |   |   |            |
|---|--------|--|--|-------------------------------------|---|---|------------|
|   |        |  |  |                                     | 2 | Знакомство с танцем<br>«Фитбол-аэробика». | Наблюдение |
|   |        |  |  | Учебно-<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Разучивание<br>движений «Бег<br>Джог».    | Наблюдение |
|   |        |  |  | Учебно-<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Разучивание<br>движений Ни Ап.            | Наблюдение |
|   |        |  |  | Учебно-<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Разучивание движений<br>Джек.             | Наблюдение |
|   |        |  |  | Учебно-<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Синхронность<br>выполнения движений.      | Наблюдение |
|   |        |  |  | Учебно-<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Постановка танца.<br>Его разбор.          | Наблюдение |
| 4 | Январь |  |  | Учебно-<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Разучивание движений<br>Ланч.             | Наблюдение |
|   |        |  |  | Учебно-<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Разучивание движений<br>Скип.             | Наблюдение |
|   |        |  |  | Учебно-<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Разучивание движений<br>Кик.              | Наблюдение |
|   |        |  |  | Учебно-<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Разучивание движений<br>Фан Кик.          | Наблюдение |

|   |         |  |  |                                |   |  |            |
|---|---------|--|--|--------------------------------|---|--|------------|
|   |         |  |  | Учебно-тренировочное занятие   | 2 | Синхронность выполнения движений.              | Наблюдение |
|   |         |  |  | Учебно-тренировочное занятие   | 2 | Постановка танца. Его разбор.                  | Наблюдение |
| 5 | Февраль |  |  | Учебно-тренировочное занятие   | 2 | Силовые упражнения.                            | Наблюдение |
|   |         |  |  | Учебно-тренировочное занятие   | 2 | Упражнения на растяжку.                        | Наблюдение |
|   |         |  |  | Учебно-тренировочное занятие   | 2 | Разучивание движений.                          | Наблюдение |
|   |         |  |  | Учебно-тренировочное занятие   | 2 | Разучивание движений.                          | Наблюдение |
|   |         |  |  | Учебно-тренировочное занятие   | 2 | Синхронность выполнения движений.              | Наблюдение |
|   |         |  |  | Учебно - тренировочное занятие | 2 | Постановка танца. Разбор. Работа над ошибками. | Наблюдение |
|   |         |  |  | Учебно-тренировочное занятие   | 2 | Упражнения на все группы мышц.                 | Наблюдение |
|   |         |  |  | Учебно - тренировочное занятие | 2 | Повторение всех изученных элементов.           | Наблюдение |
| 6 | Март    |  |  | Учебно-тренировочное занятие   | 2 | Разучивание движений.                          | Наблюдение |
|   |         |  |  | Учебно-тренировочное занятие   | 2 | Разучивание движений.                          | Наблюдение |
|   |         |  |  | Учебно-тренировочное занятие   | 2 | Разучивание движений.                          | Наблюдение |
|   |         |  |  | Учебно-тренировочное занятие   | 2 | Синхронность выполнения движений.              | Наблюдение |
|   |         |  |  | Учебно - тренировочное занятие | 2 | Постановка танца. Его разбор.                  | Наблюдение |
|   |         |  |  | Учебно - тренировочное занятие | 2 | Разучивание движений.                          | Наблюдение |

|   |        |  |  |                                      |   |                                      |                                 |
|---|--------|--|--|--------------------------------------|---|--------------------------------------|---------------------------------|
|   |        |  |  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Разучивание<br>движений.             | Наблюдение                      |
|   |        |  |  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Разучивание<br>движений.             | Наблюдение                      |
| 7 | Апрель |  |  | Учебно-<br>тренировочное<br>занятие  | 2 | Разучивание<br>движений.             | Наблюдение                      |
|   |        |  |  | Учебно-<br>тренировочное<br>занятие  | 2 | Синхронность<br>выполнения движений. | Наблюдение                      |
|   |        |  |  | Учебно-<br>тренировочное<br>занятие  | 2 | Постановка танца.<br>Его разбор.     | Наблюдение                      |
|   |        |  |  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Упражнения на<br>гибкость, силу.     | Наблюдение                      |
|   |        |  |  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Упражнения на<br>гибкость.           | Наблюдение                      |
|   |        |  |  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Разучивание<br>движений.             | Наблюдение                      |
|   |        |  |  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Разучивание<br>движений.             | Наблюдение                      |
|   |        |  |  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Синхронность<br>выполнения движений. | Наблюдение                      |
|   |        |  |  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Постановка танца.<br>Его разбор.     | Наблюдение                      |
|   |        |  |  | Учебно -<br>тренировочное<br>занятие | 2 | Разучивание<br>движений.             | Промежуточ<br>ная<br>аттестация |
| 8 | Май    |  |  | Учебно-<br>тренировочное<br>занятие  | 2 | Разучивание<br>движений.             | Наблюдение                      |
|   |        |  |  | Учебно-<br>тренировочное<br>занятие  | 2 | Разучивание<br>движений.             | Наблюдение                      |
|   |        |  |  | Учебно-<br>тренировочное<br>занятие  | 2 | Разучивание<br>движений.             | Наблюдение                      |
|   |        |  |  | Учебно-<br>тренировочное<br>занятие  |   | Упражнения на<br>развитие гибкости.  | Наблюдение                      |

|              |      |  |                              |                     |  |                      |
|--------------|------|--|------------------------------|---------------------|--|----------------------|
|              |      |  | Учебно-тренировочное занятие | 2                   | Парные упражнения на гибкость.           | Наблюдение           |
|              |      |  | Учебно-тренировочное занятие | 2                   | Упражнения на все группы мышц.           | Наблюдение           |
|              |      |  | Учебно-тренировочное занятие | 2                   | Упражнения сидя и лежа.                  | Наблюдение           |
|              |      |  | Учебно-тренировочное занятие | 2                   | Повторение упражнений.                   | Наблюдение           |
|              |      |  | Учебно-тренировочное занятие | 2                   | Повторение упражнений.                   | Наблюдение           |
| 9            | Июнь |  | Учебно-тренировочное занятие | 2                   | Синхронность выполнения движений.        | Наблюдение           |
|              |      |  | Учебно-тренировочное занятие | 2                   | Постановка танца. Его разбор.            | Наблюдение           |
|              |      |  | Учебно-тренировочное занятие | 2                   | Разучивание танца «Ласточка».            | Наблюдение           |
|              |      |  | Учебно-тренировочное занятие | 2                   | Разбор всех элементов танца.             | Наблюдение           |
|              |      |  | Учебно-тренировочное занятие | 2                   | Синхронность выполнения.                 | Наблюдение           |
|              |      |  | Учебно-тренировочное занятие | 2                   | Итоговая аттестация<br>Итоговое занятие. | Отчетное выступление |
| <b>ИТОГО</b> |      |  |                              | <b>144<br/>часа</b> |  |                      |

### Список литературы.

Для педагога:

Базарова Н. «Азбука классического танца» М.: Искусство, 1983.

Бриске И.Э. «Основы детской хореографии» 1,2 часть. Челябинск, 2012.

Коренева Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли 1,2 часть. Владос, 2002.

Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. М.: Академия, 1999.

Михайлова М.А., Воронина Н.В. «Танцы, игры, упражнения для красивого движения», в помощь музыкальным руководителям, воспитателям и родителям, издательство «Академия развития», 2004.

Пинаева Е.А. Ритмика 1,2 часть; Пермь, 1997.

Полонский В. Терминология классического танца. Смоленск, 1999.

Интернет-ресурсы для педагога

1. <http://www.perluna-detyam.com.ua/forum/vse-dlya-khoreografa/413-knigi-po-detskim-tantsam-i-khoreografii.html?limit=6&start=18>( детский портал)

2. <http://ru.wikipedia.org/wiki/%d0%a5%d0%be%d1> (хореография) <http://www.musical-sad.ru/forum/10-67-1>( образовательный портал)
3. <http://www.bestreferat.ru/referat-388596.html> ( развитие чувства ритма у дошкольников)
4. <http://www.razym.ru/83628-xoreografiya-dlya-samix-malenkix.html>" (Л. Н. Барабаш, Хореография для самих маленьких)

Для обучающихся:

Баранов П.Б. Развитие артистизма у детей в детских хореографических коллективах//Дополнительное образование. 2003.№11. с.12-20

Бореев Ю.Б. «Эстетика». М. Высшая школа, 2002, с. 511.

Браиловская Л.В. «Самоучитель по танцам». Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.

Васильева Т.К. «Секрет танца». Санкт-Петербург: Диамант, 1997.

Новиков С.Ю. «Любимые праздники». М. АСТ - ПРЕСС СКД, 2003.

Смирнова М.В. «Классический танец». Выпуск 3. М., 1988.

Шишкина В.А. «Движение + движение». М. Просвещение, 1992.

#### Календарно - тематический план по воспитательной работе на 2024-2025 учебный год

| Срок    | Темы   | Форма проведения                                  |
|---------|--|---|
|         | «Правила поведения в детском объединении, общественных местах» | Беседа.   |
|         | «Правила безопасности на дороге»                               | Беседа. Инструктаж правил ТБ на дороге.           |
| Октябрь | «Красивая осанка»  | Беседа.   |
| Ноябрь  | «Внимание дети!»   | Беседа. Инструктаж правил ТБ поведения на дороге. |
|         | «Пожарная безопасность»  | Беседа.   |
|         | «День матери»  | Беседа.   |
| Декабрь | «О пользе витаминов»   | Беседа.   |
| Январь  | «Правила о гигиене»  | Беседа.   |
| Февраль | «Мы помним! Мы гордимся!»                                      | Беседа.   |
| Март    | «Безопасность глазами детей»                                   | Беседа.   |
| Май     | «Дети о Победе. Знаю. Помню»                                   | Беседа.   |
|         | Мк «Георгиевская брошь»  | Беседа.   |