

Российская Федерация
Краснодарский край, г.Сочи, Хостинский район
Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение
детский сад №140 г.Сочи
354066, г.Сочи, ул.Искры 50/6, телефон 2 20-10 -60, e-mail:
dou140@edu.sochi.ru
ОКПО 29568483 ОГРН 1152367005603 ОКОГУ 4210007
ИНН 2319059919 КПП 231901001 ОКАТО 03426368000

ПРИНЯТО:

на Педагогическом совете
МДОБУ детский сад № 140 г. Сочи
Протокол № 1 от 31.08.2018 г.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующая МДОБУ детский сад № 140



И.В.Бычкова
Приказ № 73/7 от 31.08.2018 г.

**Дополнительная общеразвивающая программа
Танцевальная студия
(спортивно-эстрадные танцы)
для воспитанников подготовительных к школе
групп от 6 до 7 лет
Срок реализации 1 год
(новая редакция)**

Разработчик:
Инструктор по физической
культуре МДОБУ №140
Наделяева И.И.

г. Сочи, 2018 г.

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

I	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	Страница
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Цели и задачи программы	5
1.3	Возрастные особенности детей 6-7 лет	6
1.4	Взаимодействие с родителями	7
1.5	Диагностика, планируемые результаты	7
II	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
2.1	Содержание программы, учебно-тематический план	9
2.2	Технологии и методики, используемые в программе	11
III	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1	Особенности организации образовательного процесса	12
3.2	Материально-техническое оснащение	13
3.3	Методическое обеспечение программы	13

I ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа дополнительного образования детей 6-7 лет танцевальная студия «спортивно-эстрадные танцы» (далее - Программа), является модифицированной, вариативной и адаптированной к особенностям образовательного учреждения МДОБУ детского сада №140 с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, так как разработана на основе авторской программы дополнительного образования детей «Студия спортивного танца» Е.Н. Соколова. Направленность: физическое развитие. Программа определяет содержание и организацию дополнительной образовательной деятельности на уровне дошкольного образования.

Разработка программы осуществлена в соответствии с нормативно-правовыми документами:

Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации»;

Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Концепция развития дополнительного образования детей утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 года №1726-р;

Стратегия развития воспитания в РФ до 2025года;

Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 годы;

Федеральные государственные требования к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования и условиям ее реализации;

Постановление от 4 июля 2014г. №42 "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей";

Лицензия №7444 от 18 декабря 2015 г. на осуществление образовательной деятельности Муниципального дошкольного образовательного бюджетного учреждения детского сада №140 г. Сочи (МДОБУ №140).

Устав Муниципального дошкольного образовательного бюджетного учреждения детского сада №140 г. Сочи от 09.11.2015 №3124.

Актуальность программы.

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.

Специалисты отмечают, что в настоящее время продолжает расти негативная тенденция, связанная с отсутствием заинтересованности в занятиях физическими упражнениями, что способствует снижению двигательной активности, физической и функциональной подготовленности учащихся. В данное время проблема совершенствования физического воспитания в детских садах является предметом внимания специалистов, и ее решение направлено на поиск новых, нетрадиционных средств проведения занятий с учетом мотивационной сферы воспитанников. В связи с вышесказанным становится очевидной необходимость внесения изменений в процесс физического воспитания детей, а именно: совершенствование учебного процесса средствами определенного (избранного) вида двигательной активности. В настоящее время большой популярностью пользуются различные виды гимнастики танцевальной направленности, что является одним из эффективных средств вовлечения учащихся в систематические занятия физическими упражнениями. В последнее десятилетие стала популярной такая форма двигательной активности, как физкультурно- показательные выступления, используемые перед началом и в конце соревнований различного ранга, а

также в перерывах. Физкультурно - показательные выступления способствуют повышению роста спортивного мастерства, развитию морально-волевых, психологических и физических качеств. Обстановка в которой проходят выступления, наличие зрителей, судей, определенная цель, стоящая перед детьми, требует высокой дисциплины, настойчивости, выдержки, проявления коллективизма и других ценных личностных качеств. Физическое развитие, общение со сверстниками, доброжелательный подход помогают выявлению творческих задатков, лидерских качеств, преодолению комплексов и стремления к успеху.

Основное содержание спортивно-эстрадных танцев составляют:

- Упражнения основной гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладные).
- Упражнения без предмета (прыжки, вращения, взмахи).
- Элементы акробатики.
- Элементы хореографии.
- Ритмика (упражнения на согласование движений с музыкой).
- Упражнения с предметами (помпонами, лентами, мячами).

Особенностями занятий спортивно-эстрадных танцев являются их целостность, динамичность и танцевальность, овладение общими навыками в физической культуре, сочетание танцевального направления «ЧИР». В процессе занятий большое внимание уделяется развитию координации, творческих способностей, которое осуществляется в подвижных и музыкальных играх, в самостоятельной работе над упражнениями, в творческом выражении своего восприятия музыки в движениях. Разносторонность спортивно-эстрадных танцев позволяет гармонично развиваться всем физическим, психологическим качествам ребёнка. Динамичность, целостность и танцевальность воспитываются в тесной связи с музыкой. В результате дети овладевают умением согласовывать свои движения с содержанием и формой музыкального произведения, его размером, динамикой и другими средствами музыкальной выразительности. Использование музыки различного содержания в процессе физического воспитания детей обогащает движения, вносит разнообразие в их характер, помогает овладению техникой различных упражнений. В результате музыкально - двигательного воспитания дети овладевают различными скоростями движения, умением сознательно регулировать степень мышечного напряжения и придавать движению различную окраску.

Педагогическая целесообразность определена тем, что направлена на приобщение каждого ребенка к танцевально- музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной жизни, улучшении своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Благодаря систематическому образованию и воспитанию ребенок приобретает эстетическую и танцевальную культуру, развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства, формируется чувства ответственности в исполнении своей индивидуальности в коллективном процесс (общий танец), проявляется творческий потенциал при выполнении индивидуальных партий (соло) в коллективном постановочном процессе при создании танцевального номера.

Новизна программы заключается в том, что как вид деятельности спортивно-эстрадные танцы в программах дошкольных учреждений не разработан, нет методических рекомендаций, разработок по данному направлению. Поэтому Программа послужит одним из важнейших инструментов обновления содержания образования в дошкольных учреждениях и будет способствовать развитию физических способностей детей. Представляет один из путей совершенствования физического воспитания средствами спортивно-эстрадного танца, развитие морально-волевых качеств лидера, умение сотрудничать. С помощью средств музыкально – ритмического, физического воспитания

успешно решаются задачи физического, музыкального, эстетического, умственного и нравственного воспитания.

В программе предусмотрено использование информационных технологий на занятиях: демонстрация презентаций, слайд-шоу, организация и проведение мероприятий на свежем воздухе, активная работа с аудио и видеоматериалами, участие детей в различных конкурсах, театрализованная деятельность дошкольников.

1.2 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Целостное развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности, общее гармонично-психическое, духовное и физическое развитие. Проявление интереса к процессу движения под музыку, выразительности движений и умению передавать в пластике характер движений, игровой образ.

В ходе реализации этой программы решаются общие задачи:

1. Привлечь детей в систематические занятия спортом.
2. Развить у детей сплоченность, чувство команды, потребность в поддержке коллектива.
3. Формировать лидерские качества, уверенность в себе, правильную самооценку, эмоциональную зрелость.
4. Развить мышечную силу, быстроту, гибкость, координацию.
5. Создать условия для творческого развития, чувства ритма, синхронности.
6. Способствовать эстетическому воспитанию занимающихся.
7. Формировать умения согласовывать движения с музыкой.

Направления задач программы:

Образовательные задачи

- воспитание интереса и любви к музыке в процессе совместных игр, движения под музыку со сверстниками, педагогами и родителями; - обогащение слушательного опыта: узнавание знакомых плясовых, маршевых мелодий, народных и детских песен, пьес изобразительного характера - и выражение этого опыта в эмоциях, движениях;

- развитие умения передавать в движении характер музыки и ее настроение (контрастное: веселое - грустное, шаловливое - спокойное и т. д.); - развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно-быстрый - умеренно-медленный), динамику (громко - тихо), регистр (высоко - низко), ритм (сильную долю - как акцент, ритмическую пульсацию мелодии), различать 2-3-частную форму произведения (с контрастными по характеру частями).

Развивающие задачи

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

Основные:

- ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках;

- бег легкий, ритмичный, передающий различные образы («бабочки», «птички», «ручейки» и т. д.);
- прыжковые движения - на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп - лошадки), подскоки;
- обще развивающие упражнения: на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность), которые даются, как правило, на основе игрового образа; -
- имитационные движения - разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый или трусливый зайчик, хитрая лиса, усталая старушка и т.д.);

- плясовые движения - простейшие элементы народных плясок, доступных по координации, например, поочередное выставление ноги на пятку, притопывание одной ногой, «выбрасывание» ноги др.

Развитие умений ориентироваться в пространстве

- самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом;
- воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку;
- формирование умений исполнять знакомые движения в игровых ситуациях по показу взрослого и самостоятельно;
- развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами, элементарными плясовыми движениями вместе с педагогом и сверстниками.
- развитие умения начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- развитие слухового внимания, способности координировать движения с музыкой; -
- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике: радость, грусть, страх, и т.д., т.е. контрастные по характеру настроения, например: «Зайчик испугался», «Мишка радуется меду» и др.;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов - умение изменять движения в соответствии с различным темпом (умеренно быстрым и умеренно медленным), и формой (двух - частной) и ритмом музыки;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления - умение выполнять упражнения игрового характера от начала до конца, не отвлекаясь - по показу взрослого или старшего ребенка.

Воспитательные задачи

- воспитание умения чувствовать настроение музыки, понимать состояние образа, переданное в музыкальном произведении, и выражать это в пластике (контрастные эмоции, например, «грустный Чебурашка» - «веселый Чебурашка» и др);
- воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место.

При разработке программы были учтены следующие принципы обучения спортивно-эстрадным танцам детей дошкольного возраста:

- последовательность
- систематичность
- лично - ориентированный подход

1.3 ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ 6-7 ЛЕТ

На 6-ом году жизни у ребенка совершенствуются основные нервные процессы возбуждения и торможения. Это благотворно сказывается на соблюдении ребенком правил поведения. Свойства нервных процессов возбуждения и торможения - сила, уравновешенность и подвижность также совершенствуются. Дети быстрее отвечают на вопросы, меняют действия, движения, что позволяет увеличивать плотность занятий в кружке ритмики, включать в двигательные упражнения элементы, формирующие силу, скорость, выносливость. Но все-таки, свойства нервных процессов, особенно подвижность, развиты недостаточно. При подвижных движениях необходимо ставить точные задачи, контролировать ход занятия. К 6 годам у ребенка развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но мелкие мышцы по-прежнему слабые, особенно мышцы рук. Дети способны изменять свои мышечные усилия. Поэтому дети на

занятиях могут выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить по заданию воспитателя от медленных к более быстрым, они относительно легко усваивают задания при ходьбе, беге, прыжках, но известные трудности возникают при выполнении упражнений, связанных с работой мелких мышц.

1.4 Взаимодействие с родителями

Месяц	Название мероприятия
Сентябрь	Выступление на родительском собрании
Декабрь	Показательное выступление обучающихся
Апрель	Открытое занятие
Май	Отчётный концерт
Сентябрь-май	Индивидуальные консультации родителей. Оформление информационных стендов для родителей. Сменная информация на странице официального сайта

1.5 ДИАГНОСТИКА, ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Формы контроля:

Диагностика результатов освоения данной подпрограммы происходит на основе наблюдения педагога за успехами и трудностями обучающихся во время занятий, контрольных занятий, концертных выступлениях.

Целью диагностики является определение уровня усвоения учебного материала, физического, творческого и личностного развития учащихся, ведение мониторинга образовательного процесса и индивидуального развития на основе полученных данных.

Задачами диагностики являются оперативное и своевременное выявление пробелов в учебном процессе, определение форм коррекционной работы.

В ходе диагностики по дополнительной образовательной программе танцевальная студия «Спортивно-эстрадные танцы» коллектива «Чирлидинг» отслеживаются показатели:

физического развития: выворотность ног, подъем стопы, балетный шаг, гибкость тела, прыжок, координация движений;

творческого развития: музыкальный слух, эмоциональность, воображение, креативность мышления;

личностного развития: культура поведения в коллективе, нравственность, гуманность, дисциплинированность, ответственность, самостоятельность, активность, организаторские способности, коммуникативные навыки;

Уровень освоения программы:

- теоретические знания по основным разделам программы,
- владение специальной терминологией,
- практические умения и навыки, предусмотренные дополнительной общеобразовательной программой.

Любой педагог, организуя и проводя учебные занятия, преследует одну цель - это работа на результат. А именно, помочь ребёнку как-то себя проявить, показать, что он умеет, чему научился. Таким образом, педагог, контролируя способности воспитанника, помогает ему совершенствоваться дальше, повышает его самооценку, развивает его творческие способности, а может быть и его профессиональные навыки: исполнительские, актёрские, педагогические.

Как и в любом деле, результат деятельности хореографического коллектива «Чирлидинг» имеет свою поэтапность и ступенчатость.

Формы представления результатов деятельности хореографического коллектива «Чирлидинг»

1. Открытое занятие.

Это первая ступень, где впервые проявляются исполнительские способности и навыки у воспитанника и педагогические и профессиональные навыки у педагога. На открытом занятии воспитанник показывает без подсказки педагога, чему научился, а педагог – как научил воспитанника определённым навыкам и смог ли раскрыть его способности.

2. Итоговые мероприятия внутри коллектива: зачёты, мини- концерты, праздники и пр.

Это уже вторая ступень результата. На ней уже более ярко виден результат воспитанника и педагога. Здесь показаны не только способности и навыки в хореографии, но и в других видах искусства. Именно в совокупности всех видов искусства будет проявляться результат. Ведь в итоговых мероприятиях принимают участие и воспитанники, и родители, и, конечно же, педагог: кто-то готовит афишу, кто-то костюмы, кто-то подарки, кто-то решает организационные вопросы. Все готовятся к данному виду мероприятия. А по тому, как оно прошло, виден результат работы воспитанника и педагога.

3. Выход на сцену: концерты, смотры, фестивали, конкурсы и пр.

Эта более значимая ступень, более ответственная. Она подразделяется ещё на несколько частей. И каждая часть несёт свой уровень результата:

Концерт.

Принимая участие в концерте, хореографический коллектив, каждый воспитанник этого коллектива и, конечно же, педагог показывают уже высокий результат своей деятельности. Воспитанник – исполнительское мастерство и умение. Педагог – педагогические, балетмейстерские, организационные навыки, знания, умения. Если раньше на открытом занятии или итоговом мероприятии результат видели только родители, воспитанники коллектива, другие педагоги, то на концерте результат вашей работы увидят уже воспитанники других коллективов, их родители, их педагоги, да и просто посторонние люди, пришедшие на концерт. Здесь уже нужно постараться исполнить свою роль так, чтобы зритель пришёл ещё раз на вас посмотреть.

Смотры, конкурсы, фестивали.

Это уже выход на профессионализм. Есть конкурсы районного значения. Заняв какое-либо место на этом конкурсе, хореографический коллектив может заявляться на конкурс городского значения, далее областные фестивали и смотры, потом идут межрегиональные, российские и международные конкурсы и фестивали. Побеждая на каждом из видов конкурсов, мы тем самым показываем и совершенствуем своё мастерство: воспитанник – исполнительское и актёрское, педагог – педагогическое, балетмейстерское, организационное. Как воспитанник, так и педагог, принимая участие в конкурсах и фестивалях разного статуса, продолжает повышать свой профессиональный уровень. Это и посещение мастер-классов, конференций, семинаров, лекций. Это и общение между коллективами, педагогами, руководителями. А выслушивая замечания членов жюри конкурса, воспитанники и педагог делают выводы в отношении своей работы.

Планируемые результаты освоения программы на первый год обучения (подготовительная в школе группа 6-7 лет).

К концу третьего года обучения дети должны владеть следующими умениями и навыками:

1. Понятием музыкальной грамотности.
2. Выполнять танцевально-тренировочные упражнения
3. Освоение музыкального ритма (образного мышления и актёрского мастерства);
4. Выполнение высоких требований к точности каждого двигательного акта (правильное дыхание, осанка, выразительность движений, синхронность).

5. Сочетание движений с музыкальным темпом (характер и выразительность исполнения движений).
6. Свободно и легко исполнять упражнения на координацию движения
7. Повысить функциональные возможности организма и эмоциональную устойчивость к стрессам.
8. Музыкально – ритмическая воспитанность.

II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ

Организация образовательного процесса.

Содержание программы строится на приоритетном использовании игровых методов и приемов, которые обеспечивают ситуацию успеха для каждого ребенка, что способствует интеллектуальному, индивидуальному и эмоциональному развитию.

Занятия являются основной формой работы, длительность занятий зависит от возраста: **в средней группе 30 минут**

Количество часов обучения в неделю: 2 часа

Количество часов обучения в месяц: 8 часов

Количество часов в год обучения: 72 часа

Расписание образовательной деятельности.

2 занятия в неделю

День недели	Время	Группа
Вторник	16.10-16.40	подготовительная к школе группа №1, №2, №3
Четверг	16.10-16.40	подготовительная к школе группа №1, №2, №3

Расписание занятий может меняться в зависимости от комплектования групп.

Организованная деятельность имеет свою структуру и включает в себя три части, направленные на решение задач и несущие определенную эмоционально-физическую нагрузку дошкольников.

Занятие состоит из трех частей: подготовительной, основной, заключительной.

Подготовительная часть занятия.

1 часть занятия – подготовительная – занимает 1/4 от всего занятия, Подготавливает двигательный аппарат, нервную систему, эмоциональное состояние детей к основной части занятия.

Выполняет служебную функцию, так как обеспечивает лишь создание предпосылок для основной учебно-воспитательной работы. Задачи подготовительной части - сообщение задач и намеченного содержания занятия, общее разогревание организма обучающихся и подготовка к предстоящим нагрузкам. Содержание подготовительной части зависит от исходного состояния воспитанников. Эта часть имеет тем большее значение, чем выше степень сложности, интенсивности и травмоопасности предстоящей основной двигательной деятельности. Граница между подготовительной и основной частью занятия условна, поскольку первая как бы переходит во вторую.

Основная часть занятия.

2 часть – основная – занимает 2/4 от всего занятия Совершенствование ранее полученных навыков, применение их в творческой ситуации, работа с детьми над развернутыми композициями.

Выполняет главную функцию, так как именно в ней решаются все категории задач. Задачи и содержание основной части изменяются в широких пределах в зависимости от подготовленности занимающихся, их возраста, пола и физического состояния в данный момент. Структура основной части бывает однородной или комплексной (комбинированной). Однородная структура типична для занятий, где все направлено на реализацию одной главной задачи (разучивание сложного двигательного упражнения или развивающее воздействие на определённые функции организма). Комплексная структура типична для занятий, в которых решаются в качестве основных несопадающие задачи. Почти всегда эти задачи решаются в определённой последовательности : обучение технике, развитие скорости, развитие силы, развитие выносливости.

Заключительная часть занятия

3 часть – заключительная – занимает 1/4 от всего занятия. Снимает напряжение, излишнюю эмоциональность. Здесь используются игры, забавы, свободное действие под музыку.

Выполняет функцию организации завершения учебно-воспитательного процесса. Основная задача заключительной части – постепенное снижение нагрузки, приведение организма к состоянию, близкое к норме. Это достигается постепенным уменьшением интенсивности выполняемых действий, переключением на действия, дающие эффект активного отдыха, использованием дыхательных, релаксационных и других упражнений, способствующих активизации восстановительных процессов. Эти упражнения имеют и профилактическое значение, поскольку предупреждают функциональные нарушения, которые могут возникать, особенно у малотренированных детей, в случае резкого прекращения двигательной деятельности. Вместе с тем в заключительной части важно подвести итоги занятия, определить насколько удалось решить намеченные задачи, и сориентировать обучающихся на очередные цели.

Последовательность применяемых в отдельном занятии средств физического воспитания соответствует общепринятой трёхчастной структуре. Упражнения используемые в подготовительной и заключительной частях занятий – разновидности ходьбы, бега, танцевальных шагов, акробатики и соединений, а также подвижные игры меняются через 2-3 занятия. Комплексы общеразвивающих упражнений (ОРУ) необходимо выполнять на протяжении 10-12 занятий, постепенно усложняя условия выполнения и увеличивая нагрузку с учётом степени подготовленности и индивидуальных особенностей детей. Упражнения с помпонами, разучивание которых связано с образованием более или менее сложного двигательного навыка, выполняют в течение нескольких занятий в зависимости от сложности их структуры и уровня общей и специальной подготовленности занимающихся.

На каждом этапе обучения дается материал по основным разделам:

1. Вводное занятие (знакомство с миром танца).
2. Личная гигиена и внешний вид танцоров
3. История возникновения спортивно-эстрадных танцев («История танца в картинках»)⁷
4. Базовые элементы спортивно-эстрадных танцев (ритмические упражнения, целью которых является музыкально-ритмическое развитие детей дошкольного возраста)
5. Хореография (основы классической хореографии).
6. Общая и специальная физическая подготовка (акробатика, активизация и развитие творческих способностей)
7. Стрейчинг (растяжка и пластичность)
8. Итоговые занятия (сдача контрольных нормативов, показательные выступления, участие в конкурсах).

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
подготовительная к школе группа (6-7 лет)

№	Наименование тем	Теория	Практика	Всего часов
	Вводное занятие			
	Личная гигиена и внешний вид танцоров			
	История возникновения спортивно-эстрадных танцев		-	
	Базовые элементы спортивно-эстрадных танцев	-		
	Хореография			
	Стрейчинг	-		
	Общая и специальная физическая подготовка			
	Программа «Данс»			
	Программа «Чир»			
	Сдача контрольных нормативов			
	Участия в соревнованиях и показательные выступления	-		
	Всего:			

Календарно - тематическое планирование дополнительной образовательной программы танцевальная студия «спортивно-эстрадные танцы» для воспитанников подготовительной к школе группы от 6 до 7 лет (Приложение 1).

2.2 ТЕХНОЛОГИИ И МЕТОДИКИ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В ПРОГРАММЕ

Технологии:

- здоровьесберегающие технологии
- информационно-коммуникационные технологии
- личноно ориентированные технологии
- социо - игровые технологии

Методы:

- наглядно-слуховой
- наглядно-зрительный
- художественно-практический
- музыкально-игровой
- метод повторения и коллективного творчества.

Формы организации деятельности обучающихся:

- фронтальная работа;
- групповая работа;
- занятия – соревнования;

- занятия, основанные на методах общественной практики;
- занятия-фантазии;
- учебная игра;
- работа в парах;
- беседы;
- турпоход;
- участие в конкурсах, соревнованиях, фестивалях.

Методы обучения

- словесный-словесное описание движений;
- наглядный - показ, презентации;
- креативные - творческий подход;
- сюжетно-игровой метод;
- соревновательный метод.

Показ является ведущим методическим приёмом, соревновательный метод – ведущим в морально-волевом воспитании и стимулировании.

III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1 ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Формы проведения и режим учебных занятий:

Учебная программа танцевальной студии «Спортивно-эстрадные танцы» рассчитана на 1 учебный год для воспитанников подготовительной к школе группы от 6 до 7 лет. Учебные группы могут быть разновозрастными в пределах 2 лет.

Продолжительность обучения в учебном году с 1 сентября по 31 мая.

Содержание программы соответствует федеральному государственному образовательному стандарту дошкольного образования (ст. 1, п. 1.4; ст. 2, п. 2.6, п.2.8, 2.11; ст. 3, п. 3.3).

Требования к подбору музыки

Музыка должна отвечать следующим требованиям:

- быть небольшой по объему (1,5-3 минуты)
- умеренной по темпу (умеренно-быстрый, умеренно-медленный)
- должна иметь несложную музыкальную форму (2-3 частная форма с контрастными по звучанию частями)
- музыкальный образ произведения должен быть понятен детям.

Требования к подбору движений

Движения должны соответствовать музыке, а также быть:

- доступными возрастным и индивидуальным возможностям детей
- понятным по содержанию игрового образа
- разнообразными, нестереотипными

Доступность музыки

- по объему (от полутора минут для младших дошкольников);
- по темпу (умеренно - быстрый, умеренно-медленный);
- по форме (2-3 частная форма с контрастными частями);
- по характеру ритмического рисунка (ритмическая пульсация и сильная доля).

Доступность движений

- по объему (4-5 двигательных элементов для детей младшего возраста);
- по интенсивности движений;
- по сложности для исполнения с точки зрения координации, ловкости, точности и гибкости.

3.2 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ

Обеспечение помещениями:

- Спортивный зал.
- Спортивная площадка на улице.
- Автогородок с разметкой.

Оборудование и спортивный инвентарь:

- Инвентарь для упражнений и пластических этюдов (платки, колокольчики, погремушки, ленточки, обручи, помпоны, шарфики, палочк)..
- Аудио- и видеоаппаратура.
- Аудио- и видеоматериалы

Вспомогательное оборудование:

- Оборудование для мест хранения спортивного инвентаря.
- Концертные костюмы для детей

Учебно-методический материал:

- Научно-методическая литература.
- Документы планирования учебного процесса (программа, годовой план, журнал учёта работы педагога).
- Видеозаписи.

3.3 МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка / Ветлугина Н.А.-М,1968- Просвещение, 1989. – 270 с
2. Михайлова А.С. Cheer–life / А.С. Михалова, Н.В. Тимбурская// Черлидер. – Екатеринбург. – 2005. – № 1. – С. 4–13
3. Новикова. В. Правила соревнований по черлидингу. – М: МГАФК 2005
4. Черлидинг. Теория и методика спортивной тренировки. Сборник зачетных. рефератов слушателей курсов факультета повышения квалификации. – М: МГАФК 2007.
5. Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально – игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. – СПб.: «Детство-пресс», 352

*Приложение 1
к рабочей программе
танцевальной студии
«Спортивно эстрадные танцы»*

**КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ
ТАНЦЕВАЛЬНАЯ СТУДИЯ «СПОРТИВНО-ЭСТРАДНЫЕ ТАНЦЫ»
ДЛЯ ВОСПИТАННИКОВ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЫ ОТ 6 ДО 7 ЛЕТ**

Месяц	Занятие	Тема	Цель	Содержание	Материально-техническое оснащение
сентябрь		Вводное занятие	Познакомить детей с известными командами спортивно-эстрадных танцев г. Сочи. Привить любовь к зрелищным видам спорта.	Теория: Дать детям информацию о пользе занятий танцами, спортом и акробатикой. Практика: показ наглядных материалов (фото, видео). Закрепить пройденный материал за 1 учебный год. (история возникновения, развитие спортивно-эстрадных танцев в России и за рубежом. Систематизировать знания в области физкультуры и спорта. Обучить навыкам самоконтроля. Практика: Игра «Стирка»	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Ноутбук. Принтер.
		Вводное занятие	Проведение обследования основных танцевальных движений, уровня двигательной активности и физической подготовленности детей.	Практика: - Гибкость; - Сила; - Координация; - Пластичность - Ритмичность - Равновесие - Танцевальный бег - Прыжки - Быстрота реакции Игра «Макарена»	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Ноутбук. Принтер. Секундомер.

сентябрь		Личная гигиена и внешний вид танцоров	Ознакомить детей с понятием «Сценический образ» гигиены и вызвать любовь к прекрасному.	Теория: Дать детям понятие Макияж. Рассказ на тему: «Особенности программы постановок и их отражение во внешнем облике танцора» Практика: показ фото и видео. Научить подбирать аксессуары к концертным костюмам Мастер-класс «Прическа танцора»	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Демонстрационный материал: шпильки, невидимки, резинки, сетка и гель для волос. Принтер для распечатки раздаточного материала. Флеш-карта на 32 GB.
		Базовые элементы спортивно-эстрадных танцев	Обучить основным базовым элементам. Обучение программы «Чир». Развить выносливость, гибкость, координацию, силу. Разучить навыки построения.	Практика: повторение ранее изученного материала (положение рук, позиции ног и туловища). Разучивание 1 части ритмического комплекса. Построение в шеренгу, диагональ.	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Принтер для распечатки раздаточного материала. Флеш-карта на 32 GB.
		Программа «Данс»	Обучение обязательным элементам. Разучивание танцевальных связок. Развитие спортивно-эстрадных качеств (координация и ритмичность).	Теория: просмотр эстрадно-спортивных выступлений призёров России . Практика: Обучение Лип-прыжкам: «Жетэ».	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.
		Общая и специальная физическая подготовка	Развитие двигательных качеств (сила, выносливость, гибкость, быстрота, координации). Развитие акробатических навыков.	Теория: показ презентации на тему: «Двигательные возможности детей 6-7 лет». Практика: повторение упражнения «кувырок». Обучение стойки на лопатках	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: гимнастический коврик и мат. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.
октябрь		Базовые элементы спортивно-эстрадных танцев	Обучить основным базовым элементам. Обучение программы «Чир». Развить выносливость, гибкость, координацию, силу. Разучить навыки построения.	Практика: повторение ранее изученного материала (положение рук, позиции ног, головы туловища). Разучивание 2 части ритмического комплекса. Построение в шеренгу, диагональ, линию.	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Принтер для распечатки раздаточного материала. Флеш-карта на 32 GB.

октябрь		Хореография	Освоить азы художественного движения. Привить внимание. Познакомить детей с понятием «Руки танцора» и танцевальной позицией ног.	Теория: Показ наглядного материала (презентация, видео). Практика: научить воспитанников вслушиваться в музыку и обращать внимание на изменение характера музыки. Повторить пройденный материал позицию рук: «на поясе», «в сторону», «вверх», «вперед». Позицию ног: «6» и «1».	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: гимнастический коврик. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.
		Общая и специальная физическая подготовка	Развитие двигательных качеств (сила, выносливость, гибкость, быстрота, координации). Развитие акробатических навыков.	Практика: повторение упражнения стойка на лопатках. Разучивание подводящих упражнений для выполнения акробатического элемента «Колесо»	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: гимнастический коврик, мат, дуга. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.
		Стрейчинг	Развить гибкость и пластичность, укрепить костно-мышечную систему, увеличить подвижность суставов.	Практика: подводящие упражнения для шпагата (поперечный, правый и левый). Упражнения на растяжку спины: «Львенок», «Корзинка» «Кошка», «Клубок» Махи ногами: вперед в сторону.	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: резиновые коврики (10шт). Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. CD-диск.
		Программа «Данс»	Обучение обязательным элементам. Разучивание танцевальных связок. Развитие спортивно-эстрадных качеств (координация и ритмичность).	Практика: повторение лип-прыжка: «Жетэ». Обучение лип-прыжку «Кольцо». Разучивания танцевальной композиции №2.	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.
ноябрь		Базовые элементы спортивно-эстрадных танцев	Обучить основным базовым элементам. Обучение программы «Чир». Развить выносливость, гибкость, координацию, силу. Обучить навыкам перестроения. Развитие речи и слухового аппарата.	Практика: повторение ранее изученного материала (положение рук, позиции ног, головы туловища). Повторение двух частей ритмического комплекса. Построение в шеренгу, диагональ, линию. Разучивание чир-кричалок.	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Принтер для распечатки раздаточного материала. Флеш-карта на 32 GB.

ноябрь		Хореография	Познакомить детей с основными движениями ног, используемых в спортивно-эстрадных танцах.	Практика: разучивание горизонтальных, вертикальных и диагональных положений тела.	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: гимнастический коврик. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.
		Общая и специальная физическая подготовка	Развитие двигательных качеств (сила, выносливость, гибкость, быстрота, координации). Развитие акробатических навыков.	Практика: повторение упражнения стойка на руках и упражнения «крокодил» . Разучивание подводящих упражнений для выполнения акробатического элемента «Колесо» (прыжки через дуги, «крабики»). Обучение акробатического элемента «Колесо».	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: гимнастический коврик, мат, дуга. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.
		Стрейчинг	Развить гибкость и пластичность, укрепить костно-мышечную систему, увеличить подвижность суставов.	Практика: подводящие упражнения для шпагата (поперечный, правый и левый). Упражнения на растяжку спины: «Львенок», «Корзинка» «Кошка», «Клубок» Махи ногами: вперед в сторону.	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: резиновые коврики (10шт). Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. CD-диск.
		Программа «Данс»	Обучение обязательным элементам. Разучивание танцевальных связок. Развитие спортивно-эстрадных качеств (координация и ритмичность).	Практика: повторение лип-прыжка: «Жетэ», «Кольцо». Обучение лип-прыжку «Касательный». Разучивания танцевальной композиции №2.	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.
декабрь		Хореография	Исправление осанки (подтягивание мышц живота, ягодичной области, расправление плеч, выпрямление позвоночника). Элементы классического танца.	Базовые положения кистей рук – клинок, подсвечник, ведра, кинжалы. Два основных хлопка: класп и кэп. Базовые положения ног – ноги вместе или врозь, колени согнуты, перекрещивание ног.	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: гимнастический коврик, пампоны. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.

декабрь		Общая и специальная физическая подготовка	Формировать навыки танцевальных прыжков. Научить технически правильно выполнять акробатические элементы. Развить двигательные качества (сила, быстрота, выносливость координация).	Практика: повторение подскоков на одной и другой ноге с активными взмахами рук. Акробатический элемент: повторение кувырка из положения стоя, разучивание кувырка из положения сидя. Повторение танцевального бега и ходьбы. Танцевальные шаги, комбинации. Подвижная игра «Два мороза».	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: гимнастический коврик, гимнастический мат. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB
		Стрейчинг	Развить гибкость и пластичность, укрепить костно-мышечную систему, увеличить подвижность суставов.	Практика: подводящие упражнения для шпагата (поперечный, правый и левый). Упражнения на растяжку спины: «Львенок», «Корзинка» «Кошка», «Клубок» Махи ногами: вперед в сторону.	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: резиновые коврики (10шт). Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. CD-диск.
		Программа «Данс»	Обучение обязательным элементам. Разучивание танцевальных связок. Развитие спортивно-эстрадных качеств (координация и ритмичность).	Практика: повторение лип-прыжка: «Жетэ», «Кольцо», «Касательный». Разучивания танцевальной композиции №2.	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.
		Сдача контрольных нормативов	Оценить эффективность реализации программы.	<u>Теория:</u> прохождение тестирования по всей теоретической части <u>Практика:</u> сдача нормативов общей физической подготовки (сила, гибкость, координация, ловкость, физическая работоспособность).	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: гимнастический коврик, секундомер, мяч (диаметр 15 см). Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Принтер для распечатки раздаточного материала. Флеш-карта на 32 GB.

январь		Базовые элементы спортивно-эстрадных танцев	Обучить основным базовым элементам. Обучение программы «Чир». Развить выносливость, гибкость, координацию, силу. Обучить навыкам перестроения. Развитие речи и слухового аппарата.	Практика: Разучивание 1 части ритмо-пластики. Перестроение в квадрат, круг. Закрепление «Базы». Разучивание «Станта».	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Принтер для распечатки раздаточного материала. Флеш-карта на 32 GB.
январь		Хореография	Исправление и поддержание осанки (подтягивание мышц живота, ягодичной области, расправление плеч, выпрямление позвоночника). Элементы классического танца.	Повторение базовых положений кистей рук – клинок, подсвечник, ведра, кинжалы. Два основных хлопка: класп и кэп. Базовые положения ног – ноги вместе или врозь, колени согнуты, перекрещивание ног.	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: гимнастический коврик, пампаны. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.
		Общая и специальная физическая подготовка	Развитие двигательных качеств (сила, выносливость, гибкость, быстрота, координации). Развитие акробатических навыков.	Практика: закрепление акробатического элемента «Колесо». Разучивание «Либерти» (только с груди).	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: гимнастический коврик, мат, дуга. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.
		Стрейчинг	Развить гибкость и пластичность, укрепить костно-мышечную систему, увеличить подвижность суставов.	Практика: подводящие упражнения для шпагата (поперечный, правый и левый). Упражнения на растяжку спины: «Львенок», «Корзинка» «Кошка», «Клубок» Махи ногами: вперед в сторону.	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: резиновые коврики (10шт). Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. CD-диск.
		Программа «Данс»	Обучение обязательным элементам. Разучивание танцевальных связок. Развитие спортивно-эстрадных качеств (координация и ритмичность).	Практика: закрепления лип-прыжков. Обучение выброса «Свечка». Разучивания танцевальной композиции №2.	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.

февраль		Базовые элементы спортивно-эстрадных танцев	Обучить основным базовым элементам. Обучение программы «Чир». Развить выносливость, гибкость, координацию, силу. Обучить навыкам перестроения. Развитие речи и слухового аппарата.	Практика: Разучивание 2 части ритмо-пластики. Перестроение в квадрат, круг, «ёлочку». Усовершенствование «Базы» и чир-кричалок.. Разучивание «Станта».	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Принтер для распечатки раздаточного материала. Флеш-карта на 32 GB.
февраль		Хореография	Исправление и поддержание осанки (подтягивание мышц живота, ягодичной области, расправление плеч, выпрямление позвоночника). Элементы классического танца.	Повторение базовых положений кистей рук – клинок, подсвечник, ведра, кинжалы. Два основных хлопка: класп и кэп. Базовые положения ног – ноги вместе или врозь, колени согнуты, перекрещивание ног. Разучивание: выпадов (стоя вперед, стоя в стороны, стоя назад), стоек (на коленях, на правом левом колене, на колене – другая нога в сторону на носок, стойка на колене – другая нога согнута в сторону).	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: гимнастический коврик, пампоны. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.
		Общая и специальная физическая подготовка	Развитие двигательных качеств (сила, выносливость, гибкость, быстрота, координации). Развитие акробатических навыков.	Практика: закрепление акробатического элемента «Колесо» и «Либерти». Разучивание упражнения «Флажок».	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: гимнастический коврик, мат, дуга. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.
		Стрейчинг	Развить гибкость и пластичность, укрепить костно-мышечную систему, увеличить подвижность суставов.	Практика: подводящие упражнения для шпагата (поперечный, правый и левый). Упражнения на растяжку спины: «Львенок», «Корзинка» «Кошка», «Клубок» Махи ногами: вперед в сторону.	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: резиновые коврики (10шт). Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. CD-диск.

		Программа «Данс»	Обучение обязательным элементам. Разучивание танцевальных связок. Развитие спортивно-эстрадных качеств (координация и ритмичность).	Практика: закрепления выброса «Свечка». Обучение выброса «Кик». Разучивания танцевальной композиции №2.	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.
март		Базовые элементы спортивно-эстрадных танцев	Обучить основным базовым элементам. Обучение программы «Чир». Развить выносливость, гибкость, координацию, силу. Обучить навыкам перестроения. Развитие речи и слухового аппарата.	Практика: отработка двух частей ритмо-пластики, с использованием более сложных комбинаций движений. Усовершенствование «Базы», «Станта» и чир-кричалок. Разучивание «Плие», «Полу-плие». Разучивания танцевальных прыжков: «Звёздочка-группировка».	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Принтер для распечатки раздаточного материала. Флеш-карта на 32 GB.
март		Хореография	Исправление и поддержание осанки (подтягивание мышц живота, ягодичной области, распрямление плеч, выпрямление позвоночника). Элементы классического танца.	Повторение базовых положений кистей рук – клинок, подсвечник, ведра, кинжалы. Два основных хлопка: класп и кэп. Базовые положения ног – ноги вместе или врозь, колени согнуты, перекрещивание ног. Повторение: выпадов (стоя вперед, стоя в стороны, стоя назад), стоек (на коленях, на правом левом колене, на колене – другая нога в сторону на носок, стойка на колене – другая нога согнута в сторону).	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: гимнастический коврик, пампоны. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.
		Общая и специальная физическая подготовка	Развитие двигательных качеств (сила, выносливость, гибкость, быстрота, координации). Развитие акробатических навыков.	Практика: закрепление акробатического элемента «Колесо» Закрепление упражнений «Либерти», «Самолёттик».	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: гимнастический коврик, мат, дуга. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.

		Стрейчинг	Развить гибкость и пластичность, укрепить костно-мышечную систему, увеличить подвижность суставов.	Практика: подводящие упражнения для шпагата (поперечный, правый и левый). Упражнения на растяжку спины: «Львенок», «Корзинка» «Кошка», «Клубок» Махи ногами: вперед в сторону.	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: резиновые коврики (10шт). Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. CD-диск.
		Программа «Данс»	Обучение обязательным элементам. Разучивание танцевальных связок. Развитие спортивно-эстрадных качеств (координация и ритмичность).	Практика: закрепления выброса «Свечка», «Кик».. Обучение выброса «Пайк» Разучивания танцевальной композиции №2.	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: пампаны. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.
апрель		Базовые элементы спортивно-эстрадных танцев	Обучить основным базовым элементам. Обучение программы «Чир». Развить выносливость, гибкость, координацию, силу. Обучить навыкам перестроения. Развитие речи и слухового аппарата.	Практика: отработка двух частей ритмо-пластики, с использованием новых комбинаций движений. Усовершенствование «Базы», «Станта». Разучивание чир-кричалок с движениями под счёт. Разучивания танцевальных прыжков: «Абстракт» и концертных «Переходов».	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Принтер для распечатки раздаточного материала. Флеш-карта на 32 GB.
апрель		Хореография	Исправление и поддержание осанки (подтягивание мышц живота, ягодичной области, распрямление плеч, выпрямление позвоночника). Элементы классического танца.	Закрепление базовых положений кистей рук – клинок, подсвечник, ведра, кинжалы. Два основных хлопка: класп и кэп. Базовые положения ног – ноги вместе или врозь, колени согнуты, перекрещивание ног. Закрепление: выпадов (стоя вперед, стоя в стороны, стоя назад), стоек (на коленях, на правом левом колене, на колене – другая нога в сторону на носок, стойка на колене – другая нога согнута в сторону).	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: гимнастический коврик, пампаны. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.

		Общая и специальная физическая подготовка	Развитие двигательных качеств (сила, выносливость, гибкость, быстрота, координации). Развитие акробатических навыков.	Практика: закрепление акробатического элемента «Колесо». Закрепление упражнений «Либерти», «Флажок», «Свечка», «Самолётик». Разучивание упражнения: «Уголок», «Мостик» (из положения стоя).	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: гимнастический коврик, мат, дуга. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.
		Стрейчинг	Развить гибкость и пластичность, укрепить костно-мышечную систему, увеличить подвижность суставов.	Практика: подводящие упражнения для шпагата (поперечный, правый и левый). Упражнения на растяжку спины: «Львенок», «Корзинка» «Кошка», «Клубок»+ Махи ногами: вперед в сторону.	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: резиновые коврики (10шт). Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. CD-диск.
		Программа «Данс»	Обучение обязательным элементам. Разучивание танцевальных связок. Развитие спортивно-эстрадных качеств (координация и ритмичность).	Практика: закрепления выброса «Свечка», «Кик», «Пайк». Обучение махов в 1 и 6 позиции ног. Разучивания танцевальной композиции №2.	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: пампоны. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.
май		Базовые элементы спортивно-эстрадных танцев	Обучить основным базовым элементам. Обучение программы «Чир». Развить выносливость, гибкость, координацию, силу. Обучить навыкам перестроения. Развитие речи и слухового аппарата.	Повторить и закрепить базовый материал и элемент спортивно-эстрадных танцев, изученный за отчетный период (январь-апрель). Ориентация по линиям, диагоналям. Повторение «Базы», «Станта», чир-кричалок с движениями под счёт. Закрепление танцевальных прыжков: «Абстракт», «Звёздочка в группировку» и концертных «Переходов».	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: гимнастический коврик, пампоны. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB

май		Общая и специальная физическая подготовка	Развитие двигательных качеств (сила, выносливость, гибкость, быстрота, координации). Развитие акробатических навыков.	Практика: закрепление акробатического элемента «Колесо». Закрепление упражнений «Либерти», «Флажок», «Свечка», «Уголок», «Самолётик». Разучивание связки: «Колесо-Мостик» (из положения стоя).	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: гимнастический коврик, мат, дуга. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.
		Хореография	Исправление и поддержание осанки (подтягивание мышц живота, ягодичной области, расправление плеч, выпрямление позвоночника). Элементы классического танца.	Закрепление базовых положений кистей рук – клинок, подсвечник, ведра, кинжалы. Два основных хлопка: класп и кэп. Базовые положения ног – ноги вместе или врозь, колени согнуты, перекрещивание ног. Закрепление: выпадов (стоя вперед, стоя в стороны, стоя назад), стоек (на коленях, на правом левом колене, на колене – другая нога в сторону на носок, стойка на колене – другая нога согнута в сторону).	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: гимнастический коврик, пампаны. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.
		Стрейчинг	Развить гибкость и пластичность, укрепить костно-мышечную систему, увеличить подвижность суставов.	Практика: подводящие упражнения для шпагата (поперечный, правый и левый). Упражнения на растяжку спины: «Львенок», «Корзинка» «Кошка», «Клубок» Махи ногами: вперед в сторону.	
		Программа «Данс»	Обучение обязательным элементам. Разучивание танцевальных связок. Развитие спортивно-эстрадных качеств (координация и ритмичность).	Практика: закрепления выброса «Свечка», «Кик», «Пайк». Обучение махов в 1,6 и во 2 позиции ног. Разучивания танцевальной композиции №2.	Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: пампаны. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Флеш-карта на 32 GB.
		Сдача контрольных нормативов Показательное выступление	Оценить эффективность реализации программы за о Открытое - показательное выступление н у ч	<u>Теория:</u> прохождение тестирования по всей теоретической части <u>Практика:</u> сдача нормативов общей физической подготовки (сила, гибкость, координация, ловкость, физическая работоспособность). Показательные выступления в группах и секциях перед танцорами и их родителями.	Концертные костюмы для детей. Профессиональная активная колонка с усилителем акустическая система. Спортивный инвентарь: пампаны. Короб для хранения спортивного и танцевального инвентаря. Ноутбук. Принтер для распечатки раздаточного материала и анкет.



