

Муниципальное казенное учреждение  
«Управление образования Администрации Северодвинска»

Муниципальное автономное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Детский центр культуры»

Принято на заседании  
педагогического совета  
от 18.04.2024  
Протокол № 5

Утверждаю  
Директор МАОУ ДО «ДЦК»

\_\_\_\_\_  
Левченко Е.Б.

Приказ МАОУ ДО «ДЦК»  
от 19.04.2024 № 34-увр

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«Азбука танца»**

Возраст обучающихся 5-7 лет  
Срок реализации 3 года

Автор-составитель:  
Мурзина Татьяна Владимировна,  
педагог дополнительного образования

Северодвинск  
2024

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука танца» имеет художественную направленность и разработана для детей 5-7 лет. Программа направлена на формирование и развитие творческих способностей, формировании физических, хореографических и музыкальных данных, устойчивой мотивации детей через обучение хореографии.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Аллегро малышам» разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,

- Федеральным законом Российской Федерации от 14.07. 2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»,

- Федеральным проектом «Успех каждого ребенка» - Приложение к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 № 3;

- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р),

- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 № 629),

- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ (приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391),

- Профессиональным стандартом «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (утверждён приказом Министерства труда России от 22 сентября 2021 г. № 652н),

- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 года № 09-3242),

- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения (включая разноуровневые программы в области физической культуры и спорта (ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания») (2021 год),

- Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (письмо Министерства просвещения РФ от 31.01.2022 №ДГ-245/06,

- Методическими рекомендациями Федерального государственного бюджетного научного учреждения «Институт изучения детства, семьи и воспитания» «Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной программы» (2023 год),

- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи СП 2.4. 3648-20 (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28),

- Уставом МАОУ ДО «ДЦК», утвержденным распоряжением муниципального казенного учреждения «Управление образования Администрации Северодвинска» от 12.04.2023 № 212-р;

- Положением о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах, реализуемых в муниципальном автономном образовательном учреждении дополнительного образования «Детский центр культуры», утвержденным приказом МАОУ ДО «ДЦК» от 04.02.2020 № 24/1-од;

- Положением о промежуточной аттестации и текущем контроле муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Детский центр культуры», утвержденным приказом МАОУ ДО «ДЦК» от 25.05.2020 № 56/1-од;

и с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся на занятиях художественной направленности и спецификой работы учреждения.

## **Актуальность программы**

Актуальность данной программы определяется социальным заказом современного общества на личность, обладающую определенным уровнем художественно-эстетического воспитания. В годы дошкольного возраста закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется его личность. В настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области хореографии. Очень часто дети начинают заниматься хореографией уже в дошкольном возрасте. На основании опроса обучающихся и их родителей (законных представителей) по программе «Учимся танцевать» выявлено, что 100% респондентов выступили за продолжение обучения хореографическому искусству. На основании этого родительского спроса и была разработана программа «Аллегро малышам».

Образовательная программа дополнительного образования детей предоставляет широкие возможности обучения основам танцевального искусства, дает возможность ввести детей 5–7 лет в мир хореографии, познакомить с некоторыми хореографическими стилями.

Обучение по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Азбука танца» обеспечивает личностное, социальное, познавательное, коммуникативное развитие учащихся. Программа «Азбука танца» предусматривает учёт возрастных и психофизиологических особенностей воспитанников. Использование традиционных и современных методов обучения способствует приобщению детей к миру танца. В ходе реализации программы обучающиеся не только учатся понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному. Между тем хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Обучаясь по этой программе, дети учатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно обучающиеся развивают и тренируют мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем по программе помогают сформировать правильную осанку. Репертуар для каждой группы воспитанников

подбирается педагогом с учетом возрастных, психологических особенностей детей, их физических данных.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука танца» имеет большой воспитывающий и развивающий потенциал, обеспечивает условия для гармоничного общекультурного развития обучающихся, служит воспитанию качеств гражданина и патриота своего края, толерантного отношения к иным культурам. Формирование знаний о культуре своей страны средствами хореографии способствует развитию гражданской идентичности, пониманию ценностей российской культуры и культуры других стран. Цели и задачи воспитательной работы, а также ожидаемые результаты сформулированы в соответствующих разделах программы.

Усвоение знаний о нормах, духовно-нравственных ценностях, традициях обеспечивается информированием детей и организацией общения между ними. Формирование и развитие личностных отношений к нравственным нормам реализуется через вовлечение детей в различную деятельность, организацию их активностей. Опыт нравственного поведения, практика реализации нравственных позиций, обеспечивают формирование способности к нравственному отношению к собственному поведению и действиям других людей. Основной формой воспитательной деятельности в детском объединении является учебное занятие. В ходе учебных занятий в соответствии с предметным и метапредметным содержанием программы обучающиеся: усваивают необходимую информацию, имеющую воспитательное значение; получают опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации; осознают себя способными к нравственному выбору; участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития, творческой самореализации.

В воспитательной деятельности с детьми по программе используются следующие методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей); метод упражнений (приучения); методы одобрения и осуждения поведения детей, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных

особенностей детей младшего возраста) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

### **Возможность использования программы в других образовательных системах**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука танца» реализуется в рамках муниципального образовательного учреждения дополнительного образования «Детский центр культуры».

### **Цель образовательной программы.**

Цель данной программы – развитие творческих способностей обучающихся посредством обучения хореографии.

Поставленная цель достигается с помощью решения следующих задач:

#### 1. Обучающие задачи:

- обучить основам классического и народного танца;
- познакомить с хореографической терминологией;
- обучить умению передавать образ в танце эмоционально;
- обучить умению ориентироваться в танцевальном пространстве, выстраивать рисунки.

#### 2. Развивающие задачи:

- способствовать развитию двигательной памяти, образного мышления;
- содействовать сохранению и укреплению здоровья детей;
- способствовать развитию танцевальных, музыкальных, артистических и других творческих способностей каждого обучающегося.

#### 3. Воспитательные задачи:

- воспитывать интерес к танцевальному искусству;
- воспитывать музыкальный и художественный вкус;
- воспитывать целеустремленность, настойчивость, трудолюбие, упорство;
- воспитывать умение работать в коллективе;
- воспитывать патриотические чувства, знакомить с элементами различных национальных культур.

## **Отличительные особенности программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука танца» реализуется по художественной направленности дополнительного образования, которая определяют ее предметно-тематическое содержание, преобладающие виды деятельности учащихся и требования к результатам освоения программы.

Данная учебная программа по хореографии составлена с использованием авторской программы по хореографии «Ритмическая мозаика», разработанной А.И. Бурениной, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука танца» в соответствии с уровнем сложности содержания относится к стартовому уровню.

Программа ориентирована на развитие творческих способностей детей в области хореографического искусства, воспитание творческой личности.

Основные идеи, на которых базируется программа.

Программа рассчитана на детей, разных по уровню умения и вне зависимости от их природных способностей, не имеющих ограничений на двигательную деятельность в связи с проблемами в состоянии здоровья. Программа намечает определенный объем материала, который может быть использован или изменён с учётом состава группы, физических данных и возможностей каждого учащегося.

Программа носит комплексный характер в связи с изучением классического, народного и эстрадного направлений танца. Классический танец – это главная система выразительных средств балетного искусства, выработанная великим педагогом классического танца А. Вагановой. Предмет «классический танец» является фундаментом всего комплекса танцевальных дисциплин, источником высокой исполнительской культуры. В процессе обучения развиваются физические данные учащихся, формируются необходимые технические навыки, накапливается определенный запас лексики. Занятия классическим танцем оказывают также воспитательное воздействие: у учеников вырабатываются такие качества, как трудолюбие, целеустремленность, творческая дисциплина, аккуратность. После изучения азов классической хореографии воспитанники знакомятся с основами

народного танца. Народный танец тесно связан с историей народа. Это яркое, красочное творение, являющееся эмоциональным, художественным отображением многовековой многообразной жизни народа. Знакомство с народной хореографией способствует передаче традиций молодому поколению, воспитанию чувства патриотизма. Также учащиеся знакомятся с таким направлением как эстрадный танец в части работы над постановочными номерами. Эстрадный танец – это танцевальное направление, синтезировавшее в себе самые различные стили, однако основой для его исполнения является знание азов классической хореографии.

Программа предусматривает межпредметные связи с музыкой, культурой, литературой, физической культурой, фольклором, сценическим искусством, ритмикой.

Образовательные блоки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Азбука танца» предусматривают усвоение теоретических знаний, но, учитывая специфику хореографического искусства, упор в обучении по программе делается на практических занятиях. Практические задания способствуют развитию у детей творческих способностей.

Программа реализуется на следующих педагогических принципах:

- принцип целостности подразумевает структурированное содержание обучения, обеспечение взаимосвязи и взаимообусловленности между компонентами педагогического процесса;

- принцип доступности. Обучение строится с учетом возрастных возможностей;

- принцип гуманизации. Реализация данного принципа подразумевает осуществление педагогического взаимодействия на основании уважения прав обучающихся;

- принцип коллективного воспитания, проявляющийся во взаимодействии детей в процессе обучения, совместного творчества.

Принципы отбора содержания и построения программы

Программа состоит из тематических разделов: вводное занятие, партерная гимнастика, классический танец, народный танец, упражнения для разминки, постановочно-репетиционная деятельность, итоговое занятие. Содержание материала постепенно усложняется. Каждый последующий год обучения педагог



возвращается к пройденному материалу на более высоком уровне, на новом музыкальном материале с учетом возрастных особенностей детей. С ежегодным усложнением и углублением учебного материала происходит его расширение.

Образовательные блоки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Аллегро малышам» предусматривают усвоение теоретических знаний, но, учитывая специфику хореографического искусства, упор в обучении по программе делается на практические занятия. Практические задания способствуют развитию у детей творческих способностей.

Теоретическая часть может включать в себя информацию о правилах исполнения того или иного движения, о хореографической терминологии, историческую справку, сведения о жизни и творчестве выдающихся танцоров, характере музыкальных произведений в сочетании с танцевальными движениями, этике поведения и сценической культуре и т.д.

Практическая часть занимает основное место в содержании программы, включает в себя разучивание и проработка элементов упражнений, танцевальных движений, комбинаций, композиций, закрепление их путем повторения, разучивание и отработку рисунков танца.

Условиями освоения содержания программы являются непрерывность и регулярность занятий, соблюдение принципа доступности изучаемого материала, постепенное усложнение изучаемого материала, также постоянное повторение материала.

Разделы программы изучаются последовательно, но с учетом концентричности, т.е. возвращения к уже изученному материалу и его освоение на более сложном уровне.

Для освоения обучающимися программы «Азбука танца» используются следующие методы:

- игровой метод. Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является игра, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая танцевальная игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В

процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире;

- наглядный метод – выразительный показ педагога под счет, с музыкой;
- метод иллюстративной наглядности. Это и рассказы о танцевальной культуре, о стилях танца, знакомство с фото- и видеоматериалами танцевальных номеров известных танцевальных коллективов;
- метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация);
- словесный метод. Это беседа о танце, танцевальных направлениях, характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка;
- практический метод заключается в многократном выполнении конкретного движения, комбинации, композиции;
- концентрический метод заключается в том, что по мере усвоения детьми определённых движений, танцевальных композиций вновь возвращаемся к пройденному, усложняя их;
- импровизационный метод предполагает сначала раскрепостить детей и впоследствии дать возможность им самим фантазировать и импровизировать под музыку.

### **Характеристика обучающихся**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа стартового уровня «Азбука танца» рассчитана на работу с обучающимися в возрасте 5-7 лет без специальных хореографических навыков. Набор и формирование групп осуществляется без вступительных испытаний. Наполняемость групп от 10 до 15 человек. Группы формируются в соответствии с возрастом обучающихся.

На занятиях учитываются возрастные особенности развития ребенка, физиологических и психологических особенности, присущие дошкольному возрасту.

Дошкольный период общепризнан как начальный этап развития внутреннего мира ребенка, его духовности, формирования общечеловеческих ценностей. Этот возраст является временем интенсивного развития и всесторонней

любопытности. Изучение детьми хореографии, вводит их в мир волнующих перевоплощений, радостных переживаний, открывает путь эстетического восприятия и освоения жизни в рамках, доступных его возрасту.

На пятом году жизни у детей формируется навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки, дети могут самостоятельно менять движения в соответствии с музыкой. Совершенствуются танцевальные движения, умение двигаться в парах по кругу, в танцах и хороводах, ритмично хлопать в ладоши, выполнять простейшие перестроения, подскоки.

В шесть лет ребенок физически крепнет, становится более подвижным. Успешно овладевает основными движениями, у него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается произвольная память. Появляются элементы творчества во всех видах детской деятельности.

Дети седьмого года жизни имеют достаточно развитые двигательные навыки: они умеют ритмично ходить и бегать; легко, энергично, а также высоко поднимать ноги в коленях; скакать с ноги на ногу; самостоятельно строить круг, расширяя и уменьшая его; двигаться парами по кругу, сохраняя расстояние между парами; выполнять различные движения с предметами и без них; исполнять отдельные танцевальные движения (выставлять ноги вперед на прыжке, делать приставной шаг, с приседанием, полуприседанием, кружиться, продвигаясь вперед), способны передавать игровые образы различного характера.

### **Сроки реализации дополнительной образовательной программы**

Дополнительная общеобразовательная программа «Аллегро малышам» рассчитана на 3 года обучения. Нагрузка составляет 2 часа в неделю, 72 часа в год. Зачисление обучающихся производится в начале учебного года. В течение учебного года возможно зачисление при наличии свободных мест.

## **Формы и режим проведения занятий**

В соответствии с нормами СанПин 2.4. 3648-20 занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу в ходе первого года обучения и 1 раз в неделю по 2 часа в ходе второго и третьего года обучения.

Основной формой организации учебной деятельности при реализации программы «Азбука танца» является занятие. Занятия включают в себя теоретическую и практическую части. Теоретическая часть занятий при работе максимально компактна и включает в себя необходимую информацию о теме и предмете знания.

Формы занятий, используемые в рамках программы «Аллегро малышам», классифицируются следующим образом:

- по количеству детей, участвующих в занятии: коллективное, групповое и индивидуальное занятие; преимущество отдается коллективным занятиям;
- по дидактической цели: вводное занятие, теоретическое занятие (лекция, беседа), практическое занятие, комбинированное занятие, контрольное занятие.

### Структура занятия:

1 этап – организационная часть.

Инструктаж по технике безопасности.

2 этап – основная часть.

Постановка цели и задач занятия.

Разминка/разогрев.

Повторение ранее изученного материала.

Изучение и закрепление нового материала.

3 этап – заключительная часть.

Анализ работы.

Рефлексия.

Подведение итогов.

## **Ожидаемые результаты и форма их проверки**

Ожидаемые результаты в результате обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Аллегро малышам»:

1. Предметные:

- исполнение изученных упражнений классического и народного танца;
- знание изученной хореографической терминологии;
- умение хлопками передать ритмический рисунок, заданный педагогом;
- умение передать предложенный педагогом образ посредством хореографии;
- умение быстро и правильно ориентироваться в танцевальном пространстве;
- умение ощущать работу мышц при выполнении какого-либо движения, выполнять упражнения в замедленном темпе, фиксировать положение тела и его частей в отдельные моменты двигательного действия;
- умение характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение;
- формирование навыка многократного упорного повторения изученного материала с целью совершенствования исполнения;
- умение различать основные характерные движения некоторых народных танцев;
- умение самостоятельно подготовиться к занятию.

## 2. Метапредметные:

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- умение описать словесно показанный в танце образ, сюжет танца;
- умение в сотрудничестве с педагогом ставить новые учебные задачи;
- умение соотносить темп музыкального произведения и темп движения;
- проявление устойчивого интереса к хореографическому искусству;
- умение работать в паре, группе;
- способность допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- способность учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию.

## 3. Личностные:

- формирование мотивации к учебной деятельности;
- любознательность, интерес к занятиям;

- проявление дисциплинированности;
- развитие эстетического вкуса;
- развитие культуры поведения, общения.
- проявление трудолюбия и упорства в достижении целей;
- наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству;
- сформированное стремление сохранить и укрепить собственную физическую форму;
- личное стремление к совершенствованию своих танцевальных способностей;
- проявление патриотических чувств.

Текущий контроль освоения программы проводится в течение учебного года после изучения каждого раздела. Перед началом обучения проходит входная диагностика начального уровня обучающихся. К формам текущего контроля относится контрольное задание в целях контроля практических умений и навыков. опрос, тестовая работа в целях контроля знаний теоретического материала

В целях текущего контроля за результатами освоения программы используются следующие формы оценки: наблюдение и педагогическая оценка выполненного задания.

Оценочные процедуры опираются на следующий общий инструментарий:

Показатели	Критерии	Степень выраженности оцениваемого
<b>Теоретическая подготовка</b>		
1.1. Теоретические знания	Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям	Минимальный уровень (ребенок овладел менее чем 0,5 объема знаний, предусмотренных программой) Средний уровень (объем усвоенных знаний составляет 0,5) Максимальный уровень (ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренный программой)
1.2. Владение специальной терминологией	Осмысленность правильность использования специальной терминологии	Минимальный уровень (ребенок избегает употребления специальной терминологии) Средний уровень (ребенок сочетает специальную и бытовую терминологию) Максимальный уровень (специальные термины употребляет осознанно в соответствии с их содержанием)
<b>Практическая подготовка</b>		
2.1. Практические умения и	Соответствие практических умений и	Минимальный уровень (ребенок овладел менее чем 0,5 объема умений и навыков, предусмотренных программой)

навыки, предусмотренные программой	навыков программным требованиям.	Средний уровень (объем усвоенных умений и навыков составляет 0,5) Максимальный уровень (ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренный программой)
2.2. Творческие навыки	Креативность в выполнении заданий	Начальный (элементарный) уровень развития креативности (ребенок в состоянии выполнить лишь простейшие задания педагога) Репродуктивный уровень (выполняет задания на основе образца) Творческий уровень (выполняет задания с элементами творчества)
<b>Воспитательный компонент</b>		
3.1. Личностные качества	Соответствие принятым в обществе правилам, традициям.	Максимальный уровень: Сформированность духовно-нравственных, этических, гражданско-патриотических качеств, уважительное отношение к родителям, сверстникам, истории страны и малой родины, культурным традициям народа, правилам, принятым в обществе, стремление к саморазвитию и самопознанию, продуктивное сотрудничество с окружающими при решении различных творческих задач. Средний уровень: недостаточная сформированность вышеперечисленных качеств. Низкий уровень: полное или частичное отсутствие вышеперечисленных качеств.

Баллово-уровневая корреляция:

Минимальный уровень соответствует 1 баллу.

Средний уровень соответствует 2 баллам.

Высокий уровень соответствует 3 баллам.

Фиксация результатов освоения программы осуществляется в диагностических картах. Динамика достижения планируемых результатов отражается в специальном журнале. Оценить результаты освоения программы позволяют контрольно-измерительные материалы.

#### Диагностическая карта

В каждом столбце выставляется от 1 до 3-х баллов.

В конце года все баллы суммируются.

Высокий/средний/низкий уровень освоения программы определяется количеством баллов.

№	Фамилия Имя	Название текущего контроля, дата				Итог
		Входная диагностика 05.09.2023				
1						
2						

### Формы контроля и подведения итогов реализации программы.

Промежуточная аттестация проводится в соответствии Положением о промежуточной аттестации и текущем контроле муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Детский центр культуры».

Аттестация состоит из выполнения тестовой работы, определяющей уровень владения теоретическим материалом и практического задания, которое может быть проведено как через учебное занятие, так и через отчетный концерт или конкурс.

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Содержание (разделы)	Количество часов						Всего
		1 год		2 год		3 год		
		Теория	практика	теория	практика	теория	практика	
1	Вводное занятие	1	-	1	1	1	1	5
2	Упражнения для разминки	1	5	-	-	-	-	6
3	Партерная гимнастика	4	6	-	8	-	10	28
4	Классический танец	6	6	3	15	1	19	50
5	Народный танец	-	12	-	14	-	12	38
6	Упражнения на ориентирование в пространстве	2	6	-	2	-	4	14
7	Постановочно-репетиционная деятельность	1	21	2	24	2	20	70
8	Итоговое занятие	-	1	-	2	-	2	5



## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 год обучения

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Вид контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	<b>Вводное занятие</b>	<b>1</b>	<b>1</b>		Текущий контроль
	Вводное занятие	1	1		
2.	<b>Упражнения для разминки</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	Текущий контроль
	Зачем нужна разминка?	1	1		
	Упражнения для разогрева мышц шеи	1		1	
	Упражнения для разогрева мышц плечевого пояса	1		1	
	Упражнения для разогрева мышц туловища	1		1	
	Упражнения для разогрева мышц рук	1		1	
	Упражнения для разогрева мышц ног	1		1	
3.	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	Текущий контроль
	Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп	2	1	1	
	Упражнения для развития выворотности ног	4	1	3	
	Упражнения для развития танцевального шага	2	1	1	
	Упражнения для развития гибкости позвоночника	2	1	1	
4.	<b>Классический танец</b>	<b>12</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	Текущий контроль
	Постановка корпуса, кисти	2	1	1	
	Позиции рук	2	1	1	
	Позиции ног	2	1	1	
	Экзерсис у станка: releve	2	1	1	
	Экзерсис у станка: demi plie	2	1	1	
	Allegro	2	1	1	
5.	<b>Народный танец</b>	<b>12</b>		<b>12</b>	Текущий контроль
	Положения и движения рук	1		1	
	Позиции ног	1		1	
	Шаги народного танца	2		2	
	Экзерсис на середине: battement tendu	2		2	
	Выстукивания	2		2	
	Ритмические упражнения	1		1	
	Сочетания элементов	1		1	
	Движения ногами	2		2	
6.	<b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	Текущий контроль

	Простейшие фигуры и перестроения	2	1	1	
	Простейшие перестроения	2	1	1	
	Пространственные представления	1		1	
	Различие права и лева	2		2	
	Игра на ориентирование в пространстве	1		1	
7.	<b>Постановочно-репетиционная деятельность</b>	<b>22</b>	<b>1</b>	<b>21</b>	Текущий контроль
	Знакомство с хореографической постановкой	1	1		
	Разучивание основных танцевальных движений постановки	7		7	
	Композиция танца	6		6	
	Отработка четкости и чистоты исполнения	8		8	
8.	<b>Итоговое занятие</b>	<b>1</b>		<b>1</b>	Промежуточная аттестация
	Обобщение изученного	1		1	
	Итого	72	15	57	

## 2 год обучения

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Вид контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Текущий контроль
	Вводное занятие	2	1	1	
2.	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>8</b>		<b>8</b>	Текущий контроль
	Упражнения для развития выворотности ног	2		2	
	Упражнения для развития танцевального шага	2		2	
	Упражнения для развития гибкости позвоночника	2		2	
	Упражнения для развития подвижности тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра	2		2	
3.	<b>Классический танец</b>	<b>18</b>	<b>3</b>	<b>15</b>	Текущий контроль
	Позиции рук	4	1	3	
	Позиции ног	2	1	1	
	Квадрат А.Я.Вагановой	2	1	1	
	Экзерсис у станка: releve	4		4	

	Экзерсис у станка: demi plie	4		4	
	Allegro	2		2	
4.	<b>Народный танец</b>	<b>14</b>		<b>14</b>	Текущий контроль
	Положения и движения рук	2		2	
	Шаги народного танца	2		2	
	Бег в народном танце	2		2	
	Экзерсис на середине: battement tendu	2		2	
	Выстукивания	2		2	
	Ритмические упражнения	2		2	
	Allegro	2		2	
5.	<b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	Текущий контроль
	Перестроения	2		2	
6.	<b>Постановочно-репетиционная деятельность</b>	<b>26</b>	<b>2</b>	<b>24</b>	Текущий контроль
	Знакомство с хореографической постановкой	2	2		
	Разучивание основных танцевальных движений постановки	8		8	
	Композиция танца	6		6	
	Отработка четкости и чистоты исполнения	10		10	
7.	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	Промежуточная аттестация
	Обобщение изученного	2		2	
	Итого	72	6	66	

## 3 год обучения

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Вид контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Текущий контроль
	Вводное занятие	2	1	1	
2.	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>10</b>		<b>10</b>	Текущий контроль
	Упражнения для развития выворотности ног	2		2	
	Упражнения для развития танцевального шага	2		2	
	Упражнения для развития гибкости позвоночника	2		2	
	Упражнения для развития подвижности тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра	2		2	
	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.	2		2	

3.	<b>Классический танец</b>	<b>20</b>	<b>1</b>	<b>19</b>	Текущий контроль
	Повторение, отработка материала второго года обучения	6		6	
	Позиции рук	2	1	1	
	Экзерсис у станка: releve	4		4	
	Экзерсис у станка: demi plie	4		4	
	Allegro	4		4	
4.	<b>Народный танец</b>	<b>12</b>		<b>12</b>	Текущий контроль
	Повторение, отработка материала второго года обучения	2		2	
	Шаги народного танца	2		2	
	«Ковырялочка»	2		2	
	«Припадание»	2		2	
	«Веревочка»	2		2	
	Танцевальные комбинации	2		2	
5.	<b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>	<b>4</b>		<b>4</b>	Текущий контроль
	Фигуры народного танца	4		4	
6.	<b>Постановочно-репетиционная деятельность</b>	<b>22</b>	<b>2</b>	<b>20</b>	Текущий контроль
	Знакомство с хореографической постановкой	2	2		
	Разучивание основных танцевальных движений постановки	8		8	
	Композиция танца	4		4	
	Отработка четкости и чистоты исполнения	8		8	
7.	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	Промежуточная аттестация
	Обобщение изученного				
	Итого	72	4	68	

### КАЛЕНДАРНО-УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

#### 1 год обучения

№	Число, месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Раздел, тема занятия	Форма контроля
1.	01.09-07.09	Вводное занятие	1	Вводное занятие: план работы, инструктаж ТБ, ОТ, ПДД, ППБ	Педагогическая оценка
2.	01.09-07.09	Практическое занятие	1	Упражнения для разминки: зачем нужна разминка?	Наблюдение
3.	08.09-14.09	Практическое занятие	1	Упражнения для разминки: упражнения для разогрева мышц шеи.	Наблюдение
4.	08.09-14.09	Практическое занятие	1	Упражнения для разминки: упражнения для разогрева мышц плечевого пояса.	Наблюдение
5.	15.09-21.09	Практическое занятие	1	Упражнения для разминки: упражнения для разогрева мышц туловища.	Наблюдение
6.	15.09-21.09	Практическое занятие	1	Упражнения для разминки: упражнения для разогрева мышц рук.	Наблюдение
7.	22.09-28.09	Контрольное занятие	1	Упражнения для разминки: упражнения для разогрева мышц ног.	Педагогическая оценка
8.	22.09-28.09	Теоретическое занятие	1	Партерная гимнастика: упражнения для развития подвижности голеностопного	Наблюдение

				сустава, эластичности мышц голени и стоп.	
9.	29.09-05.10	Практическое занятие	1	Партерная гимнастика: упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп.	Наблюдение
10.	29.09-05.10	Беседа	1	Партерная гимнастика: упражнения для развития выворотности ног.	Наблюдение
11.	06.10-12.10	Практическое занятие	1	Партерная гимнастика: упражнения для развития выворотности ног.	Наблюдение
12.	06.10-12.10	Практическое занятие	1	Партерная гимнастика: упражнения для развития выворотности ног.	Наблюдение
13.	13.10-19.10	Практическое занятие	1	Партерная гимнастика: упражнения для развития выворотности ног.	Наблюдение
14.	13.10-19.10	Беседа	1	Партерная гимнастика: упражнения для развития танцевального шага.	Наблюдение
15.	20.10-26.10	Практическое занятие	1	Партерная гимнастика: упражнения для развития танцевального шага.	Наблюдение
16.	20.10-26.10	Беседа	1	Партерная гимнастика: упражнения для улучшения гибкости позвоночника.	Наблюдение
17.	27.10-02.11	Контрольное занятие	1	Партерная гимнастика: упражнения для улучшения гибкости позвоночника.	Педагогическая оценка
18.	27.10-02.11	Беседа	1	Классический танец: постановка корпуса, кисти.	Наблюдение
19.	03.11-09.11	Практическое занятие	1	Классический танец: постановка корпуса, кисти.	Наблюдение
20.	03.11-09.11	Беседа	1	Классический танец: позиции рук.	Наблюдение
21.	10.11-16.11	Практическое занятие	1	Классический танец: позиции рук.	Наблюдение
22.	10.11-16.11	Беседа	1	Классический танец: позиции ног.	Наблюдение
23.	17.11-23.11	Практическое занятие	1	Классический танец: позиции ног.	Наблюдение
24.	17.11-23.11	Беседа	1	Классический танец: экзерсис у станка: releve.	Наблюдение
25.	24.11-30.11	Практическое занятие	1	Классический танец: экзерсис у станка: releve.	Наблюдение
26.	24.11-30.11	Беседа	1	Классический танец: экзерсиса у станка: demi plie.	Наблюдение
27.	01.12-07.12	Практическое занятие	1	Классический танец: экзерсиса у станка: demi plie.	Наблюдение
28.	01.12-07.12	Беседа	1	Классический танец: allegro.	Наблюдение
29.	08.12-14.12	Контрольное занятие	1	Классический танец: allegro.	Педагогическая оценка
30.	08.12-14.12	Практическое занятие	1	Народный танец: положения и движения рук.	Наблюдение
31.	15.12-21.12	Практическое занятие	1	Народный танец: позиции ног.	Наблюдение
32.	15.12-21.12	Практическое занятие	1	Народный танец: шаги народного танца.	Наблюдение
33.	22.12-28.12	Практическое занятие	1	Народный танец: шаги народного танца.	Наблюдение
34.	22.12-28.12	Практическое занятие	1	Народный танец: экзерсис на середине: battementendu.	Наблюдение
35.	29.12-16.01	Практическое занятие	1	Народный танец: экзерсис на середине: battementendu.	Наблюдение
36.	29.12-16.01	Практическое занятие	1	Народный танец: выстукивания.	Наблюдение
37.	17.01-23.01	Практическое занятие	1	Народный танец: выстукивания.	Наблюдение
38.	17.01-23.01	Практическое занятие	1	Народный танец: ритмические упражнения.	Наблюдение

39.	24.01-30.01	Практическое занятие	1	Народный танец: сочетание элементов.	Наблюдение
40.	24.01-30.01	Практическое занятие	1	Народный танец: движения ногами: «елочка», «ковырялочка».	Наблюдение
41.	31.01-06.02	Контрольное занятие	1	Народный танец: движения ногами: «елочка», «ковырялочка».	Педагогическая оценка
42.	31.01-06.02	Беседа	1	Упражнения на ориентирование в пространстве: простейшие фигуры и перестроения: линия, колонна, круг.	Наблюдение
43.	07.02-13.02	Практическое занятие	1	Упражнения на ориентирование в пространстве: простейшие фигуры и перестроения: линия, колонна, круг.	Наблюдение
44.	07.02-13.02	Беседа	1	Упражнения на ориентирование в пространстве: простейшие перестроения: линия круга и танца, интервал.	Наблюдение
45.	14.02-20.02	Практическое занятие	1	Упражнения на ориентирование в пространстве: простейшие перестроения: линия круга и танца, интервал.	Наблюдение
46.	14.02-20.02	Практическое занятие	1	Упражнения на ориентирование в пространстве: пространственные представления.	Наблюдение
47.	21.02-27.02	Практическое занятие	1	Упражнения на ориентирование в пространстве: различие права и лева.	Наблюдение
48.	21.02-27.02	Практическое занятие	1	Упражнения на ориентирование в пространстве: различие права и лева.	Наблюдение
49.	28.02-06.03	Контрольное занятие	1	Упражнения на ориентирование в пространстве: игра на ориентирование в пространстве.	Педагогическая оценка
50.	28.02-06.03	Беседа	1	Постановочно-репетиционная деятельность: знакомство с хореографической постановкой.	Наблюдение
51.	07.03-13.03	Практическое занятие	1	Постановочно-репетиционная деятельность: разучивание основных танцевальных движений постановки.	Наблюдение
52.	07.03-13.03	Практическое занятие	1	Постановочно-репетиционная деятельность: разучивание основных танцевальных движений постановки.	Наблюдение
53.	14.03-20.03	Практическое занятие	1	Постановочно-репетиционная деятельность: разучивание основных танцевальных движений постановки.	Наблюдение
54.	14.03-20.03	Практическое занятие	1	Постановочно-репетиционная деятельность: разучивание основных танцевальных движений постановки.	Наблюдение
55.	21.03-27.03	Практическое занятие	1	Постановочно-репетиционная деятельность: разучивание основных танцевальных движений постановки.	Наблюдение
56.	21.03-27.03	Практическое занятие	1	Постановочно-репетиционная деятельность: разучивание основных танцевальных движений постановки.	Наблюдение
57.	28.03-03.04	Практическое занятие	1	Постановочно-репетиционная деятельность: разучивание основных танцевальных движений постановки.	Наблюдение
58.	28.03-03.04	Практическое занятие	1	Постановочно-репетиционная деятельность: композиция танца.	Наблюдение
59.	04.04-10.04	Практическое занятие	1	Постановочно-репетиционная деятельность: композиция танца.	Наблюдение
60.	04.04-10.04	Практическое занятие	1	Постановочно-репетиционная деятельность: композиция танца.	Наблюдение
61.	11.04-17.04	Практическое занятие	1	Постановочно-репетиционная деятельность: композиция танца.	Наблюдение

62.	11.01-17.04	Практическое занятие	1	Постановочно-репетиционная деятельность: композиция танца.	Наблюдение
63.	18.04-24.04	Практическое занятие	1	Постановочно-репетиционная деятельность: композиция танца.	Наблюдение
64.	18.04-24.04	Практическое занятие	1	Постановочно-репетиционная деятельность: отработка четкости и чистоты исполнения.	Наблюдение
65.	25.04-04.05	Практическое занятие	1	Постановочно-репетиционная деятельность: отработка четкости и чистоты исполнения.	Наблюдение
66.	25.04-04.05	Практическое занятие	1	Постановочно-репетиционная деятельность: отработка четкости и чистоты исполнения.	Наблюдение
67.	05.05-15.05	Практическое занятие	1	Постановочно-репетиционная деятельность: отработка четкости и чистоты исполнения.	Наблюдение
68.	05.05-15.05	Практическое занятие	1	Постановочно-репетиционная деятельность: отработка четкости и чистоты исполнения.	Наблюдение
69.	16.05-22.05	Практическое занятие	1	Постановочно-репетиционная деятельность: отработка четкости и чистоты исполнения.	Педагогическая оценка
70.	16.05-22.05	Практическое занятие	1	Постановочно-репетиционная деятельность: отработка четкости и чистоты исполнения.	Наблюдение
71.	23.05-31.05	Контрольное занятие	1	Постановочно-репетиционная деятельность: отработка четкости и чистоты исполнения.	Педагогическая оценка
72.	23.05-31.05	Контрольное занятие	1	Итоговое занятие. Промежуточная аттестация.	Педагогическая оценка

## 2 год обучения

№	Число, месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Раздел, тема занятия	Форма контроля
1.	01.09-07.09	Вводное занятие	2	Вводное занятие: план работы, инструктаж ТБ, ОТ, ПДД, ППБ, диагностика физических данных	Педагогическая оценка
2.	08.09-14.09	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика: упражнения для развития выворотности ног.	Наблюдение
3.	15.09-21.09	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика: упражнения для развития танцевального шага.	Наблюдение
4.	22.09-28.09	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика: упражнения для улучшения гибкости позвоночника.	Наблюдение
5.	29.09-05.10	Контрольное занятие	2	Партерная гимнастика: упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра.	Педагогическая оценка
6.	06.10-12.10	Комбинированное занятие	2	Классический танец: позиции рук.	Наблюдение
7.	13.10-19.10	Практическое занятие	2	Классический танец: позиции рук.	Наблюдение
8.	20.10-26.10	Комбинированное занятие	2	Классический танец: позиции ног.	Наблюдение
9.	27.10-02.11	Комбинированное занятие	2	Классический танец: квадрат А.Я. Вагановой.	Наблюдение
10.	03.11-09.11	Практическое занятие	2	Классический танец: экзерсис у станка: releve.	Наблюдение
11.	10.11-16.11	Практическое занятие	2	Классический танец экзерсис у станка: releve.	Наблюдение

12.	17.11-23.11	Практическое занятие	2	Классический танец: экзерсиса у станка: demi plie.	Наблюдение
13.	24.11-30.11	Практическое занятие	2	Классический танец: экзерсиса у станка: demi plie.	Наблюдение
14.	01.12-07.12	Контрольное занятие	2	Классический танец: allegro.	Педагогическая оценка
15.	08.12-14.12	Практическое занятие	2	Народный танец: положения и движения рук.	Наблюдение
16.	15.12-21.12	Практическое занятие	2	Народный танец: шаги народного танца.	Наблюдение
17.	22.12-28.12	Практическое занятие	2	Народный танец: бег в народном танце.	Наблюдение
18.	29.12-16.01	Практическое занятие	2	Народный танец: экзерсис на середине: battementendu.	Наблюдение
19.	17.01-23.01	Практическое занятие	2	Народный танец: выстукивания.	Наблюдение
20.	24.01-30.01	Практическое занятие	2	Народный танец: ритмические упражнения.	Наблюдение
21.	31.01-06.02	Контрольное занятие	2	Народный танец: allegro.	Педагогическая оценка
22.	07.02-13.02	Контрольное занятие	2	Упражнения на ориентирование в пространстве: перестроения.	Педагогическая оценка
23.	14.02-20.02	Беседа	2	Постановочно-репетиционная деятельность: знакомство с хореографической постановкой.	Наблюдение
24.	21.02-27.02	Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная деятельность: разучивание основных танцевальных движений постановки.	Наблюдение
25.	28.02-06.03	Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная деятельность: разучивание основных танцевальных движений постановки.	Наблюдение
26.	07.03-13.03	Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная деятельность: разучивание основных танцевальных движений постановки.	Наблюдение
27.	14.03-20.03	Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная деятельность: разучивание основных танцевальных движений постановки.	Наблюдение
28.	21.03-27.03	Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная деятельность: композиция танца.	Наблюдение
29.	28.03-03.04	Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная деятельность: композиция танца.	Наблюдение
30.	04.04-10.04	Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная деятельность: композиция танца.	Наблюдение
31.	11.04-17.04	Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная деятельность: отработка четкости и чистоты исполнения.	Наблюдение
32.	18.04-24.04	Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная деятельность: отработка четкости и чистоты исполнения.	Наблюдение
33.	25.04-04.05	Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная деятельность: отработка четкости и чистоты исполнения.	Наблюдение
34.	05.05-15.05	Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная деятельность: отработка четкости и чистоты исполнения.	Наблюдение
35.	16.05-22.05	Контрольное	2	Постановочно-репетиционная	Педагогическая



		занятие		деятельность: отработка четкости и чистоты исполнения.	оценка
36.	23.05-31.05	Контрольное занятие	2	Итоговое занятие. Промежуточная аттестация	Педагогическая оценка

## 3 год обучения

№	Число, месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Раздел, тема занятия	Форма контроля
1.	01.09-07.09	Вводное занятие	2	Вводное занятие: план работы, инструктаж ТБ, ОТ, ПДД, ППБ, диагностика физических данных	Педагогическая оценка
2.	08.09-14.09	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика: упражнения для развития выворотности ног.	Наблюдение
3.	15.09-21.09	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика: упражнения для развития танцевального шага.	Наблюдение
4.	22.09-28.09	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика: упражнения для улучшения гибкости позвоночника.	Наблюдение
5.	29.09-05.10	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика: упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра.	Наблюдение
6.	06.10-12.10	Контрольное занятие	2	Партерная гимнастика: упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.	Педагогическая оценка
7.	13.10-19.10	Практическое занятие	2	Классический танец: повторение, отработка материала второго года обучения.	Наблюдение
8.	20.10-26.10	Практическое занятие	2	Классический танец: повторение, отработка материала второго года обучения.	Наблюдение
9.	27.10-02.11	Практическое занятие	2	Классический танец: повторение, отработка материала второго года обучения.	Наблюдение
10.	03.11-09.11	Комбинированное занятие	2	Классический танец: позиции рук.	Наблюдение
11.	10.11-16.11	Практическое занятие	2	Классический танец: экзерсис у станка: releve.	Наблюдение
12.	17.11-23.11	Практическое занятие	2	Классический танец экзерсис у станка: releve.	Наблюдение
13.	24.11-30.11	Практическое занятие	2	Классический танец: экзерсиса у станка: demiplie.	Наблюдение
14.	01.12-07.12	Практическое занятие	2	Классический танец: экзерсиса у станка: demiplie.	Наблюдение
15.	08.12-14.12	Практическое занятие	2	Классический танец: allegro.	Наблюдение
16.	15.12-21.12	Контрольное занятие	2	Классический танец: allegro.	Педагогическая оценка
17.	22.12-28.12	Практическое занятие	2	Народный танец: повторение, отработка материала второго года обучения.	Наблюдение
18.	29.12-16.01	Практическое занятие	2	Народный танец: шаги народного танца.	Наблюдение
19.	17.01-23.01	Практическое занятие	2	Народный танец: «ковырялочка».	Наблюдение
20.	24.01-30.01	Практическое занятие	2	Народный танец: «припадание».	Наблюдение
21.	31.01-06.02	Практическое занятие	2	Народный танец: «веревочка».	Наблюдение

22.	07.02-13.02	Контрольное занятие	2	Народный танец: танцевальные комбинации	Педагогическая оценка
23.	14.02-20.02	Практическое занятие	2	Упражнения на ориентирование в пространстве: фигуры народного танца.	Наблюдение
24.	21.02-27.02	Контрольное занятие	2	Упражнения на ориентирование в пространстве: фигуры народного танца.	Педагогическая оценка
25.	28.02-06.03	Беседа	2	Постановочно-репетиционная деятельность: знакомство с хореографической постановкой.	Наблюдение
26.	07.03-13.03	Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная деятельность: разучивание основных танцевальных движений постановки.	Наблюдение
27.	14.03-20.03	Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная деятельность: разучивание основных танцевальных движений постановки.	Наблюдение
28.	21.03-27.03	Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная деятельность: разучивание основных танцевальных движений постановки.	Наблюдение
29.	28.03-03.04	Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная деятельность: разучивание основных танцевальных движений постановки.	Наблюдение
30.	04.04-10.04	Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная деятельность: композиция танца.	Наблюдение
31.	11.04-17.04	Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная деятельность: композиция танца.	Наблюдение
32.	18.04-24.04	Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная деятельность: отработка четкости и чистоты исполнения.	Наблюдение
33.	25.04-04.05	Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная деятельность: отработка четкости и чистоты исполнения.	Наблюдение.
34.	05.05-15.05	Практическое занятие	2	Постановочно-репетиционная деятельность: отработка четкости и чистоты исполнения.	Наблюдение
35.	16.05-22.05	Контрольное занятие	2	Постановочно-репетиционная деятельность: отработка четкости и чистоты исполнения.	Педагогическая оценка
36.	23.05-31.05	Контрольное занятие	2	Итоговое занятие. Промежуточная аттестация.	Педагогическая оценка

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Содержание программы 1 года обучения

**Раздел 1.** Вводное занятие – 1 час.

**Тема 1:** вводное занятие.

Теория (1ч): ознакомление с правилами коллектива, с тем, что необходимо для занятий танцем (танцевальная форма, обувь), содержанием 1-го года обучения,

планом работы. Инструктаж по технике безопасности и по правилам поведения на занятиях в танцевальном зале, а также инструктаж по охране труда, ПДД, ППБ.

## **Раздел 2.** Упражнения для разминки – 6 часов.

### **Тема 1:** зачем нужна разминка?

*Теория (1 ч):* понятие разминки, цель разминки, виды разминки. Методика выполнения упражнений.

### **Тема 2:** упражнения для разогрева мышц шеи.

*Практика (1 ч):* наклоны, повороты головой.

### **Тема 3:** упражнения для разогрева мышц плечевого пояса

*Практика (1 ч):* движения плечами вверх, вниз, вперед, назад, круговые движения плечами (вместе и поочередно).

### **Тема 4:** упражнения для разогрева мышц туловища.

*Практика (1 ч):* наклоны корпуса вперед, назад, в стороны; круговые вращения.

### **Тема 5:** упражнения для разогрева мышц рук.

*Практика (1 ч):* движения кистями рук, в локтевом суставе, вращения, волны руками.

### **Тема 6:** упражнения для разогрева мышц ног.

*Практика (1 ч):* различные шаги и прыжки, различные виды бега.

## **Раздел 3.** Партерная гимнастика – 10 часов.

**Тема 1:** упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп.

*Теория (1 ч):* понятия: стопа, голеностоп; методика выполнения упражнений.

*Практика (1 ч):* «иголки», «утюжки», чередование I и VI позиции в положении сидя, «русалочка».

### **Тема 2:** упражнения для развития выворотности ног.

*Теория (1 ч):* понятия: выворотности, голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Методика выполнения упражнений.

*Практика (3 ч):* I позиция в положении сидя хват изнутри, «бабочка», «лягушка»

Тема 3: упражнения для развития танцевального шага.

*Теория (1 ч):* понятие танцевального шага, методика выполнения упражнений.

*Практика (1 ч):* складка горизонтальная, подъем ног поочередно руками вперед и в сторону, наклон вперед с широко разведенными ногами.

Тема 4: упражнения для улучшения гибкости позвоночника.

*Теория (1 ч):* понятие позвоночника, методика выполнения упражнений.

*Практика (1 ч):* «колечко», «корзинка», «кошечка».

**Раздел 4.** Классический танец – 12 часов.

Тема 1: постановка корпуса, кисти.

*Теория (1 ч):* методика выполнения элементов классического танца, терминология.

*Практика (1 ч):* правильная постановка корпуса, кисти.

Тема 2: позиции рук.

*Теория (1 ч):* методика выполнения элементов классического танца, терминология.

*Практика (1 ч):* подготовительная, I позиции рук.

Тема 3: позиции ног.

*Теория (1 ч):* методика выполнения элементов классического танца, терминология.

*Практика (1 ч):* подготовительная, VI, I позиции ног.

Тема 4: экзерсис у станка: releve.

*Теория (1 ч):* методика выполнения элементов классического танца, терминология.

*Практика (1 ч):* releve по VI позиции лицом к станку.

Тема 5: экзерсиса у станка: demi plie.

*Теория (1 ч):* методика выполнения элементов классического танца, терминология.

*Практика (1 ч):* demi plie по I позиции лицом к станку.

Тема 6: allegro.

*Теория (1 ч):* методика выполнения элементов классического танца, терминология.

*Практика (1 ч):* прыжок temps leve sauté по VI позиции.

### **Раздел 5.** Народный танец – 12 часов.

Тема 1: положения и движения рук.

*Практика (1 ч):* положение рук на талии, хлопки, взмахи кистью и платочком, положения «полочка» и «лодочка»

Тема 2: позиции ног.

*Практика (1 ч):* I, III, VI позиции ног.

Тема 3: шаги народного танца.

*Практика (2 ч):* простой бытовой шаг, приставной шаг с приседанием.

Тема 4: экзерсис на середине: battement tendu.

*Практика (2 ч):* battement tendu вперед, в сторону на носок, с переводом на каблук в русском характере, с одновременным приседанием.

Тема 5: выстукивания.

*Практика (2 ч):* притоп простой, двойной, тройной.

Тема 6: ритмические упражнения.

*Практика (1 ч):* ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами.

Тема 7: сочетание элементов.

*Практика (1 ч):* приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота.

Тема 8: движения ногами.

*Практика (2 ч):* «елочка», «ковырялочка».

### **Раздел 6.** Упражнения на ориентирование в пространстве – 8 часов.

Тема 1: простейшие фигуры и перестроения.

*Теория (1 ч):* понятия: линия, колонна, круг.

*Практика (1 ч):* построение в простейшие фигуры: линия, колонна, круг; простейшие перестроения: сужение и расширение круга, перестроения из одной фигуры в другую.

Тема 2: простейшие перестроения.

*Теория (1 ч):* понятия: линия круга, линия танца, интервал.

*Практика (1 ч):* движение по линии танца, против линии танца; по линии круга; интервал.

Тема 3: пространственные представления.

*Практика (1 ч):* овладение такими пространственными представлениями, как: слева, справа, вверху, внизу, сзади, спереди и др.

Тема 4: различие права и лева.

*Практика (2 ч):* различие правой, левой руки, ноги, плеча; повороты вправо и влево.

Тема 5: игра на ориентирование в пространстве.

*Практика (1 ч):* игра «Найди свое место».

## **Раздел 7.** Постановочно-репетиционная деятельность – 22 часа.

Тема 1: знакомство с хореографической постановкой.

*Теория (1 ч):* знакомство с музыкальным материалом. Рассказ о сюжете танца, действующих лицах. Беседа по теме танца.

Тема 2: разучивание основных танцевальных движений постановки.

*Практика (7 ч):* разучивание отдельных танцевальных элементов, соединение движений в танцевальные комбинации.

Тема 3: композиция танца.

*Практика (6 ч):* изучение рисунка постановки. Выстраивание танцевальных композиций, построенных на изученных танцевальных движениях, в законченную форму-танец.

Тема 4: отработка четкости и чистоты исполнения.

*Практика (8 ч):* отработка синхронности в исполнении, четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. Работа над техникой танца, выразительностью и эмоциональностью исполнения.

## **Раздел 8.** Итоговое занятие – 1 час.

Тема 1: обобщение изученного материала.

*Практика (1 ч):* демонстрация учащимися изученного материала, подведение итогов.

## Содержание программы 2 года обучения

### **Раздел 1.** Вводное занятие – 2 часа.

Тема 1: вводное занятие.

*Теория (1ч):* ознакомление с содержанием 2-го года обучения, планом работы. Инструктаж по технике безопасности и по правилам поведения на занятиях в танцевальном зале, а также инструктаж по охране труда, ПДД, ППБ.

*Практика (1 ч):* диагностика физических данных учащихся.

### **Раздел 2.** Партерная гимнастика – 8 часов.

Тема 1: упражнения для развития выворотности ног.

*Практика (2 ч):* I позиция в положении сидя хват изнутри, «паровозик» в I позиции, «бабочка», «лягушка», demiplié в положении лежа.

Тема 2: упражнения для развития танцевального шага.

*Практика (2 ч):* складка горизонтальная, вертикальная, подъем ног поочередно руками вперед и в сторону, наклон вперед с широко разведенными ногами, полушпагат с обеих ног.

Тема 3: упражнения для улучшения гибкости позвоночника.

*Практика (2 ч):* «колечко», «корзинка», «кошечка», «змея».

Тема 4: упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра.

*Практика (2 ч):* «лягушка» на животе, grand plié в положении лежа.

### **Раздел 3.** Классический танец – 18 часов.

Тема 1: позиции рук.

*Теория (1 ч):* методика выполнения элементов классического танца.

*Практика (3 ч):* I и III позиции рук, перевод рук из одной позиции в другую.

Тема 2: позиции ног.

*Теория (1 ч):* методика выполнения элементов классического танца.

*Практика (1 ч):* I и II позиции ног, смена позиции.

Тема 3: квадрат А.Я.Вагановой.

*Теория (1 ч):* понятие квадрата Вагановой, точки зала.

*Практика (1 ч):* ориентирование по точкам зала.

Тема 4: экзерсис у станка: releve.

*Практика (4 ч):* releve по VI, I, II позициям лицом к станку. Releve в различном музыкальном темпе.

Тема 5: экзерсиса у станка: demi plie.

*Практика (4 ч):* demi plie по I, II позициям лицом к станку.

Тема 6: allegro.

*Практика (2 ч):* temps leve sauté по VI, I, II позициям.

#### **Раздел 4.** Народный танец – 14 часов.

Тема 1: положения и движения рук.

*Практика (2 ч):* положение на поясе в кулачок, переводы рук из одного положения в другое в характере русского танца, хлопки в ладоши – двойные, тройные.

Тема 2: шаги народного танца.

*Практика (2 ч):* приставной шаг с приседанием/ с притопом, шаг с каблука, переменный шаг, переменный шаг с открыванием рук.

Тема 3: бег в народном танце.

*Практика (2 ч):* простой бег с руками на талии/ с открыванием рук, бег со сгибанием ног назад.

Тема 4: экзерсис на середине: battement tendu.

*Практика (2 ч):* battement tendu на носок/каблук, в сочетании с demi plie, с притопом.

Тема 5: выстукивания.

*Практика (2 ч):* простой дробный ход.

Тема 6: ритмические упражнения.

*Практика (2 ч):* ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами.

Тема 7: allegro.

*Практика (2 ч):* прыжки с поджатыми ногами.

#### **Раздел 5.** Упражнения на ориентирование в пространстве – 2 часа.

Тема 1: перестроения.

*Практика (2 ч):* колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре.



**Раздел 6.** Постановочно-репетиционная деятельность – 26 часов.

Тема 1: знакомство с хореографической постановкой.

*Теория (2 ч):* знакомство с музыкальным материалом. Рассказ о сюжете и характере танца, действующих лицах. Беседа по теме танца.

Тема 2: разучивание основных танцевальных движений постановки.

*Практика (8 ч):* разучивание отдельных танцевальных элементов, соединение движений в танцевальные комбинации.

Тема 3: композиция танца.

*Практика (6 ч):* Изучение рисунка постановки. Выстраивание танцевальных композиций, построенных на изученных танцевальных движениях, в законченную форму-танец.

Тема 4: отработка четкости и чистоты исполнения.

*Практика (10 ч):* отработка синхронности в исполнении, четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. Работа над техникой танца, выразительностью и эмоциональностью исполнения.

**Раздел 7.** Итоговое занятие – 2 часа.

Тема 1: открытое занятие для родителей.

*Практика (2 ч):* демонстрация учащимися изученного материала для родителей, подведение итогов.

**Содержание программы 3 года обучения****Раздел 1.** Вводное занятие – 2 часа.

Тема 1: вводное занятие.

*Теория (1ч):* ознакомление с содержанием 3-го года обучения, планом работы. Инструктаж по технике безопасности и по правилам поведения на занятиях в танцевальном зале, а также инструктаж по охране труда, ПДД, ППБ.

*Практика (1 ч):* диагностика физических данных учащихся.

**Раздел 2.** Партерная гимнастика – 10 часов.

Тема 1: упражнения для развития выворотности ног.

*Практика (2 ч):* упражнения, направленные на развитие выворотности в голеностопном, коленном и тазобедренном суставах.

Тема 2: упражнения для развития танцевального шага.

*Практика (2 ч):* складка горизонтальная, вертикальная, подъем ног поочередно руками вперед и в сторону, наклон вперед с широко разведенными ногами, полушпагат с обеих ног, шпагаты продольные и поперечный.

Тема 3: упражнения для улучшения гибкости позвоночника.

*Практика (2 ч):* «колечко», «корзинка», «кошечка», «змея», «дельфин».

Тема 4: упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра.

*Практика (2 ч):* «лягушка» на животе, grand plié в положении лежа, passé в положении лежа.

Тема 5: упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.

*Практика (2 ч):* скручивания вперед, вперед с поворотом.

### **Раздел 3.** Классический танец – 20 часов.

Тема 1: повторение, отработка материала второго года обучения.

*Практика (6 ч):* I и III позиции рук, перевод рук из одной позиции в другую; I и II позиции ног, смена позиций; releve по VI, I, II позициям лицом к станку в различном музыкальном темпе; demi plié по I, II позициям лицом к станку в медленном темпе равномерно; temps leve sauté по VI, I, II позициям в медленном темпе равномерно.

Тема 2: позиции рук.

*Теория (1 ч):* методика выполнения элементов классического танца.

*Практика (1 ч):* II позиция рук, перевод рук из одной позиции в другую.

Тема 3: экзерсис у станка: releve.

*Практика (4 ч):* releve по VI, I, II позициям с затяжкой положения на полупальцах лицом к станку.

Тема 4: экзерсиса у станка: demi plié.

*Практика (4 ч):* demi plié по I, II позициям в различном музыкальном темпе лицом к станку.

Тема 5: allegro.

*Практика (4 ч):* temps leve sauté по VI, I, II позициям в различном музыкальном темпе.

#### **Раздел 4.** Народный танец – 12 часов.

Тема 1: повторение, отработка материала второго года обучения.

*Практика (2 ч):* различные положения рук, приставной шаг, переменный шаг, простой бег с открытыми/закрытыми руками, battement tendu в различных вариантах на середине зала, простейшие выстукивания: притопы, дробный ход; «елочка», «гармошка», простая «ковырялочка», «припадание», подготовка к присядке у мальчиков.

Тема 2: шаги народного танца.

*Практика (2 ч):* переменный шаг назад, переменный шаг вперед с выносом ноги вперед на носок/на каблук.

Тема 3: «ковырялочка».

*Практика (2 ч):* «ковырялочка» с притопом, с приседанием, с открыванием рук, с подскоком.

Тема 4: «припадание».

*Практика (2 ч):* «припадание» в продвижении, «припадание» в повороте.

Тема 5: «веревочка».

*Практика (2 ч):* подготовка к «веревочке», «веревочка».

Тема 6: танцевальные комбинации.

*Практика (2 ч):* танцевальные комбинации, сочетающие различные изученные элементы.

#### **Раздел 5.** Упражнения на ориентирование в пространстве – 4 часа.

Тема 1: фигуры народного танца.

*Практика (4 ч):* «звездочка», «корзиночка», «ручеек», «змейка», «воротца».

#### **Раздел 6.** Постановочно-репетиционная деятельность – 22 часа.

Тема 1: знакомство с хореографической постановкой.

*Теория (2 ч):* знакомство с музыкальным материалом. Рассказ о сюжете и характере танца, действующих лицах. Беседа по теме танца.

Тема 2: разучивание основных танцевальных движений постановки.

*Практика (8 ч):* разучивание отдельных танцевальных элементов, соединение движений в танцевальные комбинации.

Тема 3: композиция танца.

*Практика (4 ч):* Изучение рисунка постановки. Выстраивание танцевальных композиций, построенных на изученных танцевальных движениях, в законченную форму-танец.

Тема 4: отработка четкости и чистоты исполнения.

*Практика (8 ч):* отработка синхронности в исполнении, четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. Работа над техникой танца, выразительностью и эмоциональностью исполнения.

**Раздел 7.** Итоговое занятие – 2 часа.

Тема 1: открытое занятие для родителей.

*Практика (2 ч):* демонстрация учащимися изученного материала для родителей, подведение итогов.

## УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### **Материально-техническое обеспечение**

Кабинет для занятий соответствует требованиям СанПин 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Оборудование:

- хореографический класс, оборудованный зеркалами, станками, со специальным покрытием пола;
- компьютер, музыкальный центр, мультимедийное оборудование, flesh-накопители;
- гимнастические коврики;
- сценические костюмы;
- игровой, танцевальный реквизит.

Методическое обеспечение:

- методическая литература;

- информационно-справочные материалы;
- аудиоматериалы;
- обучающее видео;
- видеозаписи концертов и выступлений;
- наглядные пособия.

### **Кадровое обеспечение**

Педагог дополнительного образования, соответствующий Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (утвержден приказом министерства труда России от 22 сентября 2021 года № 652н).

### **Возможные формы реализации программы**

Форма реализации очная. Возможно обучение по программе в дистанционном формате с использованием сети Интернет (групповые видео-звонки в Сферуме, группа объединения в Вконтакте и др. возможности).

### **Возможность индивидуальных образовательных маршрутов**

При реализации программы возможна разработка индивидуальных образовательных маршрутов для детей с ОВЗ и с особыми образовательными потребностями.

## **СПИСОК ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ**

### **Список литературы для педагога**

1. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. – Ульяновск: Дивизион, 2017. – 328 с.
2. Звездочкин В.А. Классический танец: учебное пособие. 3-е изд., испр. – СПб.: Планета музыки, 2013. – 400 с.: ил.
3. Лукьянова Е.А. Дыхание в хореографии: учебное пособие для СПО / Е.А. Лукьянова. – 2-е изд., стер. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2023. – 184 с.
4. Мелентьева Л.Д., Бочкарёва Н.С. Классический танец: учебно-методическое пособие. – Кеморово: КемГИК, 2016. – 120 с.

5. Мориц В.Э., Тарасов Н.И., Чекрыгин А.И. Методика классического тренажа: учебное пособие. – 3- изд., стер. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2016. – 224 с.
6. Лопухов А.В., Ширяев А.В., Бочаров А.И. Основы характерного танца: учебное пособие. — 4-е изд., стер. — СПб.: Лань, Планета музыки, 2014. — 344 с.: ил.
7. Нельсон, Кокконен. Анатомия упражнений на растяжку. Новейшая редакция. – Минск: Попурри, 2022. – 278 с.
8. Никитин В.Ю. Кузнецов Е.А. Партерный тренаж. – СПб.: Век информации, 2018. – 260 с.
9. Панферов В.И. Искусство хореографа: учебное пособие. – Челябинск: ЧГИК, 2017. – 320 с.
10. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. учебное пособие для студентов среднего профессионального образования. – М.: Владос, 2014. – 256 с.
11. Степук Н.Г. Анатомия стретчинга. – М.: Издательство АСТ, 2020. – 162 с.
12. Юзова Е.А. Методика обучения народно-сценическому танцу (экзерсис у палки): учебное пособие для вузов. – М.: Планета музыки, 2023. – 88 с.

#### **Список литературы для детей и родителей**

1. Джессика Мэтьюз: Всё растяжимо. Гибкое и здоровое тело всего за 5 минут в день. – М.: Эксмо-Пресс, 2019. – 208 с.
2. Модестов В.С. Волшебный мир балета. – М.: ТД «Белый город», 2019. – 112 с.
3. Робсон К. Идем на балет. – М.: Махаон, 2021. – 16 с.
4. Сироткина И., Титова М. Зачем люди танцуют. История танца для детей. – М.: Ad Marginem Press, 2023. – 80 с.
5. Тоефуку М. Хочу танцевать! – М.: Поляндрия, 2020. – 32 с.

#### **Электронные образовательные ресурсы**

1. Российское образование. Федеральный портал: офиц. сайт. – URL: <https://edu.ru> (дата обращения 27.01.2023)

2. Сетевые образовательные сообщества Открытый класс: офиц. сайт. – URL: <http://www.openclass.ru> (дата обращения 20.01.2023)
3. Федеральный портал по научной и инновационной деятельности: офиц. сайт. – URL: <http://sci-innov.ru> (дата обращения 18.01.2023)
4. Классический танец: ресурс для хореографа: офиц. сайт. – URL: <https://choreoresour.ru> (дата обращения 10.02.2023)
5. Хореографу в помощь: офиц. сайт. – URL: <https://dancehelp.ru/> (дата обращения 15.02.2023)
6. Все для хореографов и танцоров: офиц. сайт. – URL: <https://www.horeograf.com/> (дата обращения 15.05.2023)