

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА №16 «ОГНИВО»  
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

Принята на заседании  
педагогического совета  
*Протокол №1*  
*от «29» августа 2025 года*

«Утверждаю»  
Директор МАУДО «ЦДТ №16 «Огниво»  
Е.И. Гареева



*Приказ №127*  
*от «29» августа 2025 года*

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ТЕАТРА ТАНЦА**

*Направленность: художественная*

*Возраст обучающихся: 7-8 лет*

*Срок реализации: 1 год (144 ч.)*

*Автор-составитель:*  
Муратова Лиана Ильназовна,  
педагог дополнительного  
образования  
МАУДО «ЦДТ № 16 «Огниво»

## ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1. Образовательная организация	Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования города Набережные Челны «Центр детского творчества №16 «Огниво»
2. Полное название программы	Дополнительная общеразвивающая программа театра танца
3. Направленность программы	художественная
4. Сведения о разработчиках	Муратова Лиана Ильназовна, педагог дополнительного образования
5. Сведения о программе: 5.1. Срок реализации 5.2. Возраст обучающихся 5.3. Характеристика программы: - тип программы  - вид программы - принцип проектирования программы - форма организации содержания и учебного процесса	1 год 7-8 лет  Дополнительная общеобразовательная программа  общеразвивающая
5.4. Цель программы	Развитие творческих и специальных способностей, физическое совершенствование обучающихся средствами хореографического искусства
5. Формы и методы образовательной деятельности	Форма обучения – очная, с возможным использованием дистанционных технологий. Групповая форма проведения занятий с ярко выраженным индивидуальным подходом. Используемые методы: - беседа, рассказ; - показ образцов, демонстрация лучших выступлений известных танцоров; - практическая работа; - решение репродуктивных, проблемных и творческих задач; - упражнения (для разного уровня развития и разной степени освоенности содержания программы обучающимися);

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- организация творческих, имитационных и ролевых игр;</li> <li>- телесно-ориентированные техники (психомышечная релаксация).</li> </ul>
8. Формы мониторинга результативности	<p>промежуточная аттестация обучающихся, аттестация по завершении освоения программы</p>
9. Результативность реализации программы	<p>По окончании полного курса обучения выпускники приобретут личностные результаты, отражающиеся в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- чувство гордости за свою Родину, свой народ и его историю, осознание своей этнической и национальной принадлежности на основе изучения лучших образцов хореографического искусства России, Республики Татарстан, других народов;</li> <li>- уважительное отношение к культуре других народов;</li> <li>- ориентация в культурном многообразии окружающей действительности;</li> <li>- сформированность эстетических потребностей, ценностного отношения к искусству, понимание его функций в жизни человека и общества;</li> <li>- сформированность мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения и профессионального самоопределения;</li> <li>- владение навыками сотрудничества с педагогами и сверстниками.</li> </ul> <p>Приобретут систему предметных компетенций в области ритмики:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- вооружены системой опорных знаний, умений и способов деятельности, обеспечивающих в своей совокупности базу для дальнейшего танцевального образования;</li> <li>- способны практически использовать танцевальный репертуар, знания и умения, приобретённые на занятиях;</li> <li>- способны обладать (на уровне индивидуальных задатков) специальными хореографическими и творческими способностями, музыкальным слухом.</li> </ul> <p>Выпускники будут владеть универсальными способами познавательной и практической деятельности:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности;</li> <li>- владение способами решения проблем творческого и поискового характера в процессе восприятия, исполнения, оценки;</li> <li>- умение планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации;</li> <li>- определять наиболее эффективные способы достижения результата в исполнительской и творческой деятельности;</li> <li>- умение осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации (включая пособия на электронных носителях, обучающие программы, цифровые образовательные ресурсы, мультимедийные презентации и т.д.).</li> </ul>
10. Дата утверждения и последней корректировки программы	Дата утверждения 29.08.2025 года.
10. Рецензенты	<i>Пинтелина Мария Петровна</i> , педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории МАУДО города Набережные Челны «Центр детского творчества №16 «Огниво»

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа театра танца имеет художественную направленность.

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

– Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2025 г.);

– Федеральный закон от 31 июля 2020 г. №304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

– Федеральный закон от 13 июля 2020 г. №189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в ред. от 26.12.2024 г.);

– Указ Президента Российской Федерации от 08 ноября 2021 г. № 633 «Об утверждении Основ государственной политики в сфере стратегического планирования в Российской Федерации»;

– Указ Президента Российской Федерации от 09 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

– Указ Президента РФ от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года» (ред. от 07.05.2024 г.);

– Указ Президента Российской Федерации от 28 февраля 2024 г. № 145 «О Стратегии научно-технологического развития Российской Федерации»;

– Указ Президента Российской Федерации от 29.05.2017 № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства». План основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года. Утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 23.01.2021 № 122-р (в редакции распоряжения Правительства Российской Федерации от 12.06.2025 № 1547-р.);

– Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования», утверждена Постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 года № 1642 (в ред. 24 июля 2025 г.);

– Распоряжение Правительства РФ от 17.08.2024 № 2233-р «Об утверждении Стратегии реализации молодежной политики в Российской Федерации на период до 2030 года» (ред. от 08.05.2025);

– Концепция информационной безопасности детей в Российской Федерации, утвержденная распоряжением Федерации от 28 апреля 2023 г. N 1105-р; Правительства Российской Федерации;

– Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р, (1.07.2025 № 1745-р.);

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации

от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

– Приказ Министерства просвещения России от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в редакции от 21 апреля 2023 г.);

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Правила применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утверждена Постановлением Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 г. 1678;

– Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391 (ред. от 22.02.2023) «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (вместе с «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ») и примерной формой договора (изм. 22.02.2023 г.);

– СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (ред. 30.08.2024);

- Постановление государственного санитарного врача Российской Федерации от 17.03.2025 № 2 «О внесении изменений в санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2);

– Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования МАУДО «ЦДТ №16 «Огниво»;

– Положение о порядке разработки, утверждения и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в муниципальном автономном учреждении дополнительного образования города Набережные Челны «Центр детского творчества №16 «Огниво».

При проектировании и реализации программы также учтены методические рекомендации:

– Письмо Минпросвещения России от 31 января 2022 г. № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»)

– Письмо Министерства просвещения России от 30 декабря 2022 года № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные

общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»)

– Письмо ГБУ ДО «Республиканский центр внешкольной работы» № 2749/23 от 07.03.2023 года «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию и реализации современных дополнительных общеобразовательных программ (в том числе, адаптированных) в новой редакции» /сост. А.М. Зиновьев, Ю.Ю. Владимирова, Э.Г. Дёмина).

Программа размещена на сайте МАУДО «ЦДТ №16 «Огниво» (<https://edu.tatar.ru>), в информационном сервисе «Навигатор дополнительного образования Республики Татарстан» (<https://p16.навигатор.дети>)

**Актуальность программы** обусловлена информационной перегрузкой и гиподинамией современных детей, вызывающих проблемы снятия умственного и психологического напряжения. Программа обеспечивает детей физической нагрузкой, развивает умение выражать чувства посредством движения, приобщает к активному образу жизни.

Педагогическая целесообразность программы в том, что Занятия современным танцем помогают воспитать уверенность в себе, развить выразительность и координацию движений. Это необходимо не только для сценических выступлений, но и для воспитания культуры здорового образа жизни современного человека.

### ***Цель и задачи программы***

**Цель программы:** развитие творческих и специальных способностей, физическое совершенствование обучающихся средствами танцевального искусства.

#### ***Обучающие задачи:***

- формирование системы знаний в области теоретических основ, истории и современности искусства танца;
- формирование системы предметных знаний, умений, навыков, необходимых для самостоятельного освоения разного уровня сложности репертуара.

#### ***Развивающие задачи:***

- развитие чувства ритма, координации движений, ориентировки в пространстве (в хореографическом зале, на сценической площадке);
- развитие музыкальных и физических данных детей, музыкально-двигательной памяти, ритмопластического единства (ансамбль), танцевальной выразительности;
- развитие личностных качеств: активность, самостоятельность, коммуникабельность;
- развитие воображения, фантазии, памяти, образного мышления, эмоционально-чувствительной сферы, способности к волевой саморегуляции;
- развитие способности к импровизации и умению исполнять ролевые танцы;
- развитие умения самостоятельно определять цели своего обучения, планировать пути достижения цели, соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль и оценку своей деятельности, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

#### ***Воспитательные задачи:***

- воспитание культуры исполнительской деятельности, культуры

межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в исполнительской деятельности;

- воспитание потребности в постоянном саморазвитии и совершенствовании, в здоровом образе жизни;

- воспитание социальной активности, толерантности, этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, культуры проявления своей индивидуальности.

**Программа рассчитана** на обучающихся школьного возраста от 7 до 8 лет, проявляющих интерес к хореографическому искусству, готовых к творческому развитию и саморазвитию.

Для успешного решения поставленных в программе задач важно учитывать психологические, физиологические возрастные особенности обучающихся.

Занятия с детьми **младшего возраста (7-8 лет)** строятся с учетом индивидуальных особенностей, их потребностей и возможностей. В этом возрасте происходят качественные и структурные изменения головного мозга (он увеличивается). Происходят изменения и в протекании основных нервных процессов - возбуждения и торможения. Проявляется самостоятельность, (желание делать все самому, дети требуют доверия от взрослых), сдержанность (умение подчинять свои желания общим требованиям), настойчивость и упрямство (желание добиться результатов, даже если не понимают цели или не имеют средств для их достижения). Слабые стороны в физиологии детей этого возраста - быстрое истощение запаса энергии в нервных тканях. Костно-мышечный аппарат детей этого возраста отличается большой гибкостью (значительное количество хрящевых тканей и повышенная эластичность клеток). Развитие мелких мышц идет медленно, поэтому быстрые и мелкие движения, требующие точности исполнения, представляют для детей большую сложность.

Объем учебного материала должен быть рассчитан по возможностям детей. В группах этого возраста надо уделять внимание формированию осанки, умению ориентироваться в пространстве, развитию ритмичности, музыкальности.

В этом возрасте закладывается понимание танца, происходит воспитание коллективного исполнения, музыкальной культуры и культуры поведения. Занятие строится на ритмических, игровых элементах и движениях. В основе репертуара - жизнерадостность. Если ставятся сюжетные танцы, то они должны быть событийными, но доступными для восприятия и понимания. Событийность помогает неустойчивому вниманию постоянно находить предмет переключения, и дети на сцене и в зале не утомляются.

Исходя из вышеизложенного, при формировании групп хореографического ансамбля учитываются возрастные и психолого-педагогические особенности детей.

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Общее количество учебных часов составляет 144 часа (2 раза в неделю по 2 часа). Формы организации образовательного процесса: групповые по 15 человек в группе.

### **Содержание программы**

#### **Раздел «Ритмика и танец»**

Данный раздел знакомит обучающихся с особенностями хореографического

искусства, способствует развитию у детей музыкального восприятия, эмоциональности и образности, совершенствованию мелодического и гармонического слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально – двигательный образ. Включает в себя ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по прослушиванию и анализу танцевальной музыки, которые способствуют развитию музыкальности, координации движений, формированию музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки, развитию чувства ритма, способствуют развитию правильной осанки, подвижности суставов, помогают исправить физические недостатки.

При изучении материала данного раздела обучающиеся приобретают двигательные навыки и умения, знания в области танцевальной выразительности, овладевают большим объемом новых движений.

### **Раздел «Партерная гимнастика»**

В раздел «Партерная гимнастика» входят несколько основных комплексов упражнений, направленных на развитие и укрепление основных частей тела обучающихся. На занятиях по данному разделу в основном уделяется внимание стопе, коленному, тазобедренному суставам, гибкости позвоночника, плечевому и локтевому суставам, запястью. Развивается прыжок, координация и выносливость. Упражнения, нацеленные на развитие суставного или мышечного аппарата, строятся по принципу – от простого к сложному. Развитие физических данных ребенка на занятиях состоит из основных этапов: разогрев, растяжка, фиксация.

### **Раздел «Современная хореография»**

При изучении материала данного раздела у детей формируется знание танцевальной азбуки современной хореографии, грамотное исполнение базовых элементов, формируется главное понятие: сочетание движения и дыхания. В данный раздел программы включен подраздел «Танцевальная импровизация», который позволяет ребенку творчески раскрыться и в дальнейшем стать эмоциональным исполнителем, создать яркие сценические образы.

Основная задача педагога обучить детей основам современной хореографии, заложить базу джаз танца, модерн танца, танцевальной импровизации, чтобы обучающиеся, грамотно владея основными элементами и пользуясь правилами исполнения, легко могли освоить любой новый стиль или направление современной хореографии.

### **Раздел «Постановочно-репетиционная работа»**

Раздел «Постановочно-репетиционная работа» готовит детей к выходу на сцену, знакомит с понятием «сцена», «зритель», «артист», «работа на зрителя».

Происходит знакомство с ансамблевой формой работы, начинается подготовка к концертной деятельности. Воспитывается сценическая и зрительская культура. Начинается освоение репертуара хореографического ансамбля. Ведется подготовка обучающихся к конкурсной деятельности.

### **Раздел «Мероприятия в рамках рабочей программы воспитания»**

Предполагает участие в мероприятиях Центра согласно календарному плану воспитательной работы Центра.

### ***Контроль реализации программы***

Изучение результативности программы осуществляется через входную

диагностику, аттестацию по завершении освоения программы.

Входная диагностика осуществляется в форме просмотра. Текущий контроль включает формы: просмотр, обсуждение, отработка. Аттестация по завершении освоения программы проводится в форме концерта.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Модули программы	1 год обучения
1.	Введение	4
2.	Ритмика и танец	38
3.	Партерная гимнастика	26
4.	Современная хореография	22
5.	Постановочно-репетиционная работа	46
6.	Мероприятия в рамках рабочей программы воспитания	6
7.	Аттестация по завершении освоения программы	-
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>

## УЧЕБНЫЙ (ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН

№	Наименование модуля, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		
1.	<b>Введение</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		
1.1	Инструктаж по технике безопасности	4	2	2	теоретическое занятие	анкетирование
2.	<b>Ритмика и танец</b>	<b>38</b>	<b>10</b>	<b>28</b>		
2.1	Элементы музыкальной грамоты	4	2	2	теоретическое занятие практические занятия	устный опрос, включенное педагогическое наблюдение при выполнении упражнений
2.1.1	Характер музыки	2	1	1	теоретическое занятие практические занятия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
2.1.2	Музыкальные размеры	2	1	1	теоретическое занятие практические занятия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
2.1.3	Строение музыкального произведения.	2	1	1	теоретическое занятие практические занятия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
2.2	Упражнения на развитие ориентации в пространстве	6	3	3	теоретическое занятие практические занятия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций

2.2.1	Понятие перестроения. Понятие рисунок танца. Точки зала	2	2	-	теоретическое занятие	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
2.2.2	Упражнения на ориентировку в пространстве	2	-	2	практическое занятия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
2.2.3	Построения и перестроения	2	1	1	теоретическое занятие практическое занятия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
2.3	Упражнения на развитие творческих способностей	6	2	4	беседа практическое занятия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
2.3.1	Понятие творческого пластично-образного самовыражения	2	2	-	теоретическое занятие	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
2.3.2	Игровые упражнения на развитие творческих способностей	4	-	4	практическое занятия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
2.4	Азбука танцевального движения	15	3	12	теоретическое занятие	включенное педагогическое наблюдение,

					практическое занятие	просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
2.4.1	Шаги	6	1	5	теоретическое занятие практическое занятие	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
2.4.2	Позиции рук и ног	2	1	1	теоретическое занятие практическое занятие	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
2.4.3	Положения и движения рук, ног в классическом и народном танце.	3	-	3	практическое занятие	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
2.4.4	Прыжки	4	1	3	теоретическое занятие практическое занятие	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
<b>3.</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>26</b>	<b>12</b>	<b>32</b>		
3.1	Роль и значение ежедневных занятий для поддержания физической формы танцора.	1	1	-	теоретическое занятие	включенное педагогическое наблюдение
3.2	Развитие гибкости верхних нижних конечностей	15	4	11	теоретическое занятие практическое занятие	включенное педагогическое наблюдение

3.2.1	Упражнения на укрепление мышц стопы. Понятие выворотности ног	3	1	2	теоретическое занятие	включенное педагогическое наблюдение
3.2.2	Растяжение подколенной связки и задней поверхности бедра	4	2	2	теоретическое занятие практические занятия	включенное педагогическое наблюдение
3.2.3	Упражнения, увеличивающие подвижность тазобедренного сустава	3	-	3	теоретическое занятие практические занятия	включенное педагогическое наблюдение
3.2.4	Упражнения, развивающие гибкость, упражнения для усиления функциональности и плечевого пояса	5	1	4	теоретическое занятие практические занятия	включенное педагогическое наблюдение
3.3	Развитие гибкости корпуса и укрепление мышечного корсета	10	-	10	практические занятия	включенное педагогическое наблюдение
3.3.1	Упражнения на развитие гибкости грудного отдела	2	-	2	практические занятия	включенное педагогическое наблюдение
3.3.2	Укрепление мышц брюшного пресса	4	-	4	практические занятия	включенное педагогическое наблюдение
3.3.3	Укрепление мышц спины	4	-	4	- практические занятия	включенное педагогическое наблюдение
<b>5</b>	<b>Современная хореография</b>	<b>22</b>	<b>6</b>	<b>16</b>		
5.1	Основные положения рук, ног и корпуса.	6	2	4	теоретическое занятие практические занятия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных

						этюдов и комбинаций
5.1.1	Изучение новых понятий: «contraction», «release».	1		1	виртуальная экскурсия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
5.1.2	Изучение основных позиций ног и варианты: параллельное положение, аут-позиция.	2	1	1	теоретическое занятие практические занятия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
5.1.3	Положения point и flex в движении.	1	-	1	практические занятия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
5.1.4	Изучение основных позиций рук	2	1	1	теоретическое занятие практические занятия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
5.2	Разучивание основных движений современного танца	10	2	8	теоретическое занятие практические занятия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
5.2.1	Изучение движений: Swing, curve, drop.	4	1	3	теоретическое занятие практические занятия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций

5.2. 2	Разучивание комбинации	6	1	5	теоретическое занятие практические занятия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
5.3	Партерная техника	6	1	5	теоретическое занятие практические занятия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
5.3. 1	Перекаты. Swing в положении сидя, лежа и в комбинации	6	1	5	теоретическое занятие практические занятия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
6	<b>Репетиционно-постановочная работа</b>	<b>46</b>	<b>10</b>	<b>36</b>		
6.1	Подготовка репертуара	40	4	36	Практические занятия танцевальная лаборатория	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
6.1.1	Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке	2	2	-	Беседа	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
6.1.2	Изучение танцевальных движений	2	-	2	практические занятия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций

6.1.3	Соединение движений в танцевальные комбинации	10	1	9	практические занятия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
6.1.4	Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах	8	1	7	теоретическое занятие практические занятия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
6.1.5	Отработка элементов: закрепление и отработка ранее изученных движений	10	-	10	практические занятия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
6.1.6	Работа над техникой исполнения	8	-	8	практические занятия	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
6.2	Концертная и конкурсная деятельность. Коллективная работа	6	2	4	танцевальная лаборатория репетиции конкурсы, концерты	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
6.2.1	Танцевальная культура на сцене	2	2	-	танцевальная лаборатория	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
6.2.2	Подготовка номеров к	4	-	4	репетиции	включенное педагогическое наблюдение,

	концертам и конкурсам					просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
<b>7</b>	<b>Мероприятия в рамках рабочей программы воспитания</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	беседа творческие дела, творческий отчет творческий проект	педагогическое наблюдение анкетирование анализ исследовательских и творческих проектов защита проектов
<b>8</b>	<b>Аттестация обучающихся по завершении освоения программы</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	открытое контрольное занятие зачет	тестирование класс-концерт отчетный концерт
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>43</b>	<b>101</b>		

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

### 1. Введение.

**Теория.** Беседа. Правила поведения на занятиях, техника безопасности в хореографическом зале. Задачи на учебный год.

### 2. Ритмика и танец.

#### 2.1 Элементы музыкальной грамоты.

**Теория.** Элементы музыкальной грамоты – характер музыки (веселая, спокойная, грустная); темп (медленный, умеренный, быстрый); строение музыкального произведения (вступление, основная часть, кода). Музыкальные размеры (2/4, 3/4, 4/4). Сложные размеры (6/8, 12/8). Измененные размеры. Выразительные средства и динамические оттенки в музыке: форте, пиано. Синкопированный ритм. Акцентирование. Понятие: вступление, части, музыкальная фраза. Умение менять движение в зависимости от смены частей и фраз. Умение определять характер различных частей и двигаться в характере музыки.

**Практика.** Слушание, определение характера музыки и музыкального размера. Определение музыкального произведения. Танцевальная импровизация под музыку на заданные и свободные темы, сюжеты. Игровые приемы на развитие музыкальности (движение на такт, 1/2, 1/4, 1/8, 1/16 такта). Ритмические упражнения. Игра «Пианино». Упражнения на развития чувства ритма (хлопки и притопы).

#### 2.2 Упражнения на развитие ориентации в пространстве.

**Теория.** Значение смены отправной точки, сокращения и увеличения пространства. Понятие построения. Понятие перестроения. Понятие рисунок танца.

**Практика.** Движения со сменой отправной точки. Движения по залу, сокращая и увеличивая пространство. Игра «Скорость», «Космос». Коллективно-порядковые и ритмические упражнения. Упражнения на ориентировку в пространстве: правая, левая нога/рука/плечо; повороты вправо и влево; движение по линии и против линии танца; движение по диагонали. Построения и перестроения: в колонну по одному; в пары и обратно; из колонны по два в колонну по четыре и обратно; из колонны в шеренгу; круг; сужение и расширение круга; свободное размещение в зале; «воротца».

#### 2.3 Упражнения на развитие творческих способностей.

**Теория.** Понятие творческого пластично-образного самовыражения. Память и ее значение в танцевальной деятельности.

**Практика.** Танцевальная импровизация под музыку на заданные темы. «Игра найти свое место». Под музыку дети разбегаются в разные стороны, как музыка останавливается, ребята должны встать на свои места в шахматном порядке.

Игра «Зеркало». Изначально дети повторяют все движения за педагогом, затем делятся по парам и начинают попеременно повторять друг за другом, придумывая свои движения. Самостоятельная работа над образом и сюжетами, как под музыку, так и без музыкального сопровождения. Движения, изображающие повадки животных и настроения людей (нам холодно, жарко, весело, грустно и т.д.). Работа с воображаемым предметом (следим за летающей мухой, увидели – удивились, хлопнули – испугались и т.д.). Игра «Крокодил», в которой нужно показывать и отгадывать слова или выражения при помощи жестов, движений и мимики.

## **2.4 Азбука танцевальных движений.**

**Теория.** Характер исполнения номера (веселый, грустный, торжественный и т.д.). Музыкальные темпы (быстро, медленно, умеренно).

**Практика.** Шаги: бытовой; легкий шаг с носка (танцевальный), шаг на полупальцах, легкий бег, шаг с подскоком, боковой подскок (галоп). Позиции рук: подготовительное положение, перевод рук из позиции в позицию. Положения и движения рук, принятые в русской пляске: свободно опущенные вниз, руки в бок. Подъем на полупальцы в сочетании с полуприседанием. Прыжки: на месте на обеих ногах с мягким приземлением, с продвижением вперед на обеих ногах с мягким приземлением, на одной ноге. Приставной, скрестный шаг. Открытый поворот.

## **3. Партерная гимнастика.**

**Теория.** Знакомство с работой опорно-двигательного аппарата, укрепление общефизического состояния обучающихся. Техника безопасности при выполнении технически сложных движений.

**Практика.** Развитие координации и ловкости. Роль и значение ежедневных занятий для поддержания физической формы танцора. Развитие стопы и ахилла, выворотности тазобедренного сустава. Понятие выворотности ног. Упражнения на укрепление мышц стопы, ног. Упражнения на растяжение и формирование балетного подъема. Упражнения, увеличивающие подвижность тазобедренного сустава. Укрепление мышц брюшного пресса. Упражнения на развитие гибкости. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса. Развитие гибкости назад. Укрепление мышц спины. Упражнения для усиления функциональности плечевого пояса. Растяжение подколенной связки и задней поверхности бедра.

## **4. Современная хореография.**

### **4.1 Основные положения рук, ног и корпуса.**

**Теория.** Знакомство с модулем «Современная хореография». Знание выворотных и параллельных позиций ног. Основные понятия contraction и release. Основные положения рук. Положения point и flex.

**Практика.** Изучение основных позиций ног и варианты: параллельное положение, аут-позиция, ин-позиция; Contraction (сжатие) выполняется на выдохе, release (освобождение) на вдохе. Основные и вспомогательные положения рук.

**Теория.** Основная терминология современной хореографии. Swing, curve, drop.

**Практика.** Выполнение основных позиций рук в комбинации. Разминка: Выполнение Swing (раскачивание) по частям тела. Изучение catch step (перенос веса), curve (изгиб). Соединение движений в комбинации. Соединение движений с прыжками или бегом.

### **4.3 Floor work (Партерная техника).**

**Теория.** Перекаты. Swing в положении сидя, лежа и в комбинации. Техника правильного падения.

**Практика.** Разучивание основных видов перекатов по полу. Переход из положения сидя в положение лежа на полу, также наоборот. Swing в положении сидя, в положении лежа. Выполнение различных видов планок: классическая (на прямых руках или локтях), с поднятой рукой или ногой, боковая и обратная планка. Комплекс подготавливает, разогревает и развивает основные мышцы и связки. Упражнения и комбинации в вертикальном положении. Упражнения для подготовки тела падению (из вертикального положения тела, в положение, лежа на

полу).

## **5. Репетиционно-постановочная работа.**

### **5.1 Подготовка репертуара.**

**Теория.** Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке. Знакомство с музыкальным материалом постановки: подбор музыкального материала; прослушивание музыкального репертуара, просмотр фотографий и видео материалов.

**Практика.** Постановка нового концертного номера. Создание сценического образа. Изучение танцевальных движений: в раздел входят танцевальные шаги, позиции ног, рук, принятые в детском танце, качания, приседания и полуприседания, каблучки, носочки, комбинации из польки, а так же лёгкие прыжки. Соединение движений в танцевальные комбинации. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах: данный раздел представляет собой рисунок танца; круг, линия, диагональ; описание танца дано в приложении к программе. Отработка элементов: закрепление и отработка ранее изученных движений. Работа над музыкальностью. Развитие пластичности. Синхронность в исполнении. Работа над техникой исполнения: данный раздел программы включает в себя подготовку законченных концертных номеров, что способствует повышению общей культуры ребенка. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость ребенку. В репертуаре каждого преподавателя несколько танцевальных постановок, описании некоторых из них дано в приложении к программе. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений. Работа с готовыми концертными номерами. Проведение репетиций (поддержание номера в «рабочем» состоянии). Замена состава исполнителей: частичная, полная (по необходимости). Работа со вторым составом исполнителей. Внесение дополнений и изменений в танцевальный текст, сюжетную линию и актерские оценки концертного номера (по необходимости). Работа над сольными партиями концертного номера (при наличии таковых).

### **6.2 Концертная и конкурсная деятельность.**

**Теория.** Инструктаж на тему поведения на сцене и за кулисами (танцевальная культура), поведение в зрительном зале, во время выездных мероприятий, поведение на конкурсах и в поездках. Подведение итогов выступлений и конкурсов. Разбор положительных и отрицательных моментов.

**Практика.** Подготовка номеров к концертам (репетиции в концертных костюмах и обуви, с реквизитом, генеральная репетиция на концертной площадке). Подбор костюмов (примерка, пошив). Проведение организационного собрания с воспитанниками и их родителями (перед большими или выездными концертами, конкурсами). Участие в концерте или конкурсе.

## **7. Аттестация обучающихся.**

**Теория.** Выполнение различных форм заданий контроля на знания теоретических основ хореографии.

**Практика.** Занятие – викторина «Мир танца». Итоговое занятие «Класс-концерт «Ритмика и танец». Отчетный концерт «Музыкальная мозайка».

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМИСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

<b>Предметные</b>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы техники безопасности при работе в зале и на сцене;</li> <li>- основные музыкальные понятия, музыкальные жанры</li> <li>- точки в хореографическом зале;</li> <li>- правила постановки корпуса.</li> </ul> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять под руководством педагога или самостоятельно жанр музыки, ее характер, темп, ритм;</li> <li>- исполнять с показом педагога или самостоятельно танцевальные шаги;</li> <li>- выполнять с показом педагога или самостоятельно все позиции рук (п/п, 1, 2, 3п), позиции ног (1,2,6);</li> <li>- разминочный комплекс исполнять с показом педагога или самостоятельно;</li> <li>- ориентироваться в зале по точкам;</li> <li>- согласовывать движения с музыкой.</li> </ul> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыком начала движения после вступления с показом педагога или самостоятельно;</li> <li>- приемами выполнения шагов и бега с показом педагога или самостоятельно.</li> </ul>
<b>Метапредметные</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- умеет планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей;</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- готов слушать собеседника и вести диалог по заданной теме;</li> <li>- признает возможность существования различных точек зрения.</li> </ul>
<b>Личностные</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- обладает позицией обучающегося хореографического коллектива;</li> <li>- демонстрирует доброжелательность к сверстникам, младшим и старшим в процессе учебной и творческой деятельности, в игре, в общении.</li> </ul>

## Раздел 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### *Организационные условия:*

**Формы реализации программы:** групповая форма проведения занятий с ярко выраженным индивидуальным подходом. Индивидуальные консультации, дистанционное обучение с помощью информационных образовательных ресурсов.

### *Педагогические технологии:*

**Личностные технологии:** заключаются в ориентации на свойства личности, её формирования, развития в соответствии с природными способностями; в нахождении методов и средств обучения и воспитания, соответствующих индивидуальным особенностям каждого обучаемого;

**Игровые технологии:** реализуются по направлениям: цель ставится в форме игровой задачи; учебная деятельность подчиняется правилам игры; в учебную деятельность вводится элемент соревнования, который приводит дидактическую задачу в игровую; успешное выполнение дидактической задачи связывается с игровым результатом;

**Инновационные интерактивные технологии обучения:** основываются на психологии человеческих взаимоотношений, рассматриваются как способ усвоения знаний, формирования умений и навыков в процессе взаимодействия педагога и обучаемого; опираются на процессы восприятия, памяти, внимания, на творческое мышление, общение; обучающиеся учатся общаться друг с другом, мыслить творчески, решать профессиональные задачи.

### *Материально-технические условия:*

- хореографический зал (просторное, хорошо освещенное, вентилируемое помещение, оборудованное специальными станками, зеркалами);
- индивидуальные коврики для занятий партерной гимнастикой;
- сценические костюмы, реквизиты для танцевальных номеров;
- аппаратура (портативная колонка).

### *Дидактический и методический материал:*

- учебники и учебные пособия;
- справочники и энциклопедии;
- методические рекомендации и разработки;
- репертуарные сборники;
- видеозаписи выступлений;
- картотеки фонограмм к проведению занятий и репертуару.

### *Кадровые условия:*

По программе работает педагог дополнительного образования, имеющий необходимую квалификацию.

## ФОРМЫ КОНТРОЛЯ

Для подведения итогов реализации программы проводятся контрольные занятия, которые направлены на оценку теоретических знаний и практических умений, навыков обучающихся.

Наименование модуля, темы	Механизм отслеживания
<b>1. Введение</b> 1.1 Инструктаж по технике безопасности	Беседа, устный опрос.

<p><b>2. Ритмика и танец</b>  2.1 Элементы музыкальной грамоты  2.2 Упражнения на развитие ориентации в пространстве  2.3 Азбука танцевального движения.  2.4 Упражнения на развитие творческих способностей</p>	устный опрос, включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
<p><b>3. Партерная гимнастика</b>  3.1 Развитие координации и ловкости  3.2 Развитие гибкости корпуса.  3.3 Укрепление мышц брюшного пресса, спины.  3.4.Упражнения для усиления функциональности плечевого пояса</p>	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
<p><b>4. Современная хореография</b>  4.1 Основные положения рук, ног и корпуса.  4.2 Партерная техника  4.3 Разучивание основных движений современного танца в комбинации</p>	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
<p><b>5. Постановочно-репетиционная работа</b>  5.1 Подготовка репертуара  5.2 Концертная и конкурсная деятельность</p>	включенное педагогическое наблюдение, просмотр танцевальных этюдов и комбинаций
<p><b>6. Воспитательная работа</b></p>	включенное педагогическое наблюдение, анкетирование, беседа.
<p><b>7. Аттестация обучающихся</b></p>	тестирование, класс-концерт, отчетный концерт

## СРЕДСТВА КОНТРОЛЯ

Таблица результативности освоения программы

Ф.И.	Знание теоретического материала (1)	Навыки танцевальной техники (2)	Элементы сценической грамотности (3)	Сценическая практика (4)

Высокий уровень

(1) уверенные знания терминологии современного танца и правил грамотного выполнения элементов танца,

(2) хорошо владеет техникой исполнения, все упражнения и танцевальные комбинации исполняет уверенно, не возникает сложностей при выполнении танцевальных элементов. Хорошо владеет пластической культурой движения, обладает набором исполнительских качеств – танцевальный шаг (растяжка), прыжки. Правильно двигается под музыку, чувствует динамические оттенки в музыке, ритмические рисунки в движении, музыкальную структуру движения.

(3) Освоено пространство сцены относительно друг друга и относительно зрителя.

Умеет держаться на сцене, создавать и доносить задуманный образ до зрителя.

(4) участвует в показах и выступлениях группы, в концертах, конкурсах и на городских мероприятиях.

Средний уровень:

(1) знания терминологии современного танца и правил выполнения элементов танца не систематизированы;

(2) знает все упражнения и танцевальные комбинации, но иногда не справляется со сложностью материала. Не всегда движения совпадают с темпом и ритмом музыкального сопровождения. Слабо развита координация движений, возникают затруднения при исполнении танцевальных комбинаций, недостаточно развиты (музыкальность, пластичность, устойчивость).

(3) Испытывает трудности при выполнении сложных перестроений и при сохранении пространства сцены относительно друг друга и относительно зрителя, существует двигательная закреощенность и внутренний зажим.

(4) участвует в показах группы, но не всегда может создавать образ, соответствующий тематике. Не всегда участвует в конкурсных показах.

Низкий уровень:

(1) слабо владеет терминологией в области современного танца, не знает правил выполнения танцевальных элементов.

(2) не скоординирован, плохо запоминает танцевальные комбинации. Недостаточно музыкален, не чувствует ритм и темп музыкального сопровождения. Не ориентируется в пространстве.

(3) недостаточно пластичен, двигается скованно, сутулится, не исправляет ошибок и не может правильно распределять пространство сцены.

(4) не участвует в общих показах группы, не артистичен.

## ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

### *Список использованной и рекомендуемой литературы:*

1. Бухвостова Л.В., Щекотихина С.А., Заикин Н.И. Основы хореографической композиции / Бухвостова Л.В., Щекотихина С.А., Заикин Н.И. – Орел, 2021.
2. Бекина, С.И. Музыка и движения / С.И. Бекина – М.: Просвещение, 2017. – С.214.
3. Ваганова А. Я. Основы классического танца / А.Я. Ваганова - Л.,2018.
4. Вихрева Н.А. Классический танец для начинающих / Н.А.Вихрева – М.: Театралис, 2017. – С.112.
5. Ерохина О. В. Школа танцев для детей: [Фольклор, классика, модерн] / О.В. Ерохина. – Ростов - на - Дону: Феникс, 2018. – С.223.
6. Кокконен Ю. Анатомия упражнений на растяжку. Новейшая редакция/ Кокконен Ю., Нельсон А. – Москва, 2022.
7. Пуртова Т.В. Учите детей танцевать: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования / Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветная – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2017. – С.256.
8. Холл Д. Уроки танцев. Лучшая методика обучения танцам / Д. Холл; пер., с англ. Т.В. Сидориной. - М.: АСТ: Астрель, 2019,- С.409.
9. Яковлева Е.Л. Методические рекомендации учителям по развитию творческого потенциала учащихся / Е.Л. Яковлева. – М., 2018. – С.201.

### **Электронные ресурсы**

Российский общеобразовательный портал <http://www.school.edu.ru/default.asp>  
Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>  
Портал компании «Кирилл и Мефодий» <http://www.km.ru/>  
Образовательный портал «Учеба» <http://www.uroki.ru/>  
Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» <http://festival.1september.ru/>  
Сетевое взаимодействие школ <http://www.school-net.ru/>  
Справочно-информационный портал дополнительного образования детей <http://www.kidsworld.ru/>  
Великие танцоры <http://ball-etomania.ru/>  
Все о хореографии <http://diarydance.com/>  
Все для Хореографов и Танцоров <http://www.horeograf.com>  
Балетная и танцевальная музыка <http://balletmusic.ru/>  
Хореографу в помощь <https://dancehelp.ru/>  
Книги по хореографии | Танцы | Музыка <https://vk.com/impresariobooks>

### **Дистанционные образовательные ресурсы:**

1. [https://crted.mskobr.ru/distancionnoe\\_obuchenie/horeografiya/](https://crted.mskobr.ru/distancionnoe_obuchenie/horeografiya/) - Мастер-класс по народному танцу балетмейстера Хора им.М.Е.Пятницкого Устиновой Татьяны Алексеевны, «Вся жизнь в танце».
2. <https://gauya.jimdofree.com> - Центр дистанционного образования "Прояви себя" - сетевая организация, которая активно внедряет дистанционные формы обучения и осуществляет свою деятельность на базе интернет-технологий/
3. <http://window.edu.ru> - Танец. Хореография. Профессиональное образование / Образование в области культуры и искусства / Искусство. Искусствоведение / Танец. Хореография / Ресурсы.

4. <https://moluch.ru> - Каратаев А.А. Обучение хореографическому творчеству с применением современных информационных технологий.

**Список литературы, рекомендуемый детям:**

1. Барышникова Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова. - М.: Айрис-Пресс: Рольф, 2017. – С.262.
2. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения / Т.Ф. Коренева. – М.: Владос, 2018.