Департамент образования Администрации городского округа Самара
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества «Восход» городского округа Самара
(МБУ ДО «ЦДТ «Восход» г.о. Самара)

Принято на заседании
Педагогического совета
от 28 мая 2026 г.

Протокол № 4

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО «ЦДТ
«Восход» г.о. Самара
_____ /О.В. Горшкова/

Приказ № 282-од от 28 мая 2026г.
М.П.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Азбука танца»

Направленность: *художественная*

Уровень программы: *базовый*

Возраст обучающихся: *6-10 лет*

Срок реализации: 2 года

Разработчик программы:
Севостьянова Юлия Александровна,
педагог дополнительного образования

Самара, 2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

№	СОДЕРЖАНИЕ	Стр.
1	**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**	3
1.1	Аннотация программы.	3
1.2	Нормативные основания для создания дополнительной программы	3
1.3	Направленность и уровень программы. Новизна. Педагогическая целесообразность. Актуальность.	4
1.4	Цель и задачи программы.	5
1.5	Возраст детей.	5
1.6	Срок реализации программы.	5
1.7	Формы организации деятельности и режим занятий.	5
1.8	Ожидаемый результат реализации программы.	6
1.9	Критерии оценки достижения планируемых результатов.	8
1.10	Формы подведения итогов реализации программы.	8
2	**УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ**	9
3	**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**	9
4	**ВОСПИТАНИЕ**	17
4.1	Воспитательная деятельность	17
4.2	Календарный план воспитательной работы	19
5	**РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**	19
5.1	Информационно-методическое обеспечение программы.	19
5.2	Материально-техническое обеспечение программы.	19
5.3	Список литературы и интернет - ресурсов.	20
	Приложение 1	21

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Аннотация программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая Программа «Азбука танца» (далее – Программа) предназначена для обучающихся дошкольного и младшего школьного возраста, проявляющих интерес к хореографии.

В результате обучения дети приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, развивают координацию, пластику, гибкость, выворотность, шаг, силу мышц и выразительность. Во время обучения, обучающиеся знакомятся с источниками танцевальной культуры, самобытностью национальных танцев, связанных с укладом жизни народов. Занятия хореографией помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также, скорректировать осанку, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом.

Программа является модульной, включает в себя 4 модуля: «Учебно-тренировочная работа», «Классический танец», «Народный танец», «Современный танец», на каждом году обучения, общей продолжительностью 2 года.

Зачисление на Программу осуществляется на добровольной основе, т.е. принимаются на обучение все желающие, кроме детей, имеющих медицинские ограничения для занятий этой направленностью.

При наличии у детей базовых знаний в данной направленности, возрастных особенностей, они могут быть зачислены на 2-ой год обучения, минуя первый.

1.2. Нормативные основания для создания дополнительной программы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Указ Президента РФ от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
- Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р).
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Утверждена Распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015г. № 996-р).
- План мероприятий по реализации в 2021-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р).
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08ю2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- Приказ Министерств просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441).
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».
- Письмо Министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО».

1.3. Направленность и уровень программы. Актуальность программы. Новизна. Педагогическая целесообразность.

Направленность и уровень программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука танца» имеет художественную направленность, базовый уровень.

Актуальность программы.

В последнее время заметна тенденция возросшего интереса к танцевальной культуре. Танцевальное искусство в современное время становится одним из самых действенных факторов формирования гармонически развитой личности.

Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства. Актуальность программы заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам обучающихся и родителей, оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровье сберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает учащихся к творчеству.

Движение и музыка, одновременно влияя на учащегося, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Обучающийся познает многообразие танца: классического, народного, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Программа вводит детей в большой и удивительный мир хореографии, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями танцев. Помогает им влиться в

огромный мир музыки - от классики до современных стилей, и попытаться проявить себя посредством пластики близкой детям. Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способности к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластике.

Новизна программы.

Новизна программы состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей в возрасте 6-10 лет основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, элементы классического, народно-сценический и современный танцев, что позволяет ознакомить детей со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

Педагогическая целесообразность образовательной программы.

Педагогическая целесообразность обусловлена важностью художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей хореографических занятий, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность. Также педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

1.4. Цель и задачи программы.

Цель: содействовать всестороннему развитию детей (формирование знаний, умений, навыков, способностей и качеств личности) средствами хореографии.

Задачи:

Обучающие (предметные):

- научить ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки;
- обучить элементарным двигательным навыкам, добиваясь простоты, естественности и выразительности исполнения танцевальных движений;
- сформировать первоначальные хореографические навыки; -научить различать направления хореографического искусства (классический танец, народно-сценический танец, современный);
- умение слышать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок, менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами;
- сформировать знания о здоровом образе жизни.

Развивающие:

- развивать творческие способности воспитанников;

- развивать двигательные качества и умения: гибкость, пластичность, ловкость, координацию движений, силу, выносливости;
- развивать танцевальные способности;
- развивать потребности самовыражения в движении под музыку;
- способствовать укреплению здоровья детей;
- способствовать развитию опорно-двигательного аппарата: формировать правильную осанку; содействовать профилактике плоскостопия; содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания;
- формировать творческие способности: воображение и фантазию;
- содействовать формированию нравственно- коммуникативных качеств личности: умения сопереживать другим, чувства такта и культурного поведения.

Воспитательные:

- воспитание художественного вкуса, эстетического кругозора учащихся;
- способствовать повышению у детей самооценки;
- воспитание трудолюбия, ответственности, целеустремленности в достижении конечных результатов;
- формирование культуры поведения, культуры внешнего вида обучающихся;
- формирование у обучающихся потребности ведения здорового образа жизни.

1.5. Возраст детей (обучающихся).

Программа адресована обучающимся дошкольного и младшего школьного возраста (6-10 лет).

1.6. Срок реализации программы.

Программа рассчитана на полную реализацию в течении двух лет. Объем программы: 1, 2 года обучения - 144 часа. Итого 288 часов полного обучения.

1.7. Формы организации деятельности и режим занятий.

Образовательный процесс осуществляется в очной форме.

По количеству обучающихся предусматривается групповая форма обучения.

Продолжительность занятий - два академических часа, разделенных десятиминутными перерывами для отдыха и физических упражнений детей (4 занятия по 40 минут в неделю).

Исходя из санитарно - гигиенических норм, продолжительность занятий для обучающихся возраста 5 (6 лет) - два академических часа, разделенных десятиминутными перерывами для отдыха и физических упражнений детей (4 занятия по 20 (30) минут в неделю).

Занятия по программе проводятся 2 раза в неделю.

Программа включает в себя теоретические, практические занятия.

Каждое занятие имеет уникальную специфику, цель, структуру и логику.

Одним из подходов к образовательному процессу могут стать дистанционные образовательные технологии, которые позволяют обучать на расстоянии без прямого контакта между педагогом и учениками. Этот метод также подходит для работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья, одаренными детьми или теми, кто по разным причинам временно не может посещать образовательные учреждения.

1.8. Ожидаемый результат реализации программы.

Предметные результаты, отражающие опыт решения проблем и творческой деятельности в рамках конкретного предмета	**Метапредметный результат,** регулятивные, познавательные, коммуникативные УУД	**Личностные результаты,** отражающие отношение к учебной деятельности и к социальным ценностям
Обучающиеся научатся: - соблюдать правила поведения в объединении, правила техники безопасности - формировать знания о роли хореографии для укрепления здоровья (физического, социального и психического), о положительном влиянии танца на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о хореографии и здоровье как факторах успешной учебы и социализации; - находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; - планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств хореографии; - подготавливаться к участию в смотрах-конкурсах, фестивалях; - подготавливать собственные комплексы и показательные выступления на базе изученных элементов; - осуществлять объективную оценку выступлений своих сверстников; - оценивать результаты собственного труда, искать возможности и способы их улучшения; - находить отличительные особенности в техническом выполнении упражнений разными обучающимися; -понимать сущность выбранной дополнительной программы обучения, проявлять к процессу изучения танцевальных техник, устойчивый интерес; -работать в коллективе и команде; -воспринимать развитие музыкальных образов и выражать их в движениях, согласовывать с характером музыки; -определять музыкальные жанры. - технически правильно выполнять двигательные движения; -усвоить правильную постановку корпуса, владением центром тяжести тела, ориентироваться в пространстве,	Регулятивные Обучающиеся научатся: - принимать и выполнять поставленную задачу; - удерживать цель деятельности до получения её результата; - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; - анализировать эмоциональные состояния, полученные от успешной (неуспешной) деятельности, оценивать их влияние на настроение человека; -оценивать результаты деятельности (чужой, своей); оценивать уровень владения тем или иным учебным действием (отвечать на вопрос «что я не знаю и не умею?); - в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи. Познавательные Обучающиеся научатся: -выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя; - научатся дифференцировать работу различных групп мышц, владеть навыками по различным видам передвижений по залу; - приобретут определенный «запас» выразительных движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях; научатся воплощать образы посредством пластики, элементов актерской игры, импровизации, пантомимы; -научится находить, анализировать ошибки и исправлять их. -накапливать представления о ритме, синхронном движении. - наблюдать за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности Коммуникативные Обучающиеся научатся:	- ф о р м и р о в а н и е уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов; - осознанный выбор вида деятельности; - выражение положительного отношения к процессу познания: проявление внимания, удивления, желания больше узнать; - способность адекватную самооценку и корректную оценку качества выполнения работ другими людьми; -овладение навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками; - ф о р м и р о в а н и е эстетических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимание и сопереживание чувствами других людей; - п р о я в л е н и е дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей; - развитие художественно-эстетическое вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству; - реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов; - позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей.

- выполнять танцевальные комбинации; - соотносить темп движений с темпом музыкального произведения.	- сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий. - допускать возможность существования у людей различных точек зрения, не совпадающих с его собственной; - формулировать собственное мнение и позицию.	

1.9. Критерии оценки достижения планируемых результатов.

Главный показатель – личностный рост каждого ребенка, его творческих способностей, превращение группы в единый коллектив, способный к сотрудничеству и совместному творчеству.

Критерии оценки усвоения программы:

- восприятие музыкальных образов (эмоциональная отзывчивость на музыку, умение импровизировать);
- элементарные знания в области музыкальной грамоты (характер, темпы, динамические оттенки, ритмический рисунок);
- развитие природных данных детей (музыкальный слух, ритм, координация, осанка, выворотность, шаг, стопа, баллон, апломб, вестибулярный аппарат);
- знание элементарных танцевальных понятий;
- степень усвоения танцевального репертуара.

1.10. Формы подведения итогов реализации программы.

Виды оценки результатов, обучающихся: контроль - входной, промежуточный, итоговый.

Способы определения результативности:

Основным методом отслеживания результативности служит педагогическое наблюдение. Основными формами контроля знаний и умений являются выступления детей на праздниках, досуговых мероприятиях, а также проведение открытых уроков.

При оценке работ педагог руководствуется следующими критериями:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию;
- сформированность художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству;
- владение терминологией и знание основных правил исполнения движений, изучаемых по программе;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- овладение практическими умениями и навыками в восприятии, анализе и оценке произведений искусства;
- физические данные обучающегося (уровень физической выносливости, гибкость, пластичность);
- творческие способности (умения двигаться под музыку и слышать ритм, темп музыки).

За период обучения, обучающиеся получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется два раза в год.

В процессе изучения курса дети знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на праздниках и концертах. Ежегодно в танцевальном объединении проводится творческий отчет о работе педагога и детей, проделанной за весь учебный год. Отчет проводится в форме концерта для родителей.

Педагог поводит итог всей учебно-воспитательной работы, делает анализ творческих достижений детей. Работы детей, соответствующие основным требованиям, участвуют в конкурсах, фестивалях различных уровней.

На протяжении всего процесса обучения дети учатся правильно анализировать и оценивать свою работу, их оценочная деятельность предусматривает следующие этапы:

- оценка педагога;
- совместная оценка учащегося и педагога;
- самооценка.

Продуктивные формы: выступления на праздниках.

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ.

1 год обучения				
№ п/п	**Наименование модуля**	**Количество часов**		
		Всего	**Теория**	**Практика**
3.1	Учебно-тренировочная работа	72	12	60
3.2	Классический танец	24	8	16
3.3	Народный танец	24	8	16
3.4	Современный танец	24	6	18
	ИТОГО:	**144**	**34**	**110**
2 год обучения				
№ п/п	**Наименование модуля**	**Количество часов**		
		Всего	**Теория**	**Практика**
3.5	Учебно-тренировочная работа	36	7	29
3.6	Классический танец	24	4	20
3.7	Народный танец	48	10	38
3.8	Современный танец	36	6	30
	ИТОГО:	**144**	**27**	**117**
	Всего часов по программе:	**288**	**61**	**227**

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Глоссарий терминов, использованных в программе см. Приложение1.

1 год обучения

3.1. Модуль № 1 «Учебно-тренировочная работа».

Учебно-тематический план модуля № 1 «Учебно-тренировочная работа».					
№ п/п	**Наименование темы**	**Количество часов**			**Формы контроля**
		Всего	**Теория**	**Практика**	
3.1.1	Вводное занятие. Техника безопасности. Развитие «мышечного чувства»	6	2	4	Наблюдение. Практический показ.
3.1.2	Партерный экзерсис.	36	6	30	Наблюдение. Практический

					показ.
3.1.3	Музыкально-ритмические упражнения	24	4	20	Наблюдение. Практический показ.
3.1.4	Итоговое занятие. Обобщение и закрепление пройденного материала.	6	-	6	Наблюдение. Практический показ.
	ИТОГО:	**72**	**12**	**60**	

Содержание модуля № 1 «Учебно-тренировочная работа»

Тема 3.1.1 Вводное занятие. Техника безопасности. Развитие «мышечного чувства».

Теория: Инструктаж по технике безопасности. Цели и задачи модуля. Методика исполнения упражнений.

Практика: Включение все тело в активное движение, разогрев мышц, повышение гибкости суставов, улучшение эластичность мышц и связок.

Тема 3.1.2. Партерный экзерсис.

Теория: Методика исполнения упражнений на развитие выворотности, гибкости, шага.

Практика:

- упражнения для стоп (натяжение и сокращение стоп одновременное и попеременное, круговое движение);
- наклоны корпуса к ногам (ноги вместе, стопы вывернуты, стопы сокращены, ноги в положении «лотос», колени на полу);
- упражнения из положения «лёжа на спине» (броски поочерёдно и вместе двумя ногами, «разножка», «велосипед», «плуг»);
- упражнения в положении «лёжа на животе» (поднимание ног вместе и поочерёдно, поднимание плеч, «лодочка», «пловец», «коробочка», «фонарик»);
- упражнения для развития выворотности («бабочка», «лягушка»);
- упражнения на развитие шага.

Тема 3.1.3. Музыкально-ритмические упражнения.

Теория: Методика исполнения упражнений на развитие чувства ритма.

Практика:

- упражнение на повторение ритмического рисунка;
- упражнения на определение сильной доли такта, с постепенным увеличением темпа;
- упражнение: тактирование на ¾, с акцентами.

Тема 3.1.4 Итоговое занятие. Обобщение и закрепление пройденного материала.

Практика: Повторение и отработка ранее изученных упражнений. Отработка техники исполнения.

3.2 Модуль № 2 «Классический танец».

Учебно-тематический план модуля № 2 «Классический танец».					
№ п/п	**Наименование темы**	**Количество часов**			**Формы контроля**
		Всего	**Теория**	**Практика**	
3.2.1	Вводное занятие. Постановка корпуса. Изучение позиций	4	2	2	Наблюдение. Практический

	рук, ног.				показ.
3.2.2	Экзерсис у станка.	8	4	4	Наблюдение. Практический показ.
3.2.3	Экзерсис на середине зала.	4	2	2	Наблюдение. Практический показ.
3.2.4	Итоговое занятие. Обобщение и закрепление пройденного материала.	8	-	8	Наблюдение. Практический показ.
	ИТОГО:	**24**	**8**	**16**	

Содержание модуля № 2 «Классический танец».

Тема 3.2.1.Вводное занятие. Постановка корпуса. Позиции рук, ног.

Теория: Цели и задачи модуля. Правила постановки корпуса. Изучение позиций ног, рук.

Практика: Работа над постановкой корпуса. Построение позиций рук, ног классического танца.

Тема 3.2.2. Экзерсис у станка.

Теория: Методика исполнения экзерсиса у станка.

Практика: Исполнение Plie, Battement tendu, Battement tendu jete, Rond de jambe par terre.

Тема 3.2.3. Экзерсис на середине зала.

Теория: Методика исполнения экзерсиса на середине зала.

Практика: Исполнение Plie, Battement tendu, Battement tendu jete, маленькие прыжки.

Тема 3.2.4 Итоговое занятие. Обобщение и закрепление пройденного материала.

Практика: повторение и отработка ранее изученных упражнений. Отработка техники исполнения. Комбинации на основе ранее изученных движений.

3.3.Модуль № 3 «Народный танец».

Учебно-тематический план модуля № 3 «Народный танец».					
№ п/п	**Наименование темы**	**Количество часов**			**Формы контроля**
		Всего	**Теория**	**Практика**	
3.3.1	Вводное занятие. Постановка корпуса. Изучение позиций рук, ног.	6	2	4	Наблюдение. Практический показ.
3.3.2	Экзерсис у станка.	6	2	4	Наблюдение. Практический показ.
3.3.3	Экзерсис на середине зала.	8	2	6	Наблюдение. Практический показ.
3.3.4	Итоговое занятие. Обобщение и закрепление пройденного материала.	4	-	4	Наблюдение. Практический показ.
	ИТОГО:	**24**	**6**	**18**	

Содержание модуля № 3 «Народный танец»

Тема 3.3.1. Водное занятие. Постановка корпуса. Позиции рук, ног.

Теория: Цели и задачи модуля. Правила постановки корпуса. Изучение позиций ног, рук.

Практика: Работа над постановкой корпуса. Построение позиций рук, ног народного танца.

Тема 3.3.2. Экзерсис у станка.

Теория: Методика исполнения экзерсиса у станка.

Практика: Исполнение

- приседание по I, II позициям;
- упражнения с напряженной стопой;
- маленькие броски;
- подготовка к «веревочке»;
- большие броски в сторону на 90^0.

Тема 3.3.3. Экзерсис на середине зала.

Теория: Методика исполнения экзерсиса на середине зала.

Практика: Экзерсис на середине зала включает в себя: танцевальные ходы (переменный, боковой, припадание), дроби (одинарные, двойные, 1ключ, дроби на месте). За основу взяты движения русского народного танца. На основе изученных движений, элементов постепенно выстраиваются танцевальные комбинации.

Тема 3.3.4 Итоговое занятие. Обобщение и закрепление пройденного материала.

Практика: Повторение и отработка ранее изученных упражнений. Отработка техники исполнения. Комбинации на основе ранее изученных движений.

3.4. Модуль № 4 «Современный танец».

Учебно-тематический план модуля № 4 «Современный танец».					
№ п/п	**Наименование темы**	**Количество часов**			**Формы контроля**
		Всего	**Теория**	**Практика**	
3.4.1	Вводное занятие. Постановка корпуса. Изучение позиций и положений рук, ног в джаз-модерне.	4	2	2	Наблюдение. Практический показ.
3.4.2	Основные техники джазового танца и танца модерн	6	2	4	Наблюдение. Практический показ.
3.4.3	Контактная импровизация	2	-	2	Наблюдение. Практический показ.
3.4.4	Партерные перекаты	4	1	3	Наблюдение. Практический показ.
3.4.5	Кроссовые упражнения	4	1	3	Наблюдение. Практический показ.
3.4.6	Итоговое занятие. Обобщение и закрепление пройденного материала.	4	-	4	Наблюдение. Практический показ.
	ИТОГО:	**24**	**6**	**18**	

Содержание модуля № 4 «Современный танец».

Тема 3.4.1. Вводное занятие. Постановка корпуса. Позиции рук, ног.

Теория: Цели и задачи модуля. Правила постановки корпуса. Изучение позиций ног, рук.

Практика: Работа над постановкой корпуса. Построение позиций рук, ног в джаз модерне.

Тема 3.4.2. Основные техники джазового танца и танца модерн.

Теория: Понятие «джаз модерн», знакомство с основными техниками

Практика:

- изгибы торса (Curve Arch, Twist торса, Roll down и roll up);
- спирали (body roll ("волна»);
- contraction, release (high release, tilt, lay out);
- наклоны торса (Flat back, Deep body bend).

Тема 3.4.3. Контактная импровизация.

Теория: Понятие «импровизация» Понятие «точка контакта».

Практика: Упражнение на передвижение в пространстве с сохранением постоянной точки контакта с партнером. Упражнение «Зеркало».

Тема 3.4.4 Партерные перекаты.

Теория: Понятие «партер». Техника исполнения движений партера

Практика:

- перекаты из положения: сидя в группировки, через «лягушку», через поперечный шпагат (поза ученика);
- поза «зародыша»;
- прямые повороты на полу.

Тема 3.4.5 Кроссовые упражнения.

Теория: Понятие «пространство», методика исполнений кроссовых упражнений.

Практика:

- комбинации прыжков, исполняемых по диагонали; с движения рук (сгибания в плечевом, локтевом, кистевом суставах);
- броски ног в различные направления с наклоном корпуса в противоположную сторону;
- соскоки по выворотным и завернутым позициям на всей стопе и на полупальцах.

Тема 3.4.6 Итоговое занятие. Обобщение и закрепление пройденного материала.

Практика: Повторение и отработка ранее изученных упражнений. Отработка техники исполнения. Комбинации на основе ранее изученных движений.

2. год обучения.

3.5. Модуль № 1 «Учебно-тренировочная работа».

Учебно-тематический план модуля № 1 «Учебно-тренировочная работа».					
№ п/п	**Наименование темы**	**Количество часов**			**Формы контроля**
		Всего	**Теория**	**Практика**	
3.5.1	Вводное занятие. Техника безопасности. Развитие «мышечного чувства».	2	1	1	Наблюдение. Практический показ.

3.5.2	Партерный экзерсис.	16	3	13	Наблюдение. Практический показ.
3.5.3	Музыкально-ритмические упражнения	12	3	9	Наблюдение. Практический показ.
3.5.4	Итоговое занятие. Обобщение и закрепление пройденного материала.	6	-	6	Наблюдение. Практический показ.
	ИТОГО:	**36**	**7**	**29**	

Содержание модуля № 1 «Учебно-тренировочная работа».

Тема 3.5.1 Вводное занятие. Техника безопасности. Развитие «мышечного чувства».

Теория: Инструктаж по технику безопасности. Цели и задачи модуля. Методика исполнения упражнений.

Практика: Упражнения на разогрев мышц, повышение гибкости суставов, улучшение эластичность мышц и связок.

Тема 3.5.2. Партерный экзерсис.

Теория: Методика исполнения упражнений на развитие выворотности, гибкости, шага.

Практика: Повторение ранее изученных упражнений на развитие выворотности, гибкости, шага.

Изучение:

- упражнения на развитие гибкости спины («браслет», «мостик»);
- упражнений лёжа на животе («окошечко», «змейка»).

Тема 3.5.3. Музыкально-ритмические упражнения.

Теория: Методика исполнения упражнений на развитие чувства ритма.

Практика: Выполнение танцевальных шагов, (сочетание шагов с хлопками и др. движениями) по одному, в паре под различных муз. сопровождение(2/4,3/4,4/4).

Тема 3.5.4 Итоговое занятие. Обобщение и закрепление пройденного материала.

Практика: Повторение и отработка ранее изученных упражнений. Отработка техники исполнения.

3.6 Модуль № 2 «Классический танец».

Учебно-тематический план модуля № 2 «Классический танец».					
№ п/п	**Наименование темы**	**Количество часов**			**Формы контроля**
		Всего	**Теория**	**Практика**	
3.6.1	Вводное занятие. Экзерсис у станка.	10	2	8	Наблюдение. Практический показ.
3.6.2	Экзерсис на середине зала.	8	2	6	Наблюдение. Практический показ.
3.6.3	Итоговое занятие. Обобщение и закрепление пройденного материала.	6	-	6	Наблюдение. Практический показ.
	ИТОГО:	**24**	**4**	**20**	

Содержание модуля № 2 «Классический танец».

Тема 3.6.1. Вводное занятие. Экзерсис у станка.

Теория: Цели и задачи модуля. Методика исполнения экзерсиса у станка.

Практика: Исполнение Grand battement jete. Положение surle cou de pied. Battement frappe в сторону, в пол. Battement fondu в сторону. Releve lent.

Тема 3.6.2. Экзерсис на середине зала.

Теория: Методика исполнения экзерсиса на середине зала.

Практика: Исполнение Rond de jambe par terre, Grand battement jete, маленькие прыжки, por de bras для рук.

Тема 3.6.3 Итоговое занятие. Обобщение и закрепление пройденного материала.

Практика: Повторение и отработка ранее изученных упражнений. Отработка техники исполнения. Комбинации на основе ранее изученных движений.

3.7 Модуль № 3 «Народный танец».

Учебно-тематический план модуля № 3 «Народный танец».					
№ п/п	**Наименование темы**	**Количество часов**			**Формы контроля**
		Всего	**Теория**	**Практика**	
3.7.1	Вводное занятие. Экзерсис у станка.	14	2	12	Наблюдение. Практический показ.
3.7.2	Экзерсис на середине зала. Техника вращения.	28	8	20	Наблюдение. Практический показ.
3.7.3	Итоговое занятие. Обобщение и закрепление пройденного материала.	6	-	6	Наблюдение. Практический показ.
	ИТОГО:	**48**	**10**	**38**	

Содержание модуля № 3 «Народный танец»

Тема 3.7.1. Вводное занятие. Экзерсис у станка.

Теория: Цели и задачи модуля. Методика исполнения экзерсиса у станка.

Практика:

- повторение пройденного материала;
- приседание по V позиции;
- раскрывание ноги на 90 ^{0};
- большие броски на 90^{0} крестом.

Тема 3.7.2. Экзерсис на середине зала.

Теория: Методика исполнения экзерсиса на середине зала.

Практика:

- повторение пройденного материала;
- дроби (ключи, дроби на месте и с продвижением);
- вращения на середине зала;
- подготовка к «каблучному»;
- танцевальные комбинации.

Тема 3.7.3 Итоговое занятие. Обобщение и закрепление пройденного материала.

Практика: Повторение и отработка ранее изученных упражнений. Отработка техники исполнения. Комбинации на основе ранее изученных движений.

3.8 Модуль № 4 «Современный танец».

Учебно-тематический план модуля № 4 «Современный танец».					
№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
3.8.1	Вводное занятие. Основные техники джазового танца и танца модерн.	2	1	1	Наблюдение. Практический показ.
3.8.2	Партерные перекаты.	10	2	8	Наблюдение. Практический показ.
3.8.3	Кроссовые упражнения.	10	2	8	Наблюдение. Практический показ.
3.8.4	Контактная импровизация.	8	1	7	Наблюдение. Практический показ.
3.8.5	Итоговое занятие. Обобщение и закрепление пройденного материала.	6		6	Наблюдение. Практический показ.
	ИТОГО:	**36**	**6**	**30**	

Содержание модуля № 4 «Современный танец».

Тема 3.8.1 Вводное занятие. Основные техники джазового танца и танца модерн.

Теория: Цели и задачи модуля. Понятие «уровень», «contraction и release, спирали и твисты торса».

Практика: Повторение пройденного материала. Используются основные уровни: стоя, сидя на корточках, стоя на коленях, сидя и лежа. в партере - упражнения стрэтч-характера, т. е. растяжки. В уровнях "сидя" и "лежа" упражнения на contraction и release, спирали и твисты торса.

Тема 3.8.2 Партерные перекаты.

Теория: Методика исполнения перекатов с переходом в уровни.

Практика: Повторение пройденного материала.

Изучение:

- перекаты, с переходом в основные уровни;
- подготовительные упражнения к перекату через одно плечо.

Тема 3.8.3 Кроссовые упражнения.

Теория: Методика выполнения вращений и прыжков со сменой уровней.

Практика: Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращений и прыжков; прыжки в сочетании с бегом.

Тема 3.8.4 Контактная импровизация.

Теория: Понятие «пространство», правила работы в паре.

Практика: Упражнение «Пазлы» Упражнение «Плот» (поиск партнера). Упражнения в паре с контактной импровизацией. Упражнения на освоение пространства.

Тема 3.8.5 Итоговой занятие. Обобщение и закрепление пройденного материала.

Практика: повторение и отработка ранее изученных упражнений. Отработка техники исполнения. Комбинации на основе изученных движений.

4. ВОСПИТАНИЕ

4.1. Воспитательная деятельность.

Целью воспитательной работы является развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у детей чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Задачи:

- формирование российской гражданской принадлежности (идентичности), сознания единства с народом России и Российским государством в его тысячелетней истории и в современности, в настоящем, прошлом и будущем;
- воспитание восприимчивости к разным видам искусства, ориентации на творческое самовыражение, реализацию своих творческих способностей в искусстве, на эстетическое обустройство своего быта в семье, общественном пространстве;
- содействие приобретению позитивного социального опыта и навыков эффективного взаимодействия в детском объединении, проявление активной жизненной позиции, самостоятельности и инициативы;
- создание интереса к изучению истории и традиций российского и мирового искусства, науки и спорта (изобразительное искусство, театр, хореография, музыка, кино, цирк);
- привлечение внимания обучающихся к важным социальным вопросам, развитию эмоционального интеллекта, толерантности и способности понимать интересы окружающих.

В ходе реализации воспитательной работы у обучающихся формируются следующие **результаты**:

- осознает свою гражданскую идентичность, знает и уважает государственные символы России;
- проявляет уважение к традициям и ценностям своего народа, а также к другим культурам;
- готов к участию и участвует в социально значимой деятельности и жизни объединения, общества;
- участвует в патриотических мероприятиях и проектах;
- умеет оценивать свои поступки с позиции нравственных норм и нести за них ответственность;
- проявляет интерес к художественной культуре и стремится к самовыражению через творчество;

- соблюдает основные правила здорового и безопасного образа жизни. Проявляет интерес к физическому развитию и занятиям спортом. Бережно относится к своему здоровью и здоровью окружающих.

Основной **формой** воспитания является учебное занятие. Кроме того, воспитательный процесс осуществляется на игровых тренингах, мастер-классах, во время участия в проектах, социально-значимых акциях, на итоговых мероприятиях, в конкурсах и соревнованиях.

В ходе воспитания используются **методы:** объяснения, беседы, положительный пример взрослого окружения, упражнения и закрепляющие задания, похвала и признание достижений учащихся, самоконтроль и самооценка, использование игровых методов и творческих форм обучения.

Работа с родителями или законными представителями осуществляется в рамках следующих форм деятельности:

- проведение собраний с целью информирования о правилах проведения занятий, планах на год и т.д.;
- проведение открытых занятий;
- создание групп в социальных сетях, мессенджерах с целью обсуждения текущих вопросов объединения;
- по запросу индивидуальные беседы и консультации.

Диагностика результатов воспитательной работы осуществляется с помощью:

- педагогического наблюдения;
- оценки творческих проектов педагогом, родителями, сверстниками;
- отзывов, интервью, материалов рефлексии (опросы родителей, анкетирование родителей и детей, беседы с детьми, отзывы других участников мероприятий и др.).

Воспитательная работа осуществляется в учебных помещениях МБУ ДО «Центр детского творчества «Восход» в рамках учебных занятий, а также на выездных площадках, в других организациях во время воспитательных мероприятий (экскурсии, посещение театров, конкурсы и соревнования различного уровня и др.

4.2.Календарный план воспитательной работы.

№	Название события, мероприятия	Месяц	Форма работы	Практический результат и информационный продукт
1	Родительское собрание	Сентябрь	Информирование о прави внутреннего распорядк графике работы	Фото/видеоотчет в соц.сетях
2	Открытое занятие	В течение года	Посещение родителями (законными представителями) открытых занятий	Фото/видеоотчет в соц.сетях
3	Календарные мероприятия («Новый год», «Масленица», «23 февраля», «8 марта», «День	В течение года	Участие, организация и проведении	Фото/видеоотчет в соц.сетях

	Победы» и т.д.)			
4	Оздоровительная кампания («Золотая рыбка», ЛДП «Лето в «Восходе»)	Июнь	Организация и проведение оздоровительной кампании	Фото/видеоотчет в соц.сетях
5	Конкурсы, социально-значимые мероприятия и акции, спортивные соревнования	В течение года	Участие, организация и проведение	Фото/видеоотчет в соц.сетях
6	Отчетный концерт	Май	Участие, организация и проведение	Фото/видеоотчет в соц.сетях

5. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.

5.1. Информационно-методическое обеспечение программы включает в себя перечень:

- дидактических игр, пособий, материалов;
- методической продукции по разделам программы;
- учебных и информационных ресурсов: учебно-методический комплекс; разработки из опыта работы педагога (методические рекомендации, игры, конспекты уроков).

Применяемые технологии и средства обучения и воспитания:

- в образовательном процессе используются элементы педагогических технологий: модульное обучение, игровые технологии, технология дифференцированного обучения
- средства обучения: аудиальные- фонотеки произведений классической, современной и народной музыки, звуков природы (шум дождя, пение птиц, морской прибой, колокольной музыки); аудиовизуальные-видеосюжеты, фото национальных народных костюмов, атрибутов, используемых в танце.

5.2. Материально-техническое обеспечение программы:

- занятия организуются в специальном зале, соответствующем требованиям СанПиН и техники безопасности;
- в кабинетах имеется следующее учебное оборудование: зеркала, тренировочные станки.

5.3. Список литературы и интернет - ресурсов:

5.3.1 Список литературы, используемой при написании программы.

1. Александрова, Н. А. Танец модерн. Пособие для начинающих Санкт-Петербург: Планета музыки, 2020.

2. Барышникова Т.С. «Азбука хореографии». М.: Айрис – пресс, 2020.

3. Ваганова А. Я. «Основы классического танца». СПб. Издательство «Лань», 2020.

4. Базарова Н.П. «Азбука классического танца» М. «Планета музыки», 2024.

5. Баглай, В. Е. Этническая хореография народов мира: учебное пособие. Санкт-Петербург: Планета музыки, 2020.

5.3.2 Список рекомендуемой литературы для педагога.

1. Борисенко Т.С. Художественно-творческая деятельность руководителя любительского хореографического коллектива: от замысла к воплощению. Художественное образование и наука. – 2020.

2. Васильева Е.Д. Сюжетно-игровые приемы воспитания дисциплинированности младших школьников в хореографической деятельности. Гаудеамус. – 2021

3. Юзова Е. А. «Методика обучения народно-сценическому танцу (экзерсис у палки)». СПб. Издательство «Лань», 2025.

5.3.3 Список рекомендуемой литературы для детей.

1. Горшкова Е.В. Учебно- методическое пособие «О говорящих движениях и чудесных превращениях». М.: Дрофа, 2020.

2. Адамович О.Ю. учебно-методическое пособие для СПО «Дроби. Дробные выстукивания в народно-сценическом танце» СПб. Издательство «Лань», 2025.

5.3.4 Перечень интернет - ресурсов.

1. Карпенко В.Н. Этнохореография как инструмент этновоспитания URL: http://timekguki.esrae.ru/34

2. http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot _ot_ritmiki_k_tancu_quot/- о методике партерного экзерсиса

3. www.horeograf.com.

4. http://horeograf.ucoz.ru/blog

Приложение 1

Глоссарий.

Allegro (аллегро) – раздел прыжки.

Arch (Арч) - прогиб корпуса, раскрытие грудной клетки.

Battement developpe (батман девлоппе) – раскрывать, вынимать ногу на 90* в нужное направление.

Battement fondu (батман фондю) – мягкое, плавное, «тающее» движение.

Battement frappe (батман фраппэ) – движение с ударом, или ударное движение.

Battement tendu (батман тандю) – отведение и приведение вытянутой ноги, не отрывая носка от пола.

Battement tendu Jete (жете) – бросок ноги.

Body roll (Боди ролл) - волнообразное движение корпусом.

Changement de pieds (шажман де пье) – прыжок с переменой ног в воздухе (в V позиции).

Contraction (Контракшн) - сжатие: выдох, мышцы живота сжимаются, позвоночник округляется, движение идет от центра.

Curve (кёрф) - это изгиб верхней части позвоночника (до солнечного сплетения) вперед или в сторону.

Deep body bend (диип боди бэнд) - глубокий наклон торса вперед ниже параллели с полом (ниже 90°).

Demi (деми) – маленький.

Demi-plie (деми плие) – маленькое приседание.

Echappe (эшаппэ) – прыжок с раскрыванием ног во вторую позицию и собиранием из второй в пятую.

En dedans (ан дедан) - движение или поворот «внутрь» (к опорной ноге).

En dehors (ан деор) - движение или поворот «наружу» (от опорной ноги).

En face (ан фас) – прямо; прямое положение корпуса, головы и ног.

Flat back (Флэт бэк) - наклон корпуса (вперед или в сторону) с прямой спиной, параллельно полу.

Flex (Флекс) - сокращенная стопа или кисть.

Grand (гранд) – большой.

Grand battement (гранд батман) – большой батман.

Grand-plie (гранд плие) – большое приседание.

Plie (плие) – приседание.

Point (Пойнт) - вытянутая стопа.

Port de bras (пор де бра) – упражнение для рук, корпуса, головы. .

Port de bras (пор де бра) – упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

Preparation (препарасьон) – приготовление, подготовка.

Release (Релиз) - расширение: вдох, растяжение мышц от центра, снятие напряжения.

Releve (релеве) – от гл. «приподнимать, возвышать»; подъем на пальцы или полупальцы.

Releve lent (релеве лян) – медленный подъем ноги.

Roll down (Ролл даун) - последовательный наклон вниз, начиная с головы, с постепенным раскручиванием позвоночника.

Roll up (ролл ап) обозначает постепенное раскручивание позвоночника из наклона вниз в вертикальное положение.

Rond de jambe par terre (ронд де жамб пар тер) – круговое движение ноги по полу, круг носком по полу.

Saute (соте) – прыжок на месте по позициям.

Slide (Слайд) - скользящий шаг.

Sur le cou-de-pied (сюр ле ку де пье) – положение одной ноги на щиколотке другой, опорной.

Tilt (Тилт) - положение, при котором корпус отклонен в сторону или вперед от вертикали, а рабочая нога открыта.

Tour chaine (тур шене) – «сцепленный, связанный»; быстрые повороты, следующие один за другим.

Twist (твист)- это базовое скручивающее движение, основанное на поворотах торса (вправо-влево) или нижней части тела (бёдра) при зафиксированном верхе.