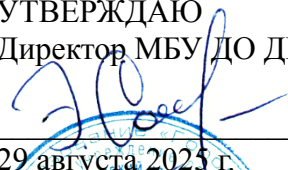


УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»


Э.Ю. Салтыков

29 августа 2025 г.

(Приказ по МБУ ДО ДЮЦ «Галактика» от 29 августа 2025 г. № 170-О)



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа художественной направленности
стартового уровня
«Мир танца»**

Возраст обучающихся: 7 - 10 лет

Срок реализации: 1 год

Объем учебной нагрузки 72 часа в учебном году

(Программа принята к реализации в 2025-2026 учебном году решением Педагогического совета
МБУ ДО ДЮЦ «Галактика» от 29 августа 2025 г. протокол № 1)

Автор:

Солодкова Инна Вячеславовна, педагог
дополнительного образования

Мытищи
2025

РЕЦЕНЗИЯ

на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу
технической направленности
стартового уровня «Мир танца»

Разработчик: Солодкова И.В., педагог дополнительного образования МБУ ДО ДЮОЦ «Галактика».

Рецензент: Сергеева И.Н., методист МБУ ДО ДЮОЦ «Галактика».

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности стартового уровня «Мир танца» (далее – программа) реализуется в МБУ ДО ДЮОЦ «Галактика» с сентября 2024 года.

Программа ориентирована на развитие танцевальных способностей детей.

Программа разработана на основе авторской программы Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу», адресована учащимся 8-10 лет, рассчитана на один год обучения.

Программа актуальна, ориентирована на решение наиболее значимых проблем дополнительного образования детей в данный период времени. Цель и задачи, способы их достижения ориентированы на возрастные и психофизиологические особенности детей, указанные в программе.

Программа содержит все структурные элементы в соответствии с федеральными требованиями к содержанию и оформлению программ дополнительного образования детей: титульный лист, пояснительную записку, учебный план, календарный учебный график, условия реализации программы, содержание изучаемого курса, методическое обеспечение программы, список литературы.

Пояснительная записка раскрывает целостность программы – согласованность цели, задач, планируемых результатов и способов их достижения.

Учебный план включает перечень тем, разделов с разбивкой на теоретические и практические виды занятий. Содержание курса раскрывается через краткое описание учебного материала по темам. Программа предполагает дополнение (интеграцию) разделами из других областей знаний: математики, информатики, рисования.

Методическое обеспечение программы представлено совокупностью педагогических технологий, методов обучения, форм работы с учащимися. Особенности изучения отдельных разделов раскрываются в перечне информационно-дидактического материала, который предполагается наработать и апробировать в течение срока обучения. Информационное обеспечение программы содержит список литературы для детей и педагогов.

В программе приведены механизмы контроля за конечным результатом в соответствии с целью и задачами. Материал изложен профессионально грамотно: отмечаются логика, последовательность, системность.

Вывод: программа заслуживает положительной оценки и может быть рекомендована педагогам МБУ ДО ДЮОЦ «Галактика» для использования.

Рецензент: методист _____ /Беликова Е.С./ Дата: «__31__» ____03____2025 г.

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Полное наименование программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности стартового уровня «Мир танца»
Руководитель	Салтыков Эльдар Юрьевич
Рецензент	Сергеева И.Н., методист МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»
Организация – заявитель	Муниципальное образование «Городской округ Мытищи Московской области» (Учредитель) Администрация г. о. Мытищи в лице главы г. о. Мытищи. Управления образования Администрации г. о. Мытищи
Организация-исполнитель	муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования "Детско-юношеский центр "Галактика"
Адрес организации-исполнителя, телефон, факс, ФИО, должность автора	Адрес: 141008, Московская область, г. Мытищи, ул. Мира, д. 19/11. Телефон: +7(495)-586-44-11 Солодкова Инна Вячеславовна, педагог дополнительного образования
География программы	г. о. Мытищи, Московской области
Целевые группы	Учащиеся 7 - 10 лет
Цель программы	Развитие творческих способностей учащихся через обучение основам хореографии.
Направленность	Художественная
Срок реализации программы	Один год
Вид	Модифицированная
Уровень освоения	Общекультурный
Уровень реализации	Стартовый
Краткое содержание программы	Изучение основ классического, народного, эстрадно-спортивного танцев, разучивание танцевальных комбинаций, развитие танцевальных способностей учащихся.

ОГЛАВЛЕНИЕ

РАЗДЕЛ I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	
1.1. Пояснительная записка	5
1.1.1. Направленность программы	
1.1.2. Авторская основа программы	
1.1.3. Нормативно-правовая основа программы	
1.1.4. Актуальность программы	
1.1.5. Отличительная особенность программы.	
1.1.6. Педагогическая целесообразность	
1.1.7. Адресат программы	
1.1.8. Режим занятий	
1.1.9. Общий объём программы	
1.1.10. Срок освоения программы	
1.1.11. Формы обучения	
1.1.12. Особенности организации образовательного процесса	
1.1.13. Виды занятий	
1.2. Цели, задачи и планируемые результаты освоения программы	7
1.2.1. Цель и задачи программы	
1.2.2. Планируемые результаты освоения программы	
1.2.3. Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов	
1.2.4. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов	
1.2.5. Критерии оценки достижения планируемых результатов	
1.3. Содержание программы	8
1.3.1. Учебный план	
1.3.2. Содержание учебного плана	
1.4. Воспитательный потенциал программы	19
1.4.1. Пояснительная записка	
1.4.2. Цель и задачи воспитательной работы	
1.4.3. Содержание воспитательной работы	
1.4.4. Планируемые результаты воспитательной работы	
РАЗДЕЛ II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ПРОГРАММЫ	
2.1. Календарный учебный график	20
2.2. Формы контроля, аттестации	20
2.3. Оценочные материалы	
2.4. Методическое обеспечение программы	21
2.4.1. Методы обучения	
2.4.2. Педагогические и образовательные технологии	
2.4.3. Формы организации образовательного процесса	
2.4.4. Формы учебного занятия	
2.4.5. Алгоритм учебного занятия	
2.4.6. Дидактические материалы	
2.4.7. Информационное обеспечение программы	
2.5. Кадровое обеспечение программы	22
2.6. Материально-техническое обеспечение программы	
2.7. Список литературы и интернет-ресурсов	22
2.7.1 Список литературы и интернет-ресурсов для педагогов	
2.7.2. Список литературы и интернет-ресурсов для учащихся и их родителей	
ПРИЛОЖЕНИЯ	
<i>Приложение 1. Календарно – тематическое планирование</i>	25
<i>Приложение 2. Содержание аттестации учащихся</i>	28
<i>Приложение 3. Оценочные материалы</i>	
<i>Приложение 4. Протокол итоговой аттестации</i>	
<i>Приложение 5. Карта педагогического мониторинга</i>	

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа стартового уровня «Мир танца» реализует художественную направленность (далее – программа).

Ориентирована на развитие художественно-эстетического вкуса, художественных способностей и склонностей к танцевальным видам искусства, творческого подхода, эмоционального восприятия и образного мышления, подготовку личности к постижению великого мира искусства, формирование стремления к воссозданию чувственного образа воспринимаемого мира.

1.1.2. Авторская основа программы

Программа разработана на основе авторской программы Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу».

1.1.3. Нормативно-правовая основа программы

Нормативно-правовой основой программы является:

1. Закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года;
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р;
3. Приказ Минпросвещения России от 27 июля 2022 г. N 629 "«Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
4. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций»;
5. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
6. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
7. Распоряжение Министерства образования Московской области от 31.08.2024 г. № Р-900 «Об организации работы в рамках реализации персонифицированного учета и системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Московской области»;
8. Устав и локальные акты МБУ ДО ДЮЦ «Галактика».

1.1.4. Актуальность программы связана с необходимостью формирования у современных школьников потребности в здоровом образе жизни, укреплении здоровья и формировании ответственного отношения к нему. Перегрузки в учебе, психоэмоциональное напряжение, гиподинамия остаются важными проблемами общества. Активная целенаправленная **1.1.5.**

1.1.5. Отличительная особенность программы находит свое отражение основана на представлении хореографии во всем ее многообразии, что дает более широкие возможности для творческого самовыражения учащихся.

Принцип построения – традиционная программа.

Основная идея программы заключается в том, что предусматривается прохождение базовых элементов. Занятия начинаются на середине зала с постановки корпуса, изучения позиций рук и ног, освоения простейших элементов и форм танца с той степенью технической сложности и нагрузкой на мышечный аппарат, которые доступны учащимся. И могут изучаться без применения экзерсиса у станка, принятого на уроках танца.

Систематическое и планомерное изучение расширяет диапазон творческих возможностей детей, а также заставляет учащихся и педагогов искать новые краски актерской выразительности. В процессе обучения, учащиеся развивают свой суставно-связочный аппарат, эластичность и силу мышц, координацию и выразительность движений.

Новизна программы включает – подбор современных образовательных технологий, методов, форм, направленных на развитие творческих способностей учащихся, применение видеоматериалов профессиональных коллективов, методические разработки ведущих педагогов в работе над методикой исполнения, характером исполнения и создания сценического образа.

Новизна данной образовательной программы заключается в комплексном решении задач оздоровления: физическое развитие детей организуется при одновременном развитии их интеллектуальных и креативных способностей, эмоциональной сферы, психических процессов.

1.1.6. Педагогическая целесообразность программы.

На современном этапе развития общества программа отвечает запросу учащихся и их родителей.

Программа составлена с учетом возрастных особенностей, уровня учащихся, отражает основные дидактические принципы.

Формы, методы и приемы, используемые в ходе реализации данной программы, подобраны в соответствии с её целью, задачами и способствуют эффективной организации образовательного процесса.

Содержание программы нацелено на активизацию познавательной творческой деятельности каждого обучающегося. Большое внимание уделяется развитию и повышению мотивации учащихся, приобретению практических умений и навыков в области хореографического искусства.

Программа способствует формированию активной жизненной позиции учащихся и таких нравственных качеств личности, как ответственность, доброта, доброжелательность, дружелюбие, сочувствие.

я физическая нагрузка учащихся на занятиях хореографией способствует решению этих проблем. Хореографическое искусство развивает у обучающихся чувство красоты и выразительности движений, формирует их фигуру, вырабатывает осанку, укрепляет физически.

1.1.7. Адресат программы

Программа адресована учащимся семи -десяти лет.

Краткая характеристика возрастных особенностей учащихся по программе Программа «Мир танца» адресована учащимся младшего школьного возраста.

Этот возраст является чрезвычайно важным для психического и социального развития ребенка. Кардинально изменяется его социальный статус - он становится учеником, что приводит к перестройке всей системы жизненных отношений ребенка. Ведущей деятельностью для детей младшего школьного возраста становится учебная, игровая отходит на второй план. В силу своей динамичности мотивационная сфера ребенка данного возраста представляет большие возможности для формирования и развития у него мотивов, необходимых для эффективного обучения.

Характерной особенностью младшего школьника является эмоциональная впечатлительность, отзывчивость на все яркое, необычное, красочное. В этот возрастной период у ребенка активно развиваются социальные эмоции, такие как самолюбие, чувство ответственности, чувство доверия к людям и способность ребенка к сопереживанию, стремление к превосходству и признанию сверстниками. Самооценка младших школьников зависит от мнения взрослых, от оценки педагогов.

Занятия хореографией способствуют гармоничному развитию личности, формированию художественного вкуса, развивают физические данные, грацию и пластику, способствуют формированию культуры здорового образа жизни.

Обучение детей с ОВЗ и детей инвалидов. Принимаются дети с ОВЗ и дети инвалиды, которым по рекомендациям медико-педагогической комиссии рекомендованы занятия по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам социально-гуманитарной направленности в общих группах.

1.1.8. Режим занятий

Периодичность и продолжительность занятий устанавливается в зависимости от возрастных и психофизиологических особенностей, допустимой нагрузки учащихся.

Учебные занятия проводятся один раз в неделю два академических часа с перерывом 15 минут.

1.1.9. Общий объем программы: 72 ч.

1.1.10. Срок освоения программы: один год

1.1.11. Форма обучения: очная

1.1.12. Особенности организации образовательного процесса: образовательный процесс осуществляется в соответствии с календарно-тематическим планом-графиком в группе обучающихся разных возрастных категорий, являющиеся основным составом объединения.

Образовательный процесс имеет развивающий характер, направлен на развитие у детей природных задатков и интересов.

1.1.13. Виды занятия: групповое.

1.2. Цель, задачи и планируемые результаты освоения программы

1.2.1. Цель и задачи программы

Цель: освоение учащимися элементарных основ хореографии и развитие интереса к систематическим занятиям танцами.

Задачи:

а) образовательные:

формирование:

- представления о взаимосвязи музыки и движения;
- знаний основных хореографических терминов и понятий;
- правильной постановки корпуса;
- освоение элементарных основ хореографии;
- представления об основных видах и стилях хореографического искусства;
- основ культуры здорового образа жизни;
- навыков самоконтроля

б) развивающие:

развитие:

- мотивации к занятиям хореографией;
- чувства ритма;
- эмоциональности и выразительности,
- координации движений;
- внимания, памяти и логического мышления;
- пространственного воображения;
- физических данных

в) воспитательные:

воспитание:

- чувства патриотизма и уважения к общечеловеческим ценностям;
- коллективизма и товарищества;
- ответственности и исполнительности;
- трудолюбия;
- основ культуры здорового образа жизни.

1.2.2. Планируемые результаты освоения программы

а) предметные:

учащиеся сформировали

- представления о взаимосвязи музыки и движения;
- знания основных хореографических терминов и понятий;
- правильная постановка корпуса;
- элементарные основы хореографических знаний;
- представления об основных видах и стилях хореографического искусства;
- основы культуры здорового образа жизни;
- навыки самоконтроля;

б) метапредметные:

учащиеся развили

- мотивацию к занятиям хореографией;
- чувство ритма;
- эмоциональности и выразительности,
- координации движений;
- внимание, память и логическое мышление;
- пространственное воображение;
- физические данных;

в) личностные:

у учащихся будут воспитаны, развиты:

- уважение к общечеловеческим ценностям, патриотизм;
- коллективизм, чувство товарищества;
- ответственность и исполнительность;
- трудолюбие;
- основы культуры здорового образа жизни.

1.2.3. Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов карта результативности обучения по программе, видеозапись, грамота, диплом, журнал посещаемости, фото, свидетельство, сертификат, статья и др.

1.2.4. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: конкурс, концерт, открытое занятие, отчет итоговый, портфолио, праздник, фестиваль и др.

1.2.5. Критерии оценки достижения планируемых результатов

Оценка достижения планируемых результатов освоения программы осуществляется по трем уровням:

высокий (от 80 до 100% освоения программного материала),

средний (от 51 до 79% освоения программного материала),

низкий (менее 50% освоения программного материала).

Уровни освоения	Результат
Высокий уровень освоения программы	Учащиеся демонстрируют <i>высокую заинтересованность</i> в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговой аттестации показывают отличное знание теоретического материала, практическое применение знаний воплощается в качественный продукт
Средний уровень освоения программы	Учащиеся демонстрируют <i>достаточную заинтересованность</i> в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание Программы. На итоговой аттестации показывают хорошее знание теоретического материала, практическое применение знаний воплощается в продукт, требующий незначительной доработки
Низкий уровень освоения программы	Учащиеся демонстрируют <i>низкий уровень заинтересованности</i> в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговом тестировании показывают недостаточное знание теоретического материала, практическая работа не соответствует требованиям

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный план

№	Раздел/тема занятия	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
I	ВВОДНЫЙ ИНСТРУКТАЖ ПО ТБ. ВВЕДЕНИЕ В ПРОГРАММУ. Начальная диагностика стартовых возможностей учащихся	2	1	1	беседа, наблюдение
II	ОБДД	4	1	3	
1)	Азбука дорожного движения	1	0,25	0,75	опрос
2)	Дорожные знаки. Правила поведения на дороге	1	0,25	0,75	опрос
3)	Техника безопасности в транспорте.	1	0,25	0,75	опрос, викторина
4)	Дорога – не место для игр	1	0,25	0,75	опрос, викторина
III	Азбука музыкального движения	10	2,5	7,5	
1)	Вступительный и заключительный аккорды	1	0,25	0,75	наблюдение
2)	Сильная доля. Ритмическая азбука	1	0,25	0,75	наблюдение
3)	Динамическая диагональ	1	0,25	0,75	наблюдение

4)	Координация с шагами и хлопками	1	0,25	0,75	наблюдение
5)	Ритмические упражнения с мячом под счет	1	0,25	0,75	наблюдение
6)	Упражнения с мячом в паре и группе под счет	1	0,25	0,75	наблюдение
7)	Марш в различном ритме и характере	1	0,25	0,75	наблюдение
8)	Темп и характер музыки. музыкальная фраза	1	0,25	0,75	наблюдение
9)	Актерское мастерство и музыкальные навыки	1	0,25	0,75	наблюдение
10)	Различные шаги и упражнения для рук на координацию	1	0,25	0,75	наблюдение
IV	Гимнастика	13	3	10	
1)	Значение партерной гимнастики.	1	0,25	0,75	наблюдение
2)	Апломб	1	0,25	0,75	наблюдение
3)	Гибкость тела	1	0,25	0,75	наблюдение
4)	Тренировка мышц живота	1	0,25	0,75	наблюдение
5)	Тренировка мышц рук	1	0,25	0,75	наблюдение
6)	Тренировка мышц спины	1	0,25	0,75	наблюдение
7)	Растяжка	1	0,25	0,75	наблюдение
8)	Перекаты	1	0,25	0,75	наблюдение
9)	Устойчивость	1	0,25	0,75	наблюдение
10)	Упражнения на выносливость	1	0,25	0,75	наблюдение
11)	Растяжка	1	0,25	0,75	наблюдение
12)	Прыжки	1	0,25	0,75	наблюдение
13)	Кувырки	1	-	1	наблюдение
V	Основы классического танца	15	3	12	
1)	Постановка корпуса Поклон.	1	0.25	0.75	наблюдение
2)	Позиции рук	1	0.25	0.75	наблюдение
3)	Упражнения у станка	1	0.25	0.75	наблюдение
4)	Устойчивость	1	025	0.75	наблюдение
5)	Упражнения у станка	1	0.25	0.75	наблюдение
6)	Упражнения у станка	1	0.25	0.75	наблюдение
7)	Упражнения у станка	1	0.25	0.75	наблюдение
8)	Прыжки	1	0.25	0.75	наблюдение

9)	Повторение пройденного материала	1	-	1	наблюдение
10)	Упражнения у станка	1	0.25	0.75	наблюдение
11)	Направления движения	1	0.25	0.75	наблюдение
12)	Прыжки	1	0.25	0.75	наблюдение
13)	Бег	1	0.25	0.75	наблюдение
14)	Вращение	1	0.25	0.75	наблюдение
15)	Танцевальные движения и	1	-	1	наблюдение
VI	Основы народного танца	12	3	9	
1)	Позиции ног	1	0.25	0.75	наблюдение
2)	Положения рук	1	0.25	0.75	наблюдение
3)	Танцевальные ходы	1	0.25	0.75	наблюдение
4)	Бег вращения	1	0.25	0.75	наблюдение
5)	Боковые ходы	1	0.25	0.75	наблюдение
6)	Дробные движения	1	0.25	0.75	наблюдение
7)	Переступания и притопы Присядки, мячики.	1	0.25	0.75	наблюдение
8)	Переборы и перескоки	1	0.25	0.75	наблюдение
9)	Вращения	1	0.25	0.75	наблюдение
10)	Вращения	1	0.25	0.75	наблюдение
11)	Заключения движений и комбинаций	1	0.25	0.75	наблюдение
12)	Упражнения для рук	1	0,25	0,75	наблюдение
VI I	Основы эстрадно-спортивного танца	14	3.5	10,5	
1)	«Вход» в эстрадную хореографию	1	0.25	0.75	наблюдение
2)	Изучение базовых элементов	1	0.25	0.75	наблюдение
3)	Противоход	1	0.25	0.75	наблюдение
4)	Скручивание	1	0.25	0.75	наблюдение
5)	Координация	1	0.25	0.75	наблюдение
6)	Пластика	1	0.25	0.75	наблюдение
7)	Прыжковые комбинации	1	0.25	0.75	наблюдение
8)	Наклоны	1	0.25	0.75	наблюдение
9)	Различные ходы	1	0.25	0.75	наблюдение

10)	Контракция	1	0.25	0.75	наблюдение
11)	Диско. Базовые движения	1	0.25	0.75	наблюдение
12)	Хип-хоп. Базовые движения	1	0.25	0.75	наблюдение
13)	Рок-н-ролл	1	0.25	0.75	наблюдение
14)	Прыжки	1	-	1	наблюдение
VI II	Итоговая аттестация	2	1	1	
		72 ч.	17,5 ч.	54,5 ч.	

1.3.2. Содержание тем учебного плана

РАЗДЕЛ I. ВВОДНЫЙ ИНСТРУКТАЖ ПО ТБ. ВВЕДЕНИЕ В ПРОГРАММУ. Начальная диагностика стартовых возможностей

Теория: техника безопасности на занятиях в объединении. Правила противопожарной безопасности. Действия при ЧС. Введение в программу.

Практика: беседа, творческое задание для определения стартовых возможностей учащихся, методом не включённого педагогического наблюдения.

РАЗДЕЛ II. ОБДД

Тема 1. Азбука дорожного движения

Теория: пешеходная азбука: улица, тротуар, проезжая часть, перекресток.

Практика: игра, викторина

Тема 2. Дорожные знаки. Правила поведения на дороге

Теория: дорожные знаки и дополнительные средства информации. Светофор. Правила поведения пешехода. Правила поведения пассажира.

Практика: игра, викторина

Тема 3. Мы пассажиры

Теория: общие обязанности пассажиров. Поведение в общественном транспорте.

Практика: игра, викторина

Тема 4. Дорога – не место для игр

Теория: почему нельзя играть на дороге. Опасности на дороге.

Практика: игра, викторина

РАЗДЕЛ III. Азбука музыкального движения

Тема 1. Вступительный и заключительный аккорды

Теория: Прослушивание различных музыкальных произведений. Умение вовремя вступать и заканчивать движение

Практика: Вступление поочередно в движение с командой «Хоп» (марш на месте). Движение по диагонали с поочередным вступлением на заданный счет

Тема 2. Сильная доля. Ритмическая азбука

Теория: Выделение в движении сильной музыкальной доли

Практика: Шаги, подскоки. Бег, прыжки под счет. Упражнения с хлопками, выделяя первый счет.

Тема 3. Динамическая диагональ

Теория: Развитие ритма, координации, внимания.

Практика: Движение по диагонали, вступая на заданный счет (галоп, подскоки, жете, бег лошадка. бег до хвоста). Марш, стелящийся шаг, подскоки с затяжкой

Тема 4. Координация с шагами и хлопками

Теория: Комбинирование различных координаций

Практика: Упражнения:

- марш на месте, считая при этом;
- шаги в сторону под счет;
- шаги в сторону с хлопками, шаг хлопок и обратно;
- комбинации с хлопками в паре.

Тема 5. Ритмические упражнения с мячом под счет

Теория: Ритмический рисунок

Практика: Закрепление:

- повторение за ведущим ритма в хлопках и притопах;
- подбрасывание мяча из руки в руку;
- марш с ударом мяча на заданный счет;
- прыжок и удар мяча в пол;
- марш с мячом на месте, в продвижении.

Тема 6. Упражнения с мячом в паре и группе под счет

Теория: Работа с партнером, внимание, координация

Практика: Передача мяча партнеру через пол и по воздуху под заданную музыку Передача мяча по кругу в группе в разных направлениях под заданную музыку и счет

Тема 7. Марш в различном ритме и характере

Теория: Ритм. Темп.

Практика: отработка:

- изменение темпа шагов во время движения;
- притопы в конце музыкальной фразы.

Тема 8 Темп и характер музыки. музыкальная фраза.

Теория: Темп медленный. умеренный, быстрый. Характер музыки (веселая, спокойная, грустная). Выделить начало и конец музыкальной фразы

Практика: отработка:

- движение в заданном ритме и характере (громко, тихо);
- задание «настроение»: под заданную мелодию изобразить движением – праздник, грусть, удовольствие и т.п.;

Тема 9. Актерское мастерство и музыкальные навыки

Теория: Элементарные формы танцевальной импровизации.

Практика: Самостоятельное сочинение отрывка (Шторм. Сыщик. Клоуны. Лошадки).

Творческие упражнения:

- упражнение с ладонью - лист падает, летит, кружится и т.п.;
- задание «мороженное»: изображение процесса таяния и замерзания под музыку;
- задание «Настроение» (участвует только мимика лица и поза (фото));
- упражнение «кисточка художника» нарисовать кисточкой (носом) заданный предмет;
- упражнение с ладонью - лист падает, летит, кружится и т.п

Тема 10. Различные шаги и упражнения для рук на координацию

Теория: Комбинирование различных координаций

Практика: отработка:

- широкий шаг сидя, с работой рук(спешу)
- танцевальный шаг со сменой рук по точкам (раз - хлопок по швам; два – плечи; три - вверх, четыре - в сторону).

РАЗДЕЛ IV. Гимнастика

Тема 1. Значение партерной гимнастики

Теория: Представление о своем физическом теле, из чего оно состоит и как работает.

Подготовка тела к упражнениям у станка.

Практика: упражнения на постановку корпуса, сидя на полу

Тема 2. Апломб

Теория: Партер. Постановка корпуса. Правильная осанка. Апломб.

Практика: отработка:

- постановка корпуса сидя на полу;
- упражнения для стоп (сокращения, вращения);
- позиции ног, выворотность стопы

Тема 3. Гибкость тела.

Теория: Понятие «гибкость тела». Техника выполнения наклонов.

Практика: отработка:

- наклоны, упражнения сидя и лежа спине;
- упражнения «корзиночка», «самолет», «кобра»;
- упражнение «дощечка»;
- упражнение «складочка».

Тема 4. Тренировка мышц живота

Теория: Сила мышц живота

Практика: отработка: наклоны, упражнения сидя и лежа спине;

- упражнение «ножницы»;
- сесть из положения лежа без помощи рук;
- большие махи на середине

Тема 5. Тренировка мышц рук

Теория: Мышцы рук. Тренировка сила мышц рук.

Практика: упражнения:

- «мостик» с колен;
- «планка» на локтях;
- «тележка» по парам;
- подготовка к «колесу»;
- подъём на руках с прогибом.

Тема 6. Тренировка мышц спины

Теория: Мышцы спины. Техника тренировки силы мышц спины.

Практика: закрепление:

- упражнения лежа на животе: «коробочка», «русалка», махи, «затяжка»;
- упражнение «берёзка»

Тема 7. Растяжка

Теория: Важность растяжки для исполнения танцевальных движений.

Практика: закрепление:

- упражнения сидя: «лягушка», «складочка», «бабочка»;

- выпады и подготовка к шпагату.

Тема 8. Перекаты

Теория: Понятие «перекат». Техника выполнения перекатов.

Практика: отработка:

- комбинация переката через поперечный шпагат;
- перекат на колено и на спине.

Тема 9. Устойчивость

Теория: Равновесие, устойчивость. Апломб

Практика: закрепление:

- упражнение «цапля» с разворотом колена в сторону;
- поза «Сфинкс».
- различные выпады (руки в стороны и вверх)

Тема 10. Упражнения на выносливость

Теория: Выносливость. Техника правильное дыхание.

Практика: закрепление:

- прыжки с зависанием из положения;
- упор сидя;
- упражнение «велосипед».

Тема 13. Растяжка

Теория: Понятие «танцевальный шаг».

Практика: Упражнения на развитие танцевального шага: различные махи, затыжки, выпады, складки, шпагаты.

Тема 14. Прыжки

Теория: Техника прыжков

Практика: закрепление:

- прыжки с вытянутыми и поджатыми ногами с зависанием.
- трамплинный прыжок.

Тема 15. Кувырки

Теория: Техника выполнения кувырка. Кувырок через плечо. вперед, назад.

Практика: закрепление:

- группировка тела, перекаты на спине (поплавок);
- остановка в 6 позицию после переката.

РАЗДЕЛ V. Основы классического танца

Тема 1. Поклон

Теория: Правила приветствия. Понятие «классический экзерсис». Позиции ног. Поклон.

Практика: упражнения на закрепление:

- 1,2, позиции;
- поклон из 1 позиции.

Тема 2. Позиции рук

Теория: Позиции рук

Практика: упражнения на закрепление:

- подготовительная позиция;
- 1,2,3 позиции

Тема 3. Упражнения у станка

Теория: Плие. Гранд плие. Деми плие

Практика: упражнения на закрепление:

- деми плие;
- гранд плие

Тема 4. Устойчивость

Теория: Апломб - устойчивость. Стержень-позвоночник.

Практика: закрепление: упражнения на постановку корпуса у станка и на середине зала.

Тема 5. Упражнения у станка

Теория: Упражнения для развития танцевального шага. Батман тандю (по полу)

Практика: Упражнения на закрепление темы.

Тема 6. Упражнения у станка

Теория: Упражнения для развития танцевального шага. Батман тандю жете (взмах, бросок

ноги).

Практика: Упражнения на закрепление темы

Тема 7. Упражнения у станка

Теория: Ронд де жамб (круг ногой)

Практика: закрепление: ронд де жамб - вперед, обратно у станка

Тема 8. Прыжки

Теория: Соте (прыжок). Понятие «прыгучесть». Техника выполнения прыжка. Прыжки с обеих ног на обе.

Практика: закрепление: соте - по 1,6 и 2 позиции

Тема 9. Повторение пройденного материала

Практика: закрепление изученного материала у станка:

- релеве 1, 6 позиция;
- деми плие 1, 6, 2 позиции
- гранд плие
- батман тандю
- батман тандю жете
- ронд де жамб

Тема 10. Упражнения у станка

Теория: Слитное исполнение релеве лян 45 градусов

Практика: упражнения на закрепление: у станка крестом

Тема 11. Направления движения

Теория: Ан дедан – внутрь, в круг, ан деор - наружу, из круга.

Практика: упражнения на закрепление в разных направлениях

Тема 12. Прыжки

Теория: Итальянский прыжок.

Практика: упражнения на закрепление: 5 позиция, лицом к станку

Тема 13. Бег

Теория: Шаг и бег на полупальцах.

Практика: закрепление: упражнения по диагонали

Тема 14. Вращение*Теория:* Техника вращения*Практика:* отработка - держать точку на середине зала и по диагонали.**Тема 15. Танцевальные движения и комбинации***Практика:* отработка движений: подскоки, шаг польки и галопа - по диагонали, по кругу (индивидуально и в парах).**РАЗДЕЛ VI. Основы народного танца****Тема 1. Позиции ног***Теория:* Возникновение народного танца. Характер народного танца. Хоровод. Пляска. Перепляс. Популярны виды русского народного танца: Хоровод Барыня, Калинка, Камаринская. Кадриль. Позиции ног в народном танце.*Практика:* упражнения - позиции ног в народном танце.**Тема 2. Положения рук***Теория:* Разновидности положений рук русского танца, связь с бытовыми движениями.*Практика:* упражнения для закрепления позиций рук в русском народном танце**Тема 3. Танцевальные ходы***Теория:* Различное сочетание шагов в стиле, характере и манере национального танца*Практика:* упражнения на закрепление:

- простой шаг,
- шаг с каблука.

Тема 4. Бег*Теория:* Техника бега. Легкость движения и техника приземления при беге.*Практика:* Закрепление: бег - основной вид, с подъёмом коленей.**Тема 5. Боковые ходы***Теория:* Понятие «выворотность» колен. Подъём и опускание с полупальцев. Равновесие.*Практика:* Упражнения на закрепление:

- припадание;
- «гармошка».

Тема 6. Дробные движения*Теория:* Техника танцевального удара. Удары всей стопой. Одинарные удары и двойные.

Дробные движения. Перепляс.

Практика: Упражнения на закрепление.**Тема 7. Переступания и притопы. Присядки, мячики.***Теория:* Удары всей стопой в соответствии заданному счету и темпу музыки. Пружинные движения для мальчиков. Притопы как концовка комбинаций движений*Практика:* Упражнения на закрепление темы. Переступания по 5 позиции в подготовке к веревке.**Тема 8. Переборы и перескоки***Теория:* Легкость прыжка с высоким коленом.*Практика:* Упражнения:

- перескоки с остановкой на каблук и на воздух,
- «козлик» в продвижении по диагонали

Тема 9. Вращения

Теория: «Держать точку»- правило вращения. Различные повороты и вращения. Броски.

Практика: Отработка движений:

- вращение на месте на середине на 180 и 360 градусов на полупальцах,
- повороты и вращения,
- броски.

Тема 10. Вращения

Теория: Техника вращения. Правильная постановка корпуса во время исполнения вращения.

Практика: Вращение на беге на середине, по диагонали.

Тема 11. Заключение движений и комбинаций

Теория: Музыкальная законченность комбинаций и движений.

Практика: Отработка движений:

- простой притоп,
- соскок.

Тема 12. Повторение пройденного материала

Теория: Развитие координации в характере танцев разных народов

Практика: Поклоны с корпусом и движением головы. Упражнения для рук.

РАЗДЕЛ VII. Основы эстрадно-спортивного танца**Тема 1. «Вход» в эстрадную хореографию**

Теория: Беседа: Особенности эстрадного танца. Взаимосвязь с классическим и народным танцем. Манера исполнения

Практика: Упражнения: ход на полупальцах, галоп, бег.

Тема 2. Изучение базовых элементов.

Теория: Натянутость стопы, легкость исполнения, координация.

Практика: Польша, выбрасывание ног в сторону, прыжок в растяжку

Тема 3. Противоход

Теория: Двигательный аппарат человека. Работа мышц и суставов. Центр тяжести тела. Произвольные (целенаправленные) движения. Противоход (шаг с правой ноги, и при этом выход вперед левой руки).

Практика: Марш. подскоки. бег с движением рук. Упражнения на ориентировку в пространстве

Тема 4. Скручивание

Теория: Понятие «скручивание» (поворот корпуса и нижней части тела в разных направлениях).

Практика: Упражнения на:

- повороты
- выпады;
- броски;
- различные прыжки и движения на координацию;
- различные повороты.

Тема 5. Координация

Теория: Четкое музыкальное и ритмичное выполнение движений.

Практика: Упражнения:

- шаги с остановкой и прыжком,
- шаги с раскрытием рук по точкам,

- кросс с простыми комбинациями.

Тема 6. Пластика

Теория: Сила и эластичность суставно-связочного аппарата. Мышцы человека. Тонус мышц. Эластичность мышц и связок. Подготовка суставно-связочного аппарата: разминка и разогрев мышц. Гибкость и пластика.

Практика: Упражнения на развитие эластичности мышц: «волны», наклоны.

Тема 7. Прыжковые комбинации

Теория: Техника прыжка. Отправная точка - из положения деми плие. Собранность и сила толчка при исполнении прыжка. Понятие «комбинация» прыжков.

Практика: упражнения на закрепление:

- прыжки с поджатыми ногами, «лягушкой», в разножку, с затяжкой.
- прыжки с вытягиванием из положения сидя
- прыжки со сменой направлений
- большой трамплинный прыжок

Тема 8. Наклоны

Теория: Техника упражнений на вытягивание позвоночника. Флэт бэк (плоская спина).

Техника наклонов торса: вперёд, в сторону (на 90) или назад с прямой спиной, без изгиба торса.

Практика: Упражнения на закрепление Флэт-бек.

Тема 9. Различные ходы

Теория: Движение сидя в плие, вытягивая подъём. Корпус откинут назад.

Практика: Упражнения на закрепление:

- основной стелющийся ход,
- группа различных шагов, «кик»
- простая импровизация под заданную музыку
- прыжковая группа,
- кросс с простейшими движениями.

Тема 10. Контракция

Теория: Дыхание танцора и накопление им энергии. Подвижность диафрагмы и таза. Понятие «контракция» (сжатие, сокращение). Исполнение на выдохе, аккумуляция энергии в себе.

Практика: Упражнение «Дорожка с африканской пластикой»

Тема 11. Диско. Базовые движения

Теория: Стиль «диско». Техника базовых движений.

Практика: Комбинации движений диско и рок-н-ролла

Тема 12. Хип-хоп. Базовые движения

Теория: Стиль «хип-хоп». Понятие «качать корпусом».

Практика: упражнения на простые движения хип-хопа.

Тема 13. Рок-н-ролл. Базовые движения

Теория: Стиль «рок-н-ролл». Базовые движения. Легкие прыжковые движения и выбрасывания от колена.

Практика: Упражнения на закрепление: прыжки на 2-х ногах, с одной на другую, «кик»

Тема 14. Повторение пройденного материала

Практика: Галоп с поворотом. Подскоки с затяжкой. Комбинации движений.

РАЗДЕЛ VIII. Итоговая аттестация

Тема 1. Итоговая аттестация

Теория: опрос – вопросы теоретической части итоговой аттестации.

Практика: творческий зачёт – импровизированный номер

2.4. Воспитательный потенциал программы

2.4.1. Пояснительная записка

Изменение социокультурных условий жизни, связанное с всесторонним реформированием общественных устоев, неблагоприятно сказывается на состоянии обучения и воспитания подрастающего поколения. Разрешение назревших противоречий сопровождается отчуждением детей и подростков от заботы взрослых, социальной незащищённостью, снижением уровня здоровья и нравственного состояния.

Дезорганизация жизни семей, не сумевших адаптироваться к новым условиям в связи с резкой дифференциацией доходов, разрушением сложившихся нравственных норм и традиций семейного уклада, приводит к резкому спаду воспитательного воздействия семьи, ее несостоятельности в вопросах социализации детей. Ослабляется связь семьи и школы. Модернизация сферы образования связана с поиском новых методик, технологий, с ценностной переориентацией, вместе с тем ее кризисное, противоречивое состояние приводит к суждению воспитательного пространства.

Традиционные формы обучения и воспитания не соотносятся с характером нынешнего времени, с потребностями и интересами детей и подростков. В связи с этим усиливается роль системы дополнительного образования в моделировании и реализации различных воспитательных программ.

Преимущество этой системы состоит в том, что она свободна от жестких регламентаций и предполагает, прежде всего увлеченность и заинтересованность, удовлетворение насущных потребностей детей и подростков в организации свободного времени и развитии индивидуальных способностей.

В настоящее время остро ощущается потребность детей в хороших педагогах-организаторах, проявляющих подлинное внимание к своим воспитанникам и помогающих им утвердить себя в общественной жизни, в кругу сверстников, усвоить необходимые навыки в работе над собой.

2.4.2. Цель и задачи воспитательной работы

Цель: 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 обучающихся 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:

- ✓ усвоение обучающимися знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социально значимых знаний);
- ✓ формирование и развитие личностных отношений к этим нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие);
- ✓ приобретение соответствующего этим нормам, ценностям, традициям социокультурного опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений, применения полученных знаний;
- ✓ достижение личностных результатов освоения образовательных программ: осознание российской гражданской идентичности, сформированность ценностей самостоятельности и инициативы, готовность обучающихся к саморазвитию, самостоятельности и личностному самоопределению, наличие мотивации к целенаправленной социально значимой деятельности, сформированность внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, окружающим людям и жизни в целом.

2.4.3. Содержание воспитательной работы

[Календарный-план-воспитат.pdf](#)

(ссылка меняется в соответствии с текущим учебным годом)

2.4.4. Планируемые результаты воспитательной работы

У учащихся сформируются и будут развиты:

- ✓ уверенность в своих силах;
- ✓ коммуникативные навыки;
- ✓ организационная деятельность, самоорганизация;
- ✓ активная гражданская позиция;
- ✓ представления о базовых ценностях российского общества;
- ✓ ответственность за себя и других;
- ✓ общая культура;
- ✓ умение объективно оценивать себя и окружающих;
- ✓ мотивация к саморазвитию, познанию и творчеству;
- ✓ навыки трудолюбия и коллективизма.

Раздел II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

<https://gal.edummr.ru/wp-content/uploads/2025/04/Галактика-КАЛЕНДАРНЫЙ-УЧЕБНЫЙ-ГРАФИК-25-26.pdf>

2.2. Формы контроля, аттестации

Начальная диагностика стартовых возможностей учащихся проводится на первом занятии с целью определения уровня подготовленности учащихся. Форма проведения определяет педагог, результаты фиксируются в диагностическую карту.

Текущий контроль проводится в течение всего учебного периода с целью систематического контроля уровня освоения обучающимися тем, разделов, глав дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы за оцениваемый период, динамики достижения предметных и метапредметных результатов.

Итоговая аттестация учащихся проводится по окончании реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Цель итоговой аттестации – выявление уровня развития способностей и личностных качеств учащегося и их соответствия прогнозируемым результатам программы на заключительном этапе её реализации.

При проведении итоговой аттестации используется система оценивания теоретической и практической подготовки учащихся.

Предполагаемые формы проведения итоговой аттестации

Итоговая аттестация практической подготовки учащихся проводится в форме: творческий зачет, концерт

Итоговая аттестация теоретической подготовки учащихся проводится в форме: беседы

Содержание теоретической части итоговой аттестации (*приложение № 2*)

Результаты участия учащихся в мероприятиях районного, областного и других уровней могут быть засчитаны как итоговая аттестация.

2.3. Оценочные материалы

Оценочные материалы включают в себя контрольно - измерительные материалы (типовые задания, тесты), позволяющие оценить знания, умения и уровень приобретенных компетенций (*см. Приложение 3*)

2.4. Методическое обеспечение программы

2.4.1. Методы обучения

Методы обучения:

- ✓ объяснительно-иллюстративные (методы обучения, при использовании которых, учащиеся воспринимают и усваивают готовую информацию);
- ✓ репродуктивные методы обучения (учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности);
- ✓ частично-поисковые методы обучения (участие обучающихся в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом);

✓ исследовательские методы обучения (овладение учащимися методам научного познания, самостоятельной творческой работы);

✓ наглядные (демонстрация, иллюстрация).

2.4.2. Педагогические и образовательные технологии

✓ Технология личностно-ориентированного и дифференцированного обучения (авт. И.С. Якиманская) позволяет выбрать формы, средства и методы, способствующие максимальному развитию индивидуальных познавательных способностей детей. Технология позволяет создать условия для адаптации ребенка в коллективе и обучения с учетом личностных возможностей в ситуации успеха.

✓ Игровые технологии (авт. П.И. Пидкасистый, Д.Б. Эльконин) позволяют активизировать творческую и познавательную деятельность учащихся, расширить их кругозор, воспитать самостоятельность и коммуникативность.

✓ Дидактические и творческие игры используются для организации учебного процесса и коллективных творческих дел: праздников, конкурсов, концертов и других мероприятий.

✓ Технология коллективной творческой деятельности (авт. И.П. Волков; И.П. Иванов) позволяет научить детей способам планирования, подготовки, осуществления и проведения коллективного творческого дела; сформировать навыки совместной творческой деятельности.

✓ ИКТ (авт. Г.Р. Громов, Б. Хантер) позволяет применять на практике звуковые, текстовые, фото- и видео-редакторы, активно использовать интернет-ресурсы; сокращается время на демонстрацию наглядных пособий, оптимизируется процесс подведения итогов и контроля знаний учащихся. Мультимедийные устройства, презентации, видеоматериалы используются для технического оформления мероприятий и подведения итогов. Применение ИКТ позволяет оптимизировать и систематизировать документооборот. Использование интернет-ресурсов дает доступ к современным оригинальным учебным материалам, усиливает индивидуализацию обучения и воспитания, развивает самостоятельность, а также обеспечивает новой информацией.

2.4.3. Форма организации образовательного процесса: учебное занятие.

Учебное занятие строится с учетом следующих требований: создание и поддержание высокого уровня познавательного интереса и активности учащихся; целесообразное расходование времени занятия; применение разнообразных форм, методов и средств обучения; высокий уровень межличностных отношений между педагогом и учащимися; практическая значимость полученных знаний и умений.

2.4.4. Форма учебного занятия практическое занятие, открытое занятие, праздник, мастер-класс, концерт, беседа, рассказ, объяснение, конкурс, игра.

2.4.5. Алгоритм учебного занятия

Основные этапы занятия:

1. Вводная часть (организационная часть: приветствие; проверка присутствия обучающихся; инструктаж по ТБ; объявление темы, задач и плана занятия).

2. Основная часть (основное содержание занятия зависит от типа занятия (комбинированное, усвоение новых знаний, закрепление изучаемого материала, повторение, систематизация и обобщение нового материала, проверка и оценка знаний и т.д.) Основная часть занятия имеет практическую направленность. Чаще всего это репетиция, игра, практическая работа.

3. Заключительная часть (подведение итогов учебного занятия, позитивная оценка деятельности обучающихся; рекомендации для самостоятельной подготовки дома).

2.4.6. Дидактические материалы

Музыкальный материал доступный по форме, жанру, стилю и характеру для восприятия детьми; имеет выразительную мелодию и четкую фразировку; близок по содержанию детским интересам.

дидактические игры, пособия, раздаточные материалы, инструкционные, карты задания, упражнения

- методическая продукция по разделам и темам программы;

- разработки из опыта работы педагога (сценарии, разработки танцев).

2.4.7. Информационное обеспечение

- Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru> (дата обращения 01.04.2025) _____
- Энциклопедия балета - <http://www.ballet-enc.ru> (дата обращения 01.04.2025) _____

2.5. Кадровое обеспечение

По программе может работать педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации согласно профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых». Педагог, профиль которого соответствует направленности программы, педагогическое образование и курсы переподготовки, соответствующие направленности программы, обладающий ИКТ-компетенцией.

2.6. Материально – техническое обеспечение

Занятия проводятся в хореографическом зале.

Перечень оборудования, инструментов и материалов, необходимых для реализации программы: балетный станок, зеркала, шведская стенка, гимнастические скамьи.

Мультимедийное оборудование, компьютер, доступ к сети Internet.

2.7. Список литературы и интернет-ресурсов

https://www.rsl.ru/photo/!_ORS/5-PROFESSIONALAM/7_sibid/%D0%93%D0%9E%D0%A1%D0%A2_%D0%A0_7_0_100_2018_1204.pdf?ysclid=m7nc4khgev929378465

2.7.1. Список литературы и интернет-ресурсов для педагога Психолого-педагогическая литература

1. Абраухова, В.В. Педагогика в системе дополнительного образования детей и взрослых. – М.: Директмедиа Паблишинг, 2020. – 52 с. ISBN 978-5-4499-1459-0.
2. Байбородова, Л.В. Психолого-педагогическое сопровождение детей в системе дополнительного образования [Текст] : учебное пособие для осуществления образовательной деятельности по направлению 44.03.01 (44.03.05) Педагогическое образование / Л. В. Байборова, В. В. Белкина, И. Г. Харисова ; М-во образования и науки РФ, ФГБОУ ВПО "Ярославский гос. педагогический ун-т им. К. Д. Ушинского". - Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2015. - 415 с.: табл.; 21 см. - (Серия "Подготовка кадров сферы дополнительного образования детей"); ISBN 978-5-00089-006-6 Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. – М.: Перспектива, 2018.- 224 с.
3. Выготский Л.С. Педагогическая психология. Учебник. – М.: Педагогика-пресс, 1991. – 536 с. ISBN 5-7155-0358-2.
4. Селевко, Г.К. Энциклопедия образовательных технологий. Т. 1. - 2006 (Можайск (Моск.обл.): Можайский полиграфкомбинат). - 816 с.: ил., табл.; ISBN 5-87953-211-9
5. Соловейчик, С.Л. Педагогика для всех. – М.: АСТ, 2022. – 416 с. ISBN 978-5-17-149587-9
6. Столяренко, Л.Д., Смыгин, С.И., Бембеева Н.А. Психология развития и возрастная психология. – М.: Феникс, 2024 г. – 317 с. ISBN 978-5-222-41480-4

Литература по профилю программы

1. Вихрева, Н.А. Классический танец для начинающих. – М.: Театралис, 2004. - 111 с. ISBN 5-9900077-6-0.
2. Калинина, О.Н. Планета танца. - Харьков: Факт, 2016. – 71 с.
3. Климов, А.А. Основы русского народного танца: учеб. для студентов вузов искусств и культуры / А. Климов. - [3-е изд.]. - Москва: Изд-во МГУКИ, 2004. - 318 с., [8] л. цв. ил.: ил., ноты; 22 см.; ISBN 5-85652-113-7 : 3500
4. Лисицкая, Т.С. Хореография в гимнастике. - М.: ЮРАЙТ, 2020.- 260 с. ISBN 978-5-534-07785-8.
5. Лосева, И., Коблякова. Л. Мир танца. Методическое пособие в помощь хореографу и концертмейстеру. - СПб.: Композитор, 2017.- 92 с. ISBN: 979-0-3522-1203-9
6. Руднева, С. Д. Ритмика [Текст]: Муз. движение: [Метод. пособие] / С. Д. Руднева, Э.

М. Фиш. - Москва: Просвещение, 1972. - 334 с.: ил., нот.; 22 см. ОМФ 801-84/14405-4.

7. Силкин, П. А. Педагогические приемы развития профессиональных (функциональных) данных обучающихся искусству танца [Текст] : методическое пособие / П. А. Силкин; Министерство культуры Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Академия Русского балета имени А. Я. Вагановой". - Санкт-Петербург: Академия Русского балета им. А. Я. Вагановой, 2017. - 29 с.; 20 см.; ISBN 978-5-93010-054-9: 80 экз.

8. Фирилёва, Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-Фи-Дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учеб.-метод. пособие для педагогов дошкол. и шк. учреждений / Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. - СПб: Детство-пресс, 2000. - 321, [22] с.: ил.; 20 см. - (Библиотека программы "Детство"); ISBN 5-89814-068-9

Электронные ресурсы:

1. <http://pedsovet.org/m/> (дата обращения 24.03.2025)
2. <http://dop-obrazovanie.com/> (дата обращения 24.03.2025)
3. <http://nsportal.ru/> (дата обращения 24.03.2025)
4. <http://www.bibliotekar.ru/index.htm> (дата обращения 24.03.2025)
5. <http://www.horeograf.com/> (дата обращения 24.03.2025)

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ И РОДИТЕЛЕЙ

1. Александрова, Н.А. Балет. Танец. Хореография. Краткий словарь танцевальных терминов и понятий. - М.: Планета музыки, 2020.- 624 с. ISBN 978-5-507-45908-7, 978-5-8114-6155-4
2. Бахто, С.Е. Примерная программа для хореографических школ и хореографических отделений школ искусств «Ритмика и танец» - М.: МК РФ, 1984.
3. Браиловская, Л.В. Самоучитель по танцам: вальс, танго, самба, джайв / Л. В. Браиловская. - Ростов н/Д: Феникс, 2003. - 221,[1] с., [12] л. ил.: ил.; 21 см. - (Серия<Стильные штучки>); ISBN 5222036863
4. Бучков, Р. Балерина. – М.: Альпина. Дети., 2024.- 32 с. ISBN 978-5-9614-8406-9
5. Валанс, А. Балетные сказки и истории. – М.: АСТ, 2024. – 96 с. ISBN 978-5-17-161919-0
6. Гринькова, К.А. Детство великих балерин. - М.: 2022.- 40 с. ISBN: 978-5-6045855-4-2
7. Гусева, С.И. Путешествие в музыкальную страну: музыкальная азбука. – М.: Феникс, 2024. – 22 с. ISBN:978-5-222-34835-2
8. Дешкова, И. Балет [Текст] : иллюстрированная энциклопедия балета в рассказах и исторических анекдотах: [для детей и их родителей] / Ирина Дешкова. - Москва: Конец века, 1995. - 215, [1] с.: ил.; 29 см.; ISBN 5-85910-022-1
7. Левин,Р. Музыка. Детская энциклопедия [Текст]: история и волшебство классического оркестра: [0+] / Роберт Левин; [пер. с англ. П. Киселевой]; ил. Мередит Хамилтон. - Москва: АСТ, Аванта, печ. 2015. - 96 с.: цв. ил.; 27х27 см.; ISBN 978-5-17-087527-6: 3000 экз.Ли Л., Хамилтон М. Балет. Детская энциклопедия. - М.: Аванта (АСТ), 2024.- 96 с.
8. Литтл, Сьюзи. Блокадный танец Ленинграда. - М.: ИД ПРОФ-ПРЕСС, 2024.-128 с. ISBN: 978-5-378-34313-3.
9. Ожич, Е.М. История танцев [Текст]: [для детей младшего школьного возраста: 0+] / Елена Ожич; [художник Юлия Марголина]. - Санкт-Петербург: Качели, 2017. - 22, [2] с.: цв. ил.; 28 см. - (100 тысяч почему); ISBN 978-5-906989-04-8: 10 000 экз.Савчук. О. Школа танцев для детей от 3-х до 14 лет. - СПб.: Ленинградское издательство, 2010 – 209 с.
10. Левин,Р. Хочу всё знать о музыке [Текст]: детская энциклопедия : [история и волшебство классического оркестра : для младшего и среднего школьного возраста : 0+] / Роберт Левин ; иллюстрации Мередит Хамилтон ; [перевод с английского П. Киселёвой]. - Москва: Изд-во АСТ, Аванта, сор. 2019. - 96 с. : цв. ил.; 27х27 см. - (Хочу всё знать!); ISBN 978-5-17-113259-0: 3000 экз.

11. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-фи-дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учеб.-метод. пособие для педагогов дошкол. и шк. учреждений / Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. - СПб.: Детство-пресс, 2000. - 321, [22] с.: ил.; 20 см. - (Библиотека программы "Детство").; ISBN 5-89814-068-9

Электронные ресурсы:

1. <https://dancedb.ru/tancy-dlya-detej/> (дата обращения 24.03.2025)
2. <https://secret-terpsihor.com.ua/category/stati/video-kursy-po-horeografii/dlya-doshkolnikov/> (дата обращения 24.03.2025)

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение № 1

«УТВЕРЖДАЮ»
 Директор МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»
 _____/Э.Ю. Салтыков/
 «_____» _____ 20____ г.

Календарно-тематическое планирование на 2025-2026 учебный год
 Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности
 «Мир танца» (стартовый уровень)

Педагог дополнительного образования _____/ФИО/
 год обучения: ПЕРВЫЙ
 группа: 1

№	Дата занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Номер раздела	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля/ аттестации
1	СЕНТЯБРЬ	групповая	2	I	Вводный инструктаж по ОТ и ТБ. Введение в программу. Начальная диагностика стартовых возможностей учащихся	МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»	беседа наблюдение
2		групповая	1 1	III IV	Вступительный и заключительный аккорды. Значение партерной гимнастики	МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»	беседа наблюдение
3		групповая	1 1	III V	Сильная доля. Ритмическая азбука. Поклон	МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»	беседа наблюдение
4		групповая	1 1	III IV	Упражнения с мячом в паре и группе под счет. Гибкость тела.	МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»	творческое задание наблюдение
5	октябрь	групповая	1 1	IV V	Устойчивость. Позиции рук	МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»	беседа наблюдение
6		групповая	1 1	II III	Азбука дорожного движения Динамическая диагональ	МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»	беседа наблюдение

7		групповая	1 1	III IV	Координация с шагами и хлопками. Тренировка мышц живота	МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»	беседа наблюдение
8		групповая	1 1	IV V	Тренировка мышц спины. Упражнения у станка	МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»	беседа наблюдение
9	ноябрь	групповая	1 1	IV V	Перекааты. Устойчивость	МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»	беседа наблюдение
10		групповая	1 1	V VII	Упражнения у станка. «Вход» в эстрадную хореографию	МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»	беседа наблюдение
11		групповая	1 1	III IV	Актерское мастерство и музыкальные навыки. Растяжка	МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»	творческое задание наблюдение
12		групповая	1 1	IV V	Упражнения на выносливость. Упражнения у станка	МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»	беседа наблюдение
13	декабрь	групповая	1 1	IV VI	Тренировка мышц живота. Упражнения для рук	МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»	беседа наблюдение
14		групповая	1 1	II III	Дорожные знаки. Правила поведения на дороге. Ритмические упражнения с мячом под счет	МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»	беседа наблюдение
15		групповая	1 1	III IV	Темп и характер музыки. музыкальная фраза. Тренировка мышц рук	МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»	беседа наблюдение
16		групповая	2	V	Прыжки. Направления движения	МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»	беседа наблюдение
17	январь	групповая	1 1	V VII	Повторение пройденного материала. Скручивание	МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»	зачет наблюдение
18		групповая	1 1	II V	Техника безопасности в транспорте. Упражнения у станка	МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»	беседа наблюдение
19		групповая	1 1	III V	Марш в различном ритме и характере. Упражнения у станка	МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»	беседа наблюдение
20		групповая	1 1	III VII	Различные шаги и упражнения для рук на координацию. Наклоны	МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»	беседа наблюдение
21	февраль	групповая	1 1	IV VII	Дорога – не место для игр. гимнастики. Противоход	МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»	беседа наблюдение
22		групповая	1 1	IV V	Кувьрки Вращения	МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»	беседа наблюдение
23		групповая	1	IV	Прыжки.	МБУ ДО ДЮЦ	беседа

			1	VII	Изучение базовых элементов	«Галактика»	наблюдение
24		групповая	1	V	Бег.	МБУ ДО ДЮЦ	беседа
			1	VII	Координация	«Галактика»	наблюдение
25	март	групповая	1	VI	Вращение.	МБУ ДО ДЮЦ	беседа
			1	VII	Пластика	«Галактика»	наблюдение
26		групповая	1	V	Танцевальные движения и комбинации.	МБУ ДО ДЮЦ	творческий зачет
			1	VII	Прыжковые комбинации	«Галактика»	наблюдение
27		групповая	2	VII	Различные ходы. Контракция	МБУ ДО ДЮЦ	беседа
						«Галактика»	наблюдение
28		групповая	1	VII	Диско. Базовые движения. Основные	МБУ ДО ДЮЦ	творческий зачет
			1	VI	понятия	«Галактика»	наблюдение
29	апрель	групповая	1	VII	Хип-хоп. Базовые движения. Основные	МБУ ДО ДЮЦ	творческий зачет
			1	VI	понятия. Положения рук	«Галактика»	наблюдение
30		групповая	2	VII	Рок-н-ролл. Прыжки	МБУ ДО ДЮЦ	творческий зачет
						«Галактика»	наблюдение
31		групповая	1	IV	Апломб.	МБУ ДО ДЮЦ	беседа
			1	V	Прыжки	«Галактика»	наблюдение
32	май	групповая	1	IV	Дробные движения. Растяжка	МБУ ДО ДЮЦ	беседа
						«Галактика»	наблюдение
33		групповая	2	VI	Танцевальные ходы. Боковые ходы	МБУ ДО ДЮЦ	творческий зачет
						«Галактика»	наблюдение
34		групповая	2	VI	Переборы и перескоки. Вращение	МБУ ДО ДЮЦ	беседа
						«Галактика»	наблюдение
35		групповая	2	VI	Заклучения движений и комбинаций. Переступания и притопы. Присядки, мячики	МБУ ДО ДЮЦ	творческий зачет
						«Галактика»	наблюдение
36		групповая	2	VIII	ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ	МБУ ДО ДЮЦ	опрос
						«Галактика»	наблюдение
ИТОГО:			7				
			2				
			ч				
			↓				

Содержание теоретической части итоговой аттестации
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Мир танца»
(стартовый уровень)

Вопросы к теоретической части итоговой аттестации

1. Как появился первый танец? *(возник из бытовых движений под ритм. в котором работал человек или передавал свои чувства жестами и движением).*
2. Что такое «апломб»? *(правильная и грамотная постановка корпуса)*
3. Имя музы танца в греческой мифологии? *(Терпсихора)*
4. Как в народном танце называется соревнование в силе, ловкости, изобретательности движений, показ индивидуальности исполнителя, его характера, демонстрация виртуозности исполнения движений-колен. *(перепляс)*
5. Искусство, которое выражает чувства и мысли с помощью мимики, жестов и движений? *(балет)*
6. Самый древний вид русского народного танца? *(хоровод)*
7. 1-ая позиция ног - это когда...? *(пятки сдвинуты, носки развёрнуты в противоположные от друга стороны, образуя на полу прямую линию)*
8. Сколько позиций рук в классическом танце? *(подготовительная ,1,2,3)*
9. Упражнение «Березка» - это...? *(наклон вперед, стойка на плечах, при которой ноги вертикально вытягиваются вверх).*
10. Скорость движения музыкального произведения? *(темп)*
11. Музыка, которая звучит вначале произведения и настраивает вас? *(вступление)*
12. Главное правило вращения? *(держат точку)*
13. Какие хореографические коллективы самодетельные и профессиональные вы знаете?
(«Берёзка», «Гжель», «Калинка», Ансамбль народного танца имени Игоря Моисеева, «Тодес»)

Оценочные материалы

Диагностическая таблица определения уровня навыков и умений обучающихся в процессе обучения по программе «Мир танца»

№	Фамилия, имя	Физическое развитие	Постановка ног в позиции	Гибкость тела	Экзерсис классического танца	Координация движений	Творческое развитие	Музыкальный слух	Эмоциональность	Исполнение импровизационных движений	Уровень освоения программы	Уровень выполнения	Всего баллов
1.													
2.													

Критерии оценки:

Цель: проверить уровень усвоения знаний, умений учащихся, динамику физического и творческого развития.

Высокий уровень (3 балла):

- максимально использует свои физические возможности (выворотность ног, подъем стопы, балетный шаг, прыжок);
- ярко выраженное развитие гибкости тела;
- безошибочно выполняет упражнения на координацию движений;
- соблюдает позиции рук, ног; постановка корпуса правильная;
- движения выполняет музыкально верно, начинает движение после прослушивания вступления;
- эмоционален и артистичен при выполнении танцевальных комбинаций;
- легко перевоплощается в образ; импровизационные и имитационные движения выполняет оригинально;
- ранее выученные комбинации выполняет без ошибок;
- легко ориентируется в пространстве;
- дыхание во время движения правильное.

Средний уровень (2 балла):

- использует свои физические данные (подъем стопы, легкость и высота прыжка, координация движений, музыкальный слух), не в полной мере;
- наблюдается развитие гибкости тела;
- допускает, но тут же исправляет 1-2 ошибки в упражнениях на координацию;
- верное положение корпуса, но не всегда соблюдает позиции рук, ног;
- движения выполняет музыкально верно, но иногда торопится, не слушая вступление;
- мало эмоционален, напряжен, сосредоточен на правильности выполнения движений;

- перевоплощается в образ; импровизационные и имитационные движения выполняет музыкально верно, но нет оригинальности;
- в ранее выученных комбинациях допускает 1-2 ошибки;
- ориентируется в пространстве, допуская паузы;

- дыхание во время движения правильное, но иногда требуется напоминание педагога.

Низкий уровень (1 балл):

- развитие физических данных отсутствует;
- мало эмоционален; стеснителен;

- с трудом перевоплощается в образ, не импровизирует, имитационные движения повторяет за другими детьми;

- начинает движение с вступления;
- часто допускает ошибки в постановке корпуса, не соблюдает позиции рук, ног;
- в коллективном исполнении путается, допускает ошибки;
- плохо ориентируется в зале;
- дыхание «через рот», правильное дыхание только при напоминаниях педагога.

Оценка уровня знаний, умений учащихся.

Оптимальный уровень: более 20 баллов

Хороший уровень: 15 -20 баллов

Допустимый уровень: до 15 баллов

ПРОТОКОЛ № _____
итоговой аттестации учащихся

дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Мир танца»
(базовый уровень)
от «_____» _____ 20 _____ г.

год обучения – **1**-й, 2-й
группа № _____

Форма проведения аттестации: *теория* – тестирование
практика – конкурс творческих работ учащихся

Уровень освоения программы (предметные результаты):

- а) В - высокий уровень (соответствующее количество - 5-6 баллов),
- б) С - средний уровень (соответствующее количество - 3-4 балла),
- в) Н - низкий уровень (соответствующее количество - 0-2 балла).

*****сумма баллов теоретической и практической подготовки:**

- а) В - высокий уровень (соответствующее количество – 10-12 баллов),
- б) С - средний уровень (соответствующее количество – 6 - 8 баллов),
- в) Н - низкий уровень (соответствующее количество – 0 - 4 балла).

№	Имя, фамилия учащегося	Теоретическая подготовка	Практическая подготовка	Общее кол-во баллов	Уровень освоения программы (предметные результаты)
		Кол-во баллов	Кол-во баллов		
1					
2					

3					
4					
5					

Вывод: все учащихся освоили дополнительную общеразвивающую программу «_____» и показали:

высокий уровень освоения программы – 2 человека (40%),

средний уровень освоения программы -3 человека (60%),

низкий уровень освоения программы – 0 человек (0 %).

*** Расчет % отношения уровня освоения программы:

Пример:

Расчет производится по каждому уровню отдельно

Педагог _____/расшифровка ФИО/

«КАРТА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МОНИТОРИНГА» (I, II год обучения)

№ п/п	Имя, фамилия учащегося	Метапредметные результаты			Личностные результаты			Предметные результаты			ИТОГО (средний балл) / %
		Мотивация к занятиям хореографией	Способность к импровизации	Музыкальный слух, чувство ритма	Проявления дисциплинированности, ответственности	Проявление нравственных и патриотических качеств личности	Умение работать в коллективе	Техника исполнения танцевальных комбинаций	Владение хореографическими терминами и понятиями	Выразительность исполнения танца	
1											
2											
...											
	ИТОГО (средний балл) / %										

Уровни освоения	Результат
Высокий уровень освоения программы 3 балла (от 80 до 100% освоения программного материала)	Учащиеся демонстрируют высокую заинтересованность в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. Показывают отличное знание теоретического материала, практическое применение знаний воплощается в качественный продукт
Средний уровень освоения программы 2 балла (от 51 до 79% освоения программного материала)	Учащиеся демонстрируют достаточную заинтересованность в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. Показывают хорошее знание теоретического материала, практическое применение знаний воплощается в продукт, требующий незначительной доработки
Низкий уровень освоения программы 1 балл (менее 50% освоения программного материала)	Учащиеся демонстрируют низкий уровень заинтересованности в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. Показывают недостаточное знание теоретического материала, практическая работа не соответствует требованиям

