Управление образования Администрации города Нижний Тагил
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дом детского творчества Ленинского района

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА
Дата: 2026.10.01 09:34:41 +05'00'

ПРИНЯТА:
на Педагогическом совете
Протокол № 4 от 04.06.2026 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО ДДТ
Ленинского района
_____ Н.В. Кравченко
Приказ от 04.06.2026 г. № 115

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности

«Детская хореография»

Возраст учащихся — 5 – 7 лет
Срок реализации — 1 год

Составитель программы:
Вологжанина Дарья Сергеевна,
педагог дополнительного образования

Нижний Тагил

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы

1.1 Пояснительная записка

1.1.1. **Направленность (профиль) Программы**

Дополнительная общеразвивающая программа «Детская хореография» имеет **художественную направленность**.

Программа составлена на основании следующих нормативных документов:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).
4. Федеральный закон от 28.12.2024 N 543-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации".
5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.
6. Указ Президента Российской Федерации от 19.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СанПиН).
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее - Порядок).
10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
11. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».
12. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».
13. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом».
14. Устав Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Дома детского творчества Ленинского района.
15. Приказ директора МБУ ДО ДДТ Ленинского района № 124 от 22.05.2025 г. «Об утверждении Положения о дополнительных общеобразовательных и адаптированных дополнительных общеобразовательных программах Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Дома детского творчества Ленинского района».

1.1.2. **Актуальность и педагогическая целесообразность Программы**

Актуальность реализации программы, которой обусловлена объективными и субъективными причинами:

- необходимостью продолжать развивать у детей дошкольного и младшего школьного возраста музыкально-ритмические и танцевальные движения, заложенные природой;
- необходимостью раннего приобщения детей к здоровому образу жизни и к общечеловеческим культурным ценностям, повышения их общего культурного уровня;
- необходимостью развития с раннего возраста костно-мышечного аппарата, координации, культуры движения, ориентировки в пространстве, образного мышления и фантазии, внимания, зрительной и двигательной памяти и т.д., а также сохранения, укрепления и приумножения составляющих их здоровья (физического, психического, социального, интеллектуального, духовно-нравственного);
- значительной популярностью хореографии как искусства среди различных возрастных групп, а особенно среди детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Современное образование, в том числе реализуемое в рамках учреждений дополнительного образования, одной из своих ключевых задач предполагает формирование гармоничной личности представителей подрастающего поколения, их психофизическое, социальное, интеллектуальное и духовно-нравственное развитие уже на ранних этапах жизни — в дошкольном и младшем школьном возрасте. Среди множества эффективных средств ее достижения особое место занимает хореография (от др.-греч. χορεία — «танец, хоровод» и γράφω — «пишу») как форма художественного воспитания, культурная дисциплина, в основе которой заключено танцевальное искусство в целом, во всех его разновидностях. Танец представляет собой форму хореографического искусства, музыкально-хореографическую миниатюру, идея которой выражена в четком драматургическом построении, со своей экспозицией, завязкой, кульминацией и финалом. Средством создания художественного образа в танце являются движения и положения человеческого тела. Занятия танцем и хореографией в целом обладают огромными возможностями для полноценного физического и духовного развития детей, поскольку объединяют в себе элементы физкультурно-спортивного и художественно-эстетического направлений. Они не только обеспечивают выполнение нормы суточной двигательной активности, совершенствуют координацию движений, способствуют сохранению, укреплению и приумножению здоровья детей, правильному развитию и укреплению их костно-мышечного аппарата, развитию пластики, подвижности и эластичности суставов, избавлению от физических недостатков, но и позволяют воспитанникам творчески совершенствовать и реализовать себя, приобщают к отечественной и мировой танцевальной культуре, формируют эстетические вкусы и культуру поведения, дают представление об актёрском мастерстве, учат понимать и создавать прекрасное через пластичность и выразительность движений, развивают образное мышление и фантазию, внимание и память (зрительную и двигательную), чувство стиля. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я», чувство собственной значимости, связанное с определением социальной роли, способствует эмоциональному раскрепощению и самовыражению, воспитывает национальное самосознание, уверенность в себе, находчивость, умение быстро реагировать на непредвиденную ситуацию, активность и инициативу, повышает дисциплину, чувство ответственности и товарищества, при занятиях в группе. Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слушать, воспринимать и оценивать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность, выносливость, ловкость. В связи с этим приобщение к танцевальному искусству рекомендуется начинать в раннем возрасте.

Педагогическая **целесообразность** настоящей дополнительной образовательной программы определена ее ориентацией:

-на оказание комплексного воздействия на личность воспитанников (способствование развитию их творческих способностей, совершенствованию физических данных, социальной коммуникативности);

- на организацию досуговой деятельности детей;

- на приобщение каждого ребенка к танцевальной и музыкально-художественной культуре, здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.);

- на формирование детей культуры здоровья, художественно-эстетического вкуса, социальной значимости и т.д.

1.1.3. **Отличительные особенности Программы**

Применение электронного обучения и дистанционных образовательных технологий при принятии решения руководящих органов о переходе на дистанционное обучение в целях профилактики и предотвращения инфекционных заболеваний.

Возможно проведение индивидуальных занятий с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий для детей, пропускающих занятия по уважительной причине.

Уровень программы: стартовый.

1.1.4. **Адресат программы**

Возраст детей, участвующих в реализации программы «Детская хореография» 5-7 лет.

Условия приема детей:

- с мотивацией к данному виду деятельности;

- без ограничений по физическому здоровью (необходима справка-допуск к занятиям от врача-терапевта).

1.1.5. **Объем и срок реализации Программы**

Продолжительность реализации программы: 1 год обучения – 144 часа. Долгосрочность освоения программы определяется постепенным характером формирования физического аппарата воспитанников, процессами их психического развития, большим объемом материала, много предметностью, групповым характером освоения программы и предъявления образовательного результата.

Допускается формирование как одновозрастных, так и разновозрастных групп.

1.1.6. **Особенности организации образовательного процесса**

Режим занятий

Занятия для первого года обучения проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа (30 мин).

Форма реализации – групповая. Кроме того, занятия могут проходить со всем коллективом, по подгруппам, индивидуально.

Форма обучения: очная.

В основе реализации программы лежит комплекс теоретических (лекции с элементами практической работы, беседы) и практических занятий (физические упражнения, постановочная работа с отработкой демонстрируемых педагогом движений и т.д.). Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень следующих знаний, получаемых в учебно-воспитательном процессе: знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, знания о характерных чертах и истории танца различных эпох и народов, знания о современных хореографических направлениях, истории их зарождения, знания о ведении здорового образа жизни, знания по танцевально-музыкальному этикету. В практическую часть входит перечень осваиваемых воспитанниками умений и навыков.

При этом в сетке времени практическим занятиям отведено преимущественное количество часов.

Для реализации программы применяют комбинированные и практические занятия. В зависимости от содержания тем и их целей индивидуально –групповая форма обучения. Форма обучения: очная.

При реализации программы может применяться электронное обучение и дистанционные образовательные технологии.

Методы обучения:

- Словесные (основываются на объяснении, беседе, рассказе)
- практические (основываются на обучении навыкам хореографии)
- наглядные (исполнительское мастерство педагога, его профессиональный показ)
- метод убеждения (помогать ребенку увидеть проблему, с другой стороны, помочь ему)

Перечень видов занятий

Занятие – тренировка, репетиция, конкурс, творческая встреча, концерт, праздник, праздник.

Программа содержит **основы теории и практики** по следующим разделам: техника безопасности и этикет поведения на занятии и сцене; направления танца (уличный, эстрадный танец), внутри каждого из которых подробно изучаются упражнения на развития двигательных качеств и умений, позиции, элементы движений, стили; стретчинг.

Перечень форм подведения итогов реализации Программы

- открытые занятия
- конкурсы
- концертная деятельность

Форма организации обучения по программе: по количеству детей — групповая; по особенностям коммуникативного взаимодействия педагога и детей — практикум, конкурсы, фестивали, отчетные концерты и иные мероприятия; по дидактической цели — вводное занятие, занятие по углублению знаний, практическое занятие, занятие по контролю знаний, умений и навыков, комбинированные формы занятий.

Основной формой образовательной работы с детьми являются музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого участника объединения. Данные занятия включают чередование различных видов деятельности: слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, беседы, о хореографическом искусстве, истории его развития и традициях, соответствующие возрасту и степени развития детей, и т.д. Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки воспитанников на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин. Основной объем учебного материала для занятий составляют упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера на развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

1.2. **Цель и задачи общеразвивающей Программы**

Цель программы: создание условий для разностороннего развития личности через приобщение к искусству спортивного бального танца, формирование творческих способностей, повышение функциональных возможностей организма.

Достижение данной цели представляется возможным в случае решения следующих **задач**:

I. Обучающих:

1. Создавать положительную мотивацию к изучению курса, развивать познавательный интерес к танцевальному искусству, профессии хореографа.

2. Дать представление об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве.

3. Сформировать систему начальных хореографических знаний, умений и навыков через овладение программным материалам с учетом индивидуальных особенностей детей: навыки танцевального мастерства, правильного дыхания, музыкально-ритмические навыки, начальные навыки актерского мастерства, самовосстановления, культуру эмоций и движений.

4. Формировать у воспитанников музыкальную культуру, развивать умение слушать музыку и соотносить с ней движения.

5. Формировать приемы передачи художественного образа и музыкального восприятия языком танца.

6. Закрепить полученные знания, умения и навыки в концертной деятельности и участии в различных мероприятиях.

II. Развивающих:

1. Способствовать формированию правильной осанки, фигуры, функциональному совершенствованию органов дыхания, профилактике плоскостопия, нарушений опорно-двигательного аппарата.

2. Развивать двигательные качества и умения: выразительность, координацию, точность, гибкость и пластичность движений, ловкость, выносливость, физическую силу и т.д.

3. Развивать слуховую, зрительную и двигательную память, общий кругозор, интеллектуальные способности, логику.

4. Развивать у воспитанников адекватное представление о красоте и гармонии.

5. Развивать внимательность и наблюдательность, воображение, образное мышление, творческую активность и инициативу, самостоятельную фантазию воспитанников средствами совместной разработки музыкально-подвижных игр, упражнений и их элементов, простейших новых танцевальных движений и сюжетов, их названий.

6. Формировать у детей творческие способности через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений.

7. Развивать артистические способности, эмоциональные качества.

8. Развивать деловые качества воспитанников: дисциплинированность, ответственность, пунктуальность, трудолюбие, целеустремленность, силу воли, начальные навыки адекватной самооценки.

9. Формировать начальные потребности в самопознании, саморазвитии и самореализации.

III. Воспитательных:

1. Обогащать эстетические представления детей на примере лучших образцов сценического танцевального образа и воспитывать на их основе ценностные ориентации и художественно-эстетический (музыкальный, хореографический) вкус.

2. Воспитывать у детей понимание сущности и социальной значимости ведения здорового образа жизни, формировать начальные навыки его ведения, приобщить к нему и гармонии тела.

3. Побуждать к самостоятельному творчеству, раскрытию индивидуальности в процессе личной и коллективной творческой деятельности.

4. Содействовать социальной адаптации воспитанников, формировать у них социальную активность, воспитывать культуру поведения на занятиях и на сцене.

5. Содействовать развитию первичных навыков эмоциональной саморегуляции, снятию психофизиологической закомплексованности, зажатости на сцене, напряжения, страха выступать перед публикой.

6. Воспитывать начальные умения работать в коллективе (паре, группе), осуществлять взаимосотрудничество, взаимоконтроль и взаимопомощь; воспитывать чувство личной ответственности, нравственные качества по отношению к окружающим: чувство товарищества, доброжелательность, вежливость, гуманность, терпимость, тактичность, культуру речи, коммуникативную культуру, ценностные отношения к окружающей действительности, умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни.

1.3. **Планируемые результаты реализации Программы**

Программа «Детская хореография» носит, дифференцированный и вариативный характер, по этому планируемые результаты распределяются по модулям.

Планируемые результаты		
Предметные	**Метапредметные**	**Личностные**
соблюдать требования техники безопасности на занятиях. Знание основных хореографических стилей, азы хореографии. Развитие: темпо - ритмическая память; музыкально-ритмическое восприятие; образное мышление при создании ярких, выразительных образов; воображение, творческая активность; умение анализировать, давать оценку.	соотносить свои действия с планируемыми результатами, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения; владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности	управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий, принимать активное участие в организации и проведении мероприятий, владеть умением уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

1.4. **Содержание общеразвивающей Программы:**
Учебный план

№ п/п	**Наименование темы**	**Количество часов**			**Формы аттестации/ контроля**
		общее	**теория**	**практика**	
Раздел 1. Введение в курс «Спортивные бальные танцы»					
1.1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Первичный мониторинг.	**2**	1	1	Опрос
1.2.	Знакомство с бальными танцами.	**2**	1	1	Наблюдение
	ИТОГО:	**4**	**2**	**2**	
Раздел 2. Игроритмика и музыкальность					
2.1.	Темп, ритм, музыкальный счёт.	**4**	1	3	Наблюдение
2.2.	Ритмические рисунки ча-ча-ча, самбы, джайва.	**4**	1	3	Наблюдение
2.3.	Ориентация в пространстве и перестроения.	**2**	1	1	Наблюдение
2.4.	Музыкально-подвижные игры.	**2**	1	1	Наблюдение
	ИТОГО:	**12**	**4**	**8**	
Раздел 3. Постановка корпуса и основы классического танца					
3.1.	Правильная осанка и постановка корпуса.	**4**	1	3	Наблюдение

3.2.	Позиции рук и ног в классическом танце.	**4**	1	3	Наблюдение
3.3.	Demi-plié и Relevé.	**4**	1	3	Самоконтроль
3.4.	Battement tendu (скользящее движение ногой).	**4**	1	3	Самоконтроль
3.5.	Положение корпуса и рук в паре.	**2**	1	1	Наблюдение
3.6.	Закрепление классической основы.	**2**	1	1	Самоконтроль
	ИТОГО:	**20**	**6**	**14**	
Раздел 4. Растяжка и общая физическая подготовка					
4.1.	Укрепление опорно-двигательного аппарата. Комплекс ОРУ.	**4**	1	3	Наблюдение
4.2.	Растяжка мышц ног (передняя и задняя поверхность).	**4**	1	3	Наблюдение
4.3.	Растяжка мышц спины и корпуса.	**4**	1	3	Наблюдение
4.4.	Развитие прыгучести и координации.	**2**	1	1	Наблюдение
4.5.	Силовые упражнения для мышц пресса и спины.	**2**	1	1	Наблюдение
	ИТОГО:	**16**	**5**	**11**	
Раздел 5. Основы спортивных бальных танцев: ча-ча-ча					
5.1.	Музыка и ритм ча-ча-ча. Основной шаг.	**4**	1	3	Опрос
5.2.	Шаги ча-ча-ча с продвижением.	**4**	1	3	Самоконтроль
5.3.	Повороты и работа рук в ча-ча-ча.	**4**	1	3	Самоконтроль
5.4.	Отработка ча-ча-ча в паре.	**4**	1	3	Самоконтроль
	ИТОГО:	**16**	**4**	**12**	
Раздел 6. Основы спортивных бальных танцев: самба					
6.1.	Музыка и ритм самбы. Пружинистость (bounce).	**4**	1	3	Опрос
6.2.	Основной шаг самбы (вперёд-назад и в сторону).	**4**	1	3	Самоконтроль
6.3.	Повороты и движения корпуса в самбе.	**4**	1	3	Самоконтроль
6.4.	Отработка самбы в паре.	**4**	1	3	Самоконтроль
	ИТОГО:	**16**	**4**	**12**	
Раздел 7. Основы спортивных бальных танцев: джайв					
7.1.	Музыка и ритм джайва. Прыжки.	**4**	1	3	Опрос
7.2.	Базовые шаги джайва (шаги в сторону).	**4**	1	3	Самоконтроль
7.3.	Повороты и работа рук в джайве.	**4**	1	3	Самоконтроль
7.4.	Отработка джайва в паре.	**4**	1	3	Самоконтроль
	ИТОГО:	**16**	**4**	**12**	
Раздел 8. Детский танец и актёрское мастерство					
8.1.	Танец как рассказ. Эмоции в танце.	**4**	1	3	Наблюдение
8.2.	Игровые танцевальные элементы.	**4**	1	3	Наблюдение
8.3.	Работа в образе (животные, герои).	**2**	1	1	Взаимоконтроль
8.4.	Артистизм и взаимодействие с залом.	**2**	1	1	Взаимоконтроль
	ИТОГО:	**12**	**4**	**8**	
Раздел 9. Простые танцевальные шаги и связки					
9.1.	Основные шаги в детском танце.	**4**	1	3	Наблюдение

9.2.	Танцевальные связки на основе ча-ча-ча, самбы, джайва.	**4**	1	3	Самоконтроль
9.3.	Соединение шагов и движений в комбинации.	**2**	1	1	Наблюдение
	ИТОГО:	**10**	**3**	**7**	
Раздел 10. Постановка танцевального номера					
10.1.	Выбор музыки, идея и композиционный замысел номера.	**2**	1	1	Опрос
10.2.	Разучивание основных движений номера (бальная основа).	**6**	1	5	Самоконтроль
10.3.	Добавление игровых и детских элементов.	**5**	1	4	Самоконтроль
10.4.	Соединение в композицию. Выстраивание рисунка.	**5**	1	4	Самоконтроль
10.5.	Отработка целостного номера. Кульминация и развязка.	**4**	1	3	Самоконтроль
	ИТОГО:	**22**	**5**	**17**	
	ВСЕГО за год:	**144**	**41**	**103**	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Введение в курс «Спортивные бальные танцы»

Тема 1.1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Первичный мониторинг.

Теория: Техника безопасности на занятиях в танцевальном зале. Инвентарь: мобильный станок, гимнастические коврики. Уход за классом и инвентарём. Правила использования станка, бережное отношение. Танцевальная одежда и обувь, уход за ней. Правила гигиены, соблюдение санитарно-гигиенических требований.

Практика: Знакомство с залом, построения. Первичный мониторинг: чувство ритма, координация, гибкость, осанка. Игры на знакомство.

Тема 1.2. Знакомство с бальными танцами.

Теория: Что такое спортивные бальные танцы. Три основных танца: ча-ча-ча, самба, джайв. Их характер, музыка, настроение. Роль бальных танцев в развитии ребёнка.

Практика: Прослушивание музыки каждого танца. Игра «Угадай танец по ритму». Свободное движение под каждый ритм. Простейшие хлопки в ритме танцев.

Раздел 2. Игроритмика и музыкальность

Тема 2.1. Темп, ритм, музыкальный счёт.

Теория: Темп (быстро, медленно, умеренно). Ритм. Музыкальный счёт 1–2–3–4. Сильная и слабая доля. Затакт. Музыкальная фраза (8 счетов).

Практика: Ходьба и бег под музыку разного темпа. Хлопки и притопы на каждый счёт, на сильную долю, с затакта. Игра «Ритмическое эхо». Движения по музыкальным фразам: 8 шагов — остановка, смена направления. Игра «Стоп-движение».

Тема 2.2. Ритмические рисунки ча-ча-ча, самбы, джайва.

Теория: Счёт в ча-ча-ча (ча-ча-1-2-3), в самбе (1–а–2), в джайве (1-2-3-4). Особенности каждого ритма.

Практика: Хлопки и притопы в ритме каждого танца. Игра «Поймай ритм» — узнавание танца по хлопкам. Прохлопывание простых ритмических рисунков. Сочетания хлопков и ударов ногой в ритме танцев.

Тема 2.3. Ориентация в пространстве и перестроения.

Теория: Ориентация в танцевальном зале. Точки зала, линии, диагонали, круг. Команды «в колонну», «в шеренгу», «врассыпную».

Практика: Построение в шеренгу, колонну, круг. Перестроение из одной шеренги в несколько по ориентирам. Перестроение по образному расчёту и указанию педагога. Размыкание на ориентиры. Игра «Найди своё место», «Фигуры».

Тема 2.4. Музыкально-подвижные игры.

Теория: Связь музыки и движения. Выявление музыкальности через игру.

Практика: Музыкально-подвижные игры: «Музыкальный светофор», «Повтори ритм», «Танцевальная карусель», «Зеркало», «Смена танца по сигналу».

Раздел 3. Постановка корпуса и основы классического танца

Тема 3.1. Правильная осанка и постановка корпуса.

Теория: Правильное положение тела: прямая спина, опущенные плечи, подтянутый живот, вытянутая шея. Положение головы и взгляда. Важность осанки в бальных танцах.

Практика: Стоя у станка — вытягивание в струнку. Контроль осанки у стены. Повороты головы с фиксацией взгляда. Игра «Струнка», «Куда смотрю — туда иду». Упражнения на укрепление мышц спины.

Тема 3.2. Позиции рук и ног в классическом танце.

Теория: Позиции рук (подготовительная, 1-я, 2-я). Позиции ног (1-я, 2-я, 3-я). Выворотность. Округлость рук, мягкость кистей.

Практика: Разучивание позиций рук и ног у станка и на середине. Смена позиций. Игра «Цифры» — педагог называет позицию, дети показывают. Упражнения на мягкость рук.

Тема 3.3. Demi-plié и Relevé.

Теория: Понятие plié (приседание) и relevé (подъём на полупальцы). Укрепление мышц ног и стоп.

Практика: Полуприседания в 1-й и 2-й позициях у станка. Подъёмы на полупальцы. Чередование plié и relevé. Игра «Лифт», «Вверх-вниз». Сохранение ровной спины при выполнении.

Тема 3.4. Battement tendu (скользящее движение ногой).

Теория: Что такое battement tendu. Натянутый носок, скольжение по полу. Направления: вперёд, в сторону, назад.

Практика: Выполнение tendu в разных направлениях у станка. Контроль выворотности и натянутого носка. Игра «Стрелочка», «Рисуем линии носком».

Тема 3.5. Положение корпуса и рук в паре.

Теория: Закрытая и открытая позиция в паре. Как правильно держать руки, расстояние между партнёрами. Взгляд и контакт.

Практика: Работа в парах: соединение рук в закрытой позиции, открытая позиция. Смена позиций. Игра «Приглашение» (поклон, подача руки), «Зеркало» в паре.

Тема 3.6. Закрепление классической основы.

Теория: Повторение всех пройденных элементов классического танца. Связь классики с бальными танцами.

Практика: Комбинация у станка: plié, relevé, tendu, позиции рук, повороты головы. Выполнение на середине. Игра-эстафета «Покажи элемент».

Раздел 4. Растяжка и общая физическая подготовка

Тема 4.1. Укрепление опорно-двигательного аппарата. Комплекс ОРУ.

Теория: Укрепление мышц рук, ног, спины, брюшного пресса. Правильное выполнение общеразвивающих упражнений.

Практика: Комплекс ОРУ: для развития мышц рук и плечевого пояса, шеи, мышц ног (с чередованием мышц ног и спины, брюшного пресса и боковых мышц туловища). Обучение правильному темпу выполнения. Упражнения с гимнастическими ковриками.

Тема 4.2. Растяжка мышц ног (передняя и задняя поверхность).

Теория: Зачем нужна растяжка в бальных танцах. Безопасное выполнение.

Практика: Упражнения на ковриках: наклоны к прямым ногам, «бабочка» (растяжка внутренней поверхности бедра), выпады, шпагаты (продольный и поперечный — подготовка). Игра «Дотянись до носочка».

Тема 4.3. Растяжка мышц спины и корпуса.

Теория: Гибкость спины для красивой линии в танце.

Практика: Упражнения на ковриках: «кошечка», «собачка», «лодочка», «корзинка», прогибы назад. Скручивания. Игра «Колечко», «Мостик» (подготовка).

Тема 4.4. Развитие прыгучести и координации.

Теория: Лёгкость прыжков, отталкивание носками. Координация рук и ног.

Практика: Подскоки на месте, с продвижением, с поворотом. Прыжки с хлопками. Игра «Зайчики», «Мячики». Упражнения на координацию (разноимённые движения рук и ног).

Тема 4.5. Силовые упражнения для мышц пресса и спины.

Теория: Сила нужна для устойчивости и контроля корпуса.

Практика: Упражнения на ковриках: подъёмы ног лёжа, «велосипед», «ножницы», «уголок», «лодочка». Игра «Кто дольше удержит ноги».

Раздел 5. Основы спортивных бальных танцев: ча-ча-ча

Тема 5.1. Музыка и ритм ча-ча-ча. Основной шаг.

Теория: Особенности музыки ча-ча-ча. Счёт ча-ча-1-2-3. Смена веса, подбивка.

Практика: Прохлопывание ритма. Базовый шаг ча-ча-ча на месте.

Тема 5.2. Шаги ча-ча-ча с продвижением.

Теория: Направления движения: вперёд, назад, в сторону.

Практика: Базовый шаг с продвижением вперёд и назад. Шаги в сторону с подбивкой. Сочетание направлений. Игра «Квадрат» — движение по четырём направлениям.

Тема 5.3. Повороты и работа рук в ча-ча-ча.

Теория: Повороты на месте и с продвижением. Положение рук в ча-ча-ча.

Практика: Повороты на четверть, половину круга. Работа рук (смена позиций, открывание-закрывание). Простая комбинация из 3–4 движений. Игра «Вертушка».

Тема 5.4. Отработка ча-ча-ча в паре.

Теория: Взаимодействие в паре в ча-ча-ча. Линии танца.

Практика: Выполнение базовых шагов в паре. Синхронизация с партнёром. Движение по линии танца. Отработка комбинации под музыку.

Раздел 6. Основы спортивных бальных танцев: самба

Тема 6.1. Музыка и ритм самбы. Пружинистость (bounce).

Теория: Особенности музыки самбы. Счёт 1–а–2. Пружинистое движение коленями (bounce). Акцент на «1».

Практика: Пружинящие движения коленями на месте. Хлопки в ритме. Базовый шаг самбы на месте. Игра «Пружинка».

Тема 6.2. Основной шаг самбы (вперёд-назад и в сторону).

Теория: Смена веса, шаг. Направления.

Практика: Базовый шаг вперёд-назад. Шаг в сторону. Сочетание направлений. Игра «Самба-квадрат».

Тема 6.3. Повороты и движения корпуса в самбе.

Теория: Повороты в самбе. Работа корпуса (лёгкий наклон, вращение плеч).

Практика: Повороты на месте и с продвижением. Движения корпуса — наклон и выпрямление в ритме. Комбинация из шагов с поворотами. Игра «Волчок».

Тема 6.4. Отработка самбы в паре.

Теория: Взаимодействие в паре в самбе. Пружинистость вдвоём.

Практика: Шаги в паре в закрытой и открытой позиции. Синхронизация пружинистости. Движение по кругу. Полная комбинация под музыку.

Раздел 7. Основы спортивных бальных танцев: джайв

Тема 7.1. Музыка и ритм джайва. Прыжки.

Теория: Быстрый темп джайва. Прыжки на каждую долю. Основное движение.

Практика: Прыжки на месте, с продвижением. Игра «Кузнечики».

Тема 7.2. Базовые шаги джайва (шаги в сторону).

Теория: Приставной шаг в джайве. Счёт 1–2–3–4.

Практика: Приставные шаги в сторону с прыжком. Комбинация на месте и с продвижением. Игра «Вперёд-назад».

Тема 7.3. Повороты и работа рук в джайве.

Теория: Повороты в джайве (на половину круга). Энергичная работа рук.

Практика: Повороты. Руки: махи, хлопки, смена позиций. Комбинация с поворотами. Игра «Юла».

Тема 7.4. Отработка джайва в паре.

Теория: Взаимодействие в паре в джайве. Быстрая смена позиций.

Практика: Выполнение комбинации в паре. Синхронизация подскоков. Смена закрытой и открытой позиции. Полный прогон под музыку.

Раздел 8. Детский танец и актёрское мастерство

Тема 8.1. Танец как рассказ. Эмоции в танце.

Теория: Что передаёт танец (радость, удивление, озорство). Выразительные средства танцора: лицо, взгляд, жесты.

Практика: Упражнения на мимику и жесты. Игра «Изобрази настроение» под музыку. Этюды на выражение эмоций. Свободная импровизация.

Тема 8.2. Игровые танцевальные элементы.

Теория: Элементы детской хореографии в бальном танце. Игровой момент — украшение номера.

Практика: Разучивание игровых движений. Игра «Сделай как я».

Тема 8.3. Работа в образе (животные, герои).

Теория: Как движение может изображать разных персонажей.

Практика: Пластические этюды «зайчик», «лисичка», «робот», «клоун». Соединение движений с музыкой разного характера. Игра «Кто я?» (угадать персонажа по движению).

Тема 8.4. Артистизм и взаимодействие с залом.

Теория: Улыбка и взгляд — главные инструменты артиста. Взаимодействие с партнёром и зрителем.

Практика: Прогоны с акцентом на улыбку, контакт глаз. Упражнения «Подари улыбку», «Посмотри на меня». Игра-концерт для воображаемого зрителя.

Раздел 9. Простые танцевальные шаги и связки

Тема 9.1. Основные шаги в детском танце.

Теория: Приставной шаг, шаг с подскоком, шаг на носочках.

Практика: Отработка каждого шага отдельно. Сочетание шагов. Игра «Шагалочка» (смена шагов по команде).

Тема 9.2. Танцевальные связки на основе ча-ча-ча, самбы, джайва.

Теория: Как соединять шаги в танцевальные комбинации. Фиксация музыки и движений.

Практика: Связка из 2–3 движений в каждом танце. Переход от одного танца к другому. Отработка под счёт и под музыку.

Тема 9.3. Соединение шагов и движений в комбинации.

Теория: Логика построения танцевальной комбинации. Начало и конец фразы.

Практика: Полная комбинация из 4–5 связок. Выполнение под музыку. Самооценка.

Раздел 10. Постановка танцевального номера

Тема 10.1. Выбор музыки, идея и композиционный замысел номера.

Теория: Определение сюжета номера. Что такое экспозиция, завязка, развитие, кульминация, развязка. Как выбрать музыку под возраст.

Практика: Слушание музыки, обсуждение образа. Начало работы над композиционным планом (линии, рисунки в номере).

Тема 10.2. Разучивание основных движений номера (бальная основа).

Теория: Какие элементы ча-ча-ча, самбы или джайва войдут в номер.

Практика: Разучивание базовых движений, которые станут основой номера. Отработка по отдельности.

Тема 10.3. Добавление игровых и детских элементов.

Теория: Вставки из детской хореографии — украшение номера.

Практика: Введение хлопков, прыжков, поворотов с приседанием, игровых жестов, перестроений. Соединение с бальной основой.

Тема 10.4. Соединение в композицию. Выстраивание рисунка.

Теория: Определение композиционных линий в танце. Работа с пространством.

Практика: Сборка номера от начала до конца. Перестроения, переходы, взаимодействие в паре. Отработка связок между частями.

Тема 10.5. Отработка целостного номера. Кульминация и развязка.

Теория: Фиксация музыки и движений. Эмоциональные акценты.

Практика: Многократные прогоны номера под музыку. Работа над синхронностью, артистизмом, концовкой. Доведение до готовности.

2. **Организационно-педагогические условия**

2.1. **Календарный учебный график**

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01 сентября	31 мая	36	72	144	2 занятия по 30 минут 2 раза в неделю
Летние каникулы 01 июня-31 августа						
На основании статьи 112 Трудового кодекса РФ Государственными нерабочими праздничными дни при шестидневной рабочей неделе являются: • 1, 2, 3, 4, 5, 6 и 8 января — Новогодние каникулы; • 7 января — Рождество Христово; • 23 февраля — День защитника Отечества; • 8 марта — Международный женский день; • 1 мая — Праздник Весны и Труда; • 9 мая — День Победы; • 12 июня — День России; • 4 ноября — День народного единства. Нерабочие дни в Учреждении в соответствии с ежегодно утверждаемым Правительством РФ Производственным календарем (по шестидневной рабочей неделе).						

2.2. Условия реализации Программы

Материально-техническое обеспечение:

- станок (1 шт.);
- танцевальный зал, оборудованный зеркалами;
- колонка (1 шт.);
- коврик гимнастический (13 шт.)

-кегли (9 шт.)

- музыкальные носители (5 флэш носителей).

Методические материалы:

Направленность и содержание программы носят практический характер и определяются задачами творческого и духовно-нравственного развития ребенка.

Уровень умений двигаться зависит от качества представлений о реальных вещах. Задача руководителя – развивать детские представления, прежде всего путем наблюдения, и на их основе строить обучение, последовательно ведя детей к овладению основами изображения художественных образов языком танца.

Для проведения занятий используются:

–подборка музыкальных произведений;

–подборка упражнений и этюдов.

2.3. **Формы аттестации/контроля и оценочный материалы**

Формы определения результатов образовательной деятельности: зачетное занятие, наблюдение, концерты, конкурсы. Методы диагностики личностного развития учащихся:

–наблюдение;

–беседа;

–сравнение и анализ выполняемых упражнений, этюдов;

–итоговый анализ полученных умений и навыков за период обучения. Виды и формы контроля освоения программы:

–Первичный

–Промежуточный

–Итоговый (в конце учебного года проводится обобщающее занятие, отчетный концерт).

Форма проведения контроля	**Сроки контроля**	**Объект контроля**	**Форма предъявления результатов контроля**
Зачетное занятие.	Ноябрь – декабрь.	Разделы учебно-тематического плана	Определение уровня выполнения задания.
Зачетное занятие.	Февраль	Разделы учебно-тематического плана	Определение уровня выполнения задания.
Конкурс «Изумрудинка»	Март	Разделы учебно-тематического плана	Определение уровня выполнения задания.
Конкурс «Волшебный каблучок»	Апрель	Разделы учебно-тематического плана	Определение уровня выполнения задания.
Отчетный концерт	Май	Разделы учебно-тематического плана	Определение уровня выполнения задания.

Оценочные материалы

Основной упор делается на диагностику обеспечения обратной связи между педагогом и учащимися, получение объективной информации о степени усвоение учебного материала, своевременное обнаружение недостатков и пробелов в знаниях, а также выявление наиболее одаренных и мотивированных детей в области хореографического исполнительства.

В ходе диагностики отслеживаются:

- физическое развитие (координация движений, баланс, гибкость тела, прыжок…)

- творческое развитие (музыкальный слух, эмоциональность, воображение)

- личностное развитие. (Культура поведения в коллективе, нравственность, дисциплинированность, самостоятельность, активность, организаторские способности, коммуникативные навыки)

3. Список литературы/информационных ресурсов

Нормативные документы:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).
4. Федеральный закон от 28.12.2024 N 543-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации".
5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.
6. Указ Президента Российской Федерации от 19.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СанПиН).
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее - Порядок).
10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
11. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».
12. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».
13. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом».
14. Устав Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Дома детского творчества Ленинского района.
15. Приказ директора МБУ ДО ДДТ Ленинского района № 124 от 22.05.2025 г. «Об утверждении Положения о дополнительных общеобразовательных и адаптированных дополнительных общеобразовательных программах Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Дома детского творчества Ленинского района».

Литература для педагога

1. Довбыш Н. Танцевальные игры для детей. [Электрон. ресурс]. Способ доступа: http://www.youblisher.com/

2. Иванова М. Ю. Здоровьесберегающие технологии. Игровой самомассаж. Картотека нетрадиционных оздоровительных упражнений. [Электрон. ресурс]. Способ доступа: https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2013/08/01/zdorovesberegayushchie-tekhnologii-igrovoy-samomassazh

3. Счаснович А. Е. Комплекс упражнений партерной гимнастики. [Электрон. ресурс]. Способ доступа: https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2012/10/26/kompleks-uprazhneniy-parternoy-gimnastiki

Литература для учащихся:

1. Александрова Н.А. «Балет. Мини-энциклопедия для детей»: БХВ, 2016.
2. Банш Х. «Мими-балерина»: ЭНАС-Книга, 2015.
3. Белова Н. «Стихи от балерины, или Танцы на бумаге»: Издательские решения, 2016.
4. Валанс А. «Балетные сказки и истории»: АСТ, 2024.
5. Ли Л. «Хочу знать все о балете»: Аванта, 2018.
6. Мохова П. «Балет. Книга о безграничных возможностях»: Манн, Иванов и Фербер,2019.
7. Ожич Е. «История танцев»: Качели, 2017.
8. Сизова М.И. «История одной девочки»: Речь, 2017.
9. Холаберд К. «Анжелина-балерина»: Махаон, 2010.
10. Шнайдер Л. «Конни занимается танцами»: Альпина Дети, 2000.
11. Юрье Ж. «Первый бал крольчонка Сыроежика»: Махаон, 2015.