

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
Лесная средняя общеобразовательная школа
Лесной МО Тверской области**

и.о. директора школы



«Утверждаю»

Кудрявцева О.А.

приказ № 58/1-Ш от 28.08.2025

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Мир танца»**

С.Лесное, 2025г.

Содержание

I. Целевой раздел.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
Актуальность.....	4
Педагогическая целесообразность Программы.....	4
Отличительные особенности Программы.....	5
1.1.1. Цель и задачи рабочей образовательной программы.....	5
1.1.2. Принципы и подходы в организации образовательного процесса.....	6
1.1.3. Категория обучающихся.....	6
Сроки реализации Программы.....	7
Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.....	7
1.2. Планируемые результаты освоения Программы.....	7
II. Содержательный раздел.....	8
2.1. Содержание педагогической работы.....	8
Формы, способы, методы и средства реализации программы.....	9
Этапы обучения.....	9
2.2. Учебно-тематический план.....	11
III. Материально-техническое обеспечение дополнительной образовательной деятельности по хореографии.....	14
IV. Методическое обеспечение.....	15
Календарный учебный график реализации программы.....	18

I. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа художественной направленности «Мир танца» составлена в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
- Концепции развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р).
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 20 СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 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»
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 17.06.2024 № 7 «О мероприятиях по профилактике гриппа, острых респираторных вирусных инфекций и новой коронавирусной инфекции (COVID-19) в эпидемическом сезоне 2024-2025 годов».
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Приказа Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»
- Письма Минобрнауки РФ от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

Направленность программы — художественная.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир танца» (далее – Программа) разработана с учетом действующих федеральных, региональных нормативно-правовых документов и локальных актов, имеет художественно-эстетическую направленность, рассчитана на ознакомительный уровень освоения.

Содержание данной Программы направлено на освоение обучающимися различных видов танца. Важной задачей эстетического воспитания является формирование у детей эстетических интересов, потребностей, вкуса и творческих способностей. Через движение,

пластику дети учатся передавать свои чувства, эмоции, отношение к окружающему их миру. Происходит знакомство с традициями народа, его культурой, а также историей других стран и их обычаями.

Актуальность.

Художественно-эстетическое воспитание занимает одно из ведущих мест в содержании воспитательного процесса ДО и является его приоритетным направлением. Для эстетического развития личности ребенка большое значение имеет разнообразная художественная деятельность – изобразительная, музыкальная, художественно-речевая и другие. Богатейшим полем для эстетического развития детей, их творческих способностей является обучение детей.

Хореографические занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник учится сам создавать пластический образ.

Педагогическая целесообразность Программы.

Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру.

Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества. Поэтому главная задача педагога (воспитателя по хореографии) – помочь детям проникнуть в мир музыки и танца.

Обучение по данной Программе способствует формированию умения планировать свое время, предвидеть результат и стремиться достигать его.

Музыкально-ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональностью, возможностью активно выразить свое отношение к музыке в движении. Учитывая возрастные особенности детей, их запросы и интересы занятия хореографией проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальным играм, импровизации.

Отличительные особенности Программы.

Обучение детей по данной рабочей Программе, предполагающей изучение основ танцевальной культуры, умение красиво и пластично двигаться под различные танцевальные ритмы и темпы музыки, сопутствует физическому развитию и повышению уровня общего образования и культуры детей. Если образовательное учреждение может предоставить своим воспитанникам возможность приобщения к прекрасному миру танца, то детство, обогащённое соприкосновением с этим светлым и радостным искусством, позволит детям расти и развиваться не только физически, но и духовно.

1.1.1. Цель и задачи рабочей образовательной программы

Цель: создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству хореографии.

Задачи:

- приобщение детей к танцевальному искусству, расширение знаний о танцах;
- научить детей выражать собственные ощущения, используя язык хореографии, понимать «язык» движений, их красоту;
- формирование навыков исполнения, как основных программных танцевальных движений, так и более сложных комбинаций, и упражнений;
- развитие основных физических данных гибкости, эластичности мышц и координации движений;
- развитие чувства ритма, темпа, умения согласовывать свои движения с музыкой;
- развитие образного мышления, фантазии, памяти и внимания;
- воспитывать коммуникативные способности - умение работать в коллективе и в парах;
- развитие у детей активности и самостоятельности;
- совершенствовать нравственно-эстетические, духовные и физические потребности;
- дальнейшая хореографическая подготовка, профессиональная ориентация и самоопределение ребёнка;
- укрепление здоровья, корректировка осанки детей, основанной на классических педагогических принципах обучения.

1.1.2. Принципы и подходы в организации образовательного процесса

Реализуемая рабочая программа основывается на следующих принципах и подходах в организации образовательного процесса, а именно, таких как:

1. Соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка.

2. Сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики).

3. Соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяет решать поставленные цели и задачи на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму»).

4. Обеспечивает единство воспитательных, обучающих и развивающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников.

5. Строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников.

6. Основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса.

7. Предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

8. Предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми (игра).

9. Строится на принципе культуросообразности. Учитывает национальные ценности и традиции в образовании.

1.1.3. Категория обучающихся

Программа предназначена для обучающихся в возрасте от 7 до 11 лет, независимо от уровня подготовки.

Сроки реализации Программы

Программа рассчитана на 1 год обучения, 68 часов.

Формы организации образовательной деятельности и режим занятий

Форма организации образовательной деятельности – групповая. Количество детей в группе – от 10 до 20.

1.2. Планируемые результаты освоения Программы

Планируемые результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров и показателей эффективности освоения дополнительной образовательной программы по хореографии.

В результате освоения данной дополнительной образовательной программы по хореографии воспитанники всех группы должны знать, уметь:

Дети должны знать:

- Понятия и термины простейших движений (поклон, приседание, подскоки, повороты и т.д.);
- Правила исполнения движений (красивая, ровная осанка, легкость, музыкальность);
- Понятие о пространстве зала (где зрители, центр зала, линии танца; самостоятельно находить свободное место в зале, точки зала - по методике А.Я.Вагановой).

Дети должны уметь:

- Соблюдать позиции ног (I, II, VI, невыворотные позиции), направление ног (вперед, в сторону, назад);
- Различать музыкальный размер, темп;
- Воспринимать задания и замечания педагога;
- Запоминать последовательность движений в композиции;
- Запоминать последовательность танцевальных движений.
- Согласовывать одновременно работу всех частей тела - корпуса, ног, рук, головы;
- Распределять и переключать свое внимание между замечаниями педагога с собственными движениями, музыкальным сопровождением.

II. Содержательный раздел

2.1. Содержание педагогической работы

Занятия по хореографии с группами проводится 2 раза в неделю. С целью сохранения здоровья, и исходя из программных требований, продолжительность занятия соответствует возрасту детей и составляет 60 минут. Программа рассчитана на **68** занятий.

Возрастная группа	Основная недельная нагрузка	
	Количество	Время (мин.)
7 – 11 лет	2 раза в неделю	60 мин.

Занятия по хореографии имеют свою структуру. Каждое занятие состоит из трёх частей: вводной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

1. **Вводная часть занятия** занимает 5% от общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: разминка, упражнения на ориентировку в пространстве.

2. **Основная часть** занимает 85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей. В нее входят: движения из танцевальной азбуки, используются упражнения партерной гимнастики, творческая деятельность (танцевальный репертуар).

3. **Заключительная часть** занятия длится от 3 до 5 % общего времени. Здесь используются упражнения на восстановление дыхания и расслабления мышц. В конце занятия подводится итог, и дети возвращаются в группу.

Данная программа дополнительной образовательной деятельности по хореографии включает в себя следующие **разделы**:

1. Упражнения для разминки.

2. Упражнения на ориентировку в пространстве.
3. Танцевальная азбука.
4. Творческая деятельность (танцевальный репертуар).

Формы, способы, методы и средства реализации программы.

Рабочая программа составляется согласно педагогическим принципам и по своему содержанию соответствует возрастным особенностям и физическим возможностям детей, которые позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

В совершенстве овладеть огромным разнообразием движений, комбинаций и целых комплексов упражнений, входящих в программу, возможно лишь при условии правильной методики обучения.

Целостный процесс обучения можно условно разделить на три этапа:

- Начальный этап – обучение упражнению (*отдельному движению*);
- Этап углубленного разучивания упражнений;
- Этап закрепления и совершенствования упражнения.

Этапы обучения

Начальный этап	Этап углубленного разучивания	Этап закрепления и совершенствования
-название упражнения; - показ; -объяснение техники; -исполнение упражнений.	-уточнение двигательных действий; -понимание закономерностей движения; -усовершенствование ритма; -свободное и слитное выполнение упражнения.	-закрепление двигательного навыка; -выполнение упражнений в более быстром темпе; -использование упражнений в комбинации с другими упражнениями.

Построение дополнительной образовательной деятельности основывается на, адекватных возрасту, разнообразных формах работы с детьми. В данном образовательном

процессе используются следующие **формы** и приёмы работы с детьми:

- **коллективная**, которой обучающиеся рассматриваются как целостный коллектив;
- **групповая**, в которой обучение проводится с группой воспитанников, имеющих общее задание и взаимодействующих между собой (при постановке хореографических номеров);
- **парная**, предполагающая общение с двумя воспитанниками при постановке дуэтных танцев;
- **индивидуальная**, используемая для работы с воспитанниками по усвоению сложного материала и подготовки к сольному номеру

Выписка из учебного плана реализации дополнительной образовательной деятельности по хореографии

Возрастная группа	7-11 лет
Длительность занятия	60 минут
Кол-во в неделю	2
Кол-во в месяц:	
<i>Сентябрь</i>	8
<i>Октябрь</i>	8
<i>Ноябрь</i>	8
<i>Декабрь</i>	8
<i>Январь</i>	6
<i>Февраль</i>	8
<i>Март</i>	8
<i>Апрель</i>	6
<i>Май</i>	8
Итого занятий в год	68

2.2. Учебно-тематический план

№	Тема, раздел	Количество часов	Формы аттестации, контроля
1	Вводные занятия. Повторение основных танцевальных навыков	3	Текущий, индивидуальный
2	Современный танец	21	Текущий, индивидуальный, выступление на районных и школьных мероприятиях
3	Составляющие характера танца	19	
4	Движения в соответствии с характером музыки (элементы русско-народного танца)	15	
5	Красота танца (элементы эстрадного танца)	10	
Итого:		68	

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
ТАНЦЕВАЛЬНОГО КРУЖКА «Мир танца»**

№	Дата		Тема занятия	Кол-во часов	Примечание
	По плану	Факт			
Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков (3 часа)					
1			Проведение инструктажа по технике безопасности. Постановка задач на новый учебный год. Знакомство с основными элементами различных танцев Импровизация. Отработка движений.	3	
Современный танец (21 час)					
2			Знакомство с танцем «Мир зелёного цвета»	1	
3			Составляющие характера танца: мимика, жесты танцевальные акценты, основные движения и т. д.	1	
4			Разучивание движений	1	
5			Работа под счет	3	
6			Отработка всего танца перед генеральной репетицией	1	
7			Генеральная репетиция перед праздником Осени	1	
8			Разучивание движений к новогоднему танцу	3	
9			Соединение движений к новогоднему танцу	3	
10			Репетиция новогоднего танца.	3	
11			Прогон двух изученных танцев.	2	
12			Подготовка к новогодним выступлениям (репетиция в костюмах, репетиция макияжа и причёсок)	1	

13			Генеральная репетиция перед новогодним выступлением.	1	
Составляющие характера танца (19 часа)					
14			Танцевальная импровизация.	1	
15			Составляющие характера танца: мимика, жесты, танцевальные акценты и т.д.	1	
16			Знакомство с танцем «Берегите, люди, близких»	2	
17			Отработка основных элементов, импровизация под музыку	2	
18			Разучивание и отработка первой части танца	4	
19			Разучивание и отработка второй части танца	4	
20			Соединение частей танца и отработка номера	3	
21			Генеральная репетиция танца	2	
Движения в соответствии с характером музыки (15 часов)					
22			Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений.	1	
23			Разучивание основных движений нового танца (русско-народный)	2	
24			Разучивание первой части нового танца, работа в парах	3	
25			Разучивание второй части нового танца	3	
26			Репетиция целого танца	4	
27			Генеральная репетиция танца перед выступлением	2	
Красота танца (10 часов)					
28			Подготовка танца-подарка на последний звонок. Знакомство с новыми движениями.	2	
29			Разучивание и отработка первой части танца	2	
30			Разучивание и отработка второй части танца	2	
31			Репетиция полного танца	3	
32			Генеральный прогон перед последним звонком	1	

III. Материально-техническое обеспечение дополнительной образовательной деятельности по хореографии

Дополнительная образовательная деятельность по хореографии должна проходить в специально оборудованном кабинете (зале), отвечающем гигиеническим требованиям и правилам пожарной безопасности, с достаточной площадью для выполнения поставленных педагогом задач, с хорошим освещением, специальным покрытием на полу (возможно ковровое покрытие). Зал должен быть оборудован зеркалами, для занятий в партере необходимы гимнастические коврики. Необходимо наличие технические средства обучения: музыкальный центр с флэш-накопителем. Необходимо так же наличие предметного материала: крупные и мелкие мячи, обручи, игрушки, аксессуары для народных танцев, бутафория для танцев. Детям для занятий хореографией необходима специальная одежда и обувь.

Обязательная одежда и обувь для занятия:

Для девочек. Футболка черного цвета. Штаны чёрные. Балетки черного цвета (или чешки), носки. Волосы должны быть собраны в пучок.

IV. Методическое обеспечение

Перечень методических пособий, программ, обеспечивающих реализацию дополнительной образовательной деятельности в младших, средних, старших и подготовительных группах

<p>Программно-методическое обеспечение дополнительной образовательной деятельности по хореографии (методические пособия и программы)</p>	<ul style="list-style-type: none">✓ Белкина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 5-6 лет. - М., 2008.✓ Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. «Музыка и движение». - М., 1984.✓ Белов М. «Эстетическое воспитание детей средствами хореографического искусства». - М., 1953.✓ Богданов Г. Работа над сценической русской народной хореографией. - М., 2009.✓ Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста - 2-е изд., испр. и доп. - СПб.: ЛОИРО, 2000. - 220 с.✓ Ваганова А.Я. Основы классического танца: учебник для высших и средних учебных заведений. - СПб.: Лань, 2007.-191с.✓ Васильева-Рождественская Н.В. Историко-бытовой танец. - М., 2011.✓ Гафт А.М. исправление дефектов осанки на занятиях хореографией. Профилактика травматизма. Самомассаж. Методические рекомендации. 2010 г., 25.✓ Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала». - М., 2004.✓ Гусев Г.П. «Этюды». - М., 2004.✓ Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. - М.:Владос,2003. - 200с.✓ Деген А. Мастера танца. Музыка. М., 1994✓ Дубкова С. А. Жар-птица. Балетные сказки и легенды / С. А.
---	--

Дубкова. – М.: Белый город, 2009

- ✓ Ерохина О.В. Школа танцев. Ростов-на-Дону: Феникс, 2003. - 223с.
- ✓ Звездочкин В.А. «Классический танец». - Ростов-на-Дону, 2003.
- ✓ Иванов В.А. «Детский танец», методическое пособие, Пермь, 1998.
- ✓ Кауль Н. Как научиться танцевать. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. - 350с.
- ✓ Колодницкий Г.А. Ритмические упражнения, хореография и игры/Г.А.Колодницкий, В.С. Кузнецов - М.: Дрофа, 2003. - 3с., 11с.
- ✓ Кольцова М.М., Рузина М.С. Ребенок учится говорить: пальчиковый игротренинг. - СПб., 2010.
- ✓ Коротков И.М. Подвижные игры детей. - М., 2012.
- ✓ Левинсон М. История костюма. Полная хрестоматия. М., 2008
- ✓ Лукина Г.Г. Профилактика нарушений осанки у детей 5-6 лет средствами фитбол-гимнастики/Г.Г. Лукина, Т.В. Семенова//Актуальные вопросы физической культуры детей дошкольного возраста: сб. науч. - метод.труд. - СПб.: 2004. - с. 121 - 125.
- ✓ Матяшина А.А. Образовательная программа «Путешествие в страну «Хореография»». - В кн.: Фольклор. Музыка. Театр-театр: Программы и конспекты занятий для педагогов дополнительного образования, работающих с дошкольниками: Програм.-метод. пособие / Под ред. С И . Мерзляковой. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.
- ✓ Мессер А.М.Уроки классического танца.- СПб.: Лань, 2004.- 400с.
- ✓ Назарова А.Г. «Игровой стретчинг». Методическое пособие по оздоровлению детей дошкольного и младшего школьного возраста через систему естественных растяжек, которая основана на упражнениях по укреплению позвоночника, упражнениях ЛФК и корректирующей гимнастики, приемах мануальной терапии в сочетании с правильным дыханием и элементами релаксации. -

СПб.: ОФТ, 2005.

✓ Назарова А.Г. «Танцевать могут все!». Основное методическое пособие по обучению детей дошкольного и младшего школьного возраста танцам. - СПб.: ОФТ, 2005.

✓ Нанн Д. История костюма 1200-2000 М, Артель АСТ 2003

✓ Полятков С.С. Основы танца. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2006 - 75с.

✓ Потапчук А.А. Как сформировать правильную осанку у ребенка. - СПб.: Речь; М.: Сфера, 2009.-88с.

✓ Пряхина О.В. Программа «Пластика движений». - В сб.: Программы для учреждений дополнительного образования детей. Вып. 2. - 2-е изд. - М.: ГОУ ЦРСДОД, 2003.

✓ Фирилева Ж.Е., Сайкина, Е.Г «СА-ФИ-ДАНСЕ» Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов школьных учреждений / - СПб.: «Детство-пресс». - 352с.

✓ Холопова В.Н. Теория музыки: мелодика, ритмика, фактура, тематизм: - СПб.: Лань, 2002. - 367с.

✓ Шашкова Т.В. Занятия с мальчиками дошкольного возраста в детских хореографических коллективах народного танца. Методические рекомендации начинающим педагогам-хореографам, выпускникам вузов культуры и искусства. - Ханты-Мансийский филиал ФГБОУ ВПО «МГУКИ», 2009 - стр.15.

✓ Шашкова Т.В. создание русских народных танцев на основе игровых песен. Методические рекомендации начинающим педагогам-хореографам, выпускникам вузов культуры и искусства. - Ханты-Мансийский филиал ФГБОУ ВПО «МГУКИ», 2012 -18с.

Календарный учебный график реализации программы

Год обучения	Направление программы	Количество часов		Количество учебных		Даты начала и окончания	Продолжительность каникул
		всего	практика	недель	дней		
1	«Мир танца»	68	68	34	68	01.09.2025 — 26.06.2025	9 дней, 25.10.25- 02.11.25 12 дней, 31.12.25- 11.01.25 11 дней 28.03.25- 05.04.25