

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Никулинская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО И СОГЛАСОВАНО

Заседание педагогического совета
школы

Протокол № 1 от «28» августа 2025 года

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОУ «Никулинская СОШ»

А.В. Белякова

Приказ № 80-ОД от 28.08.2025 года



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по дополнительному образованию
«Танцы»
на 2025-2026 уч. г.

Кол-во часов неделю: 3 ч.
Кол-во часов в год: 102 ч.
Составила: Трегубова А.С.

2025г.

I. Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореографический коллектив «Кислород» составлена в соответствии с требованиями:

1. Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании Российской Федерации» (с изм., внесёнными Федеральными законами от 04.06.2014 г. №145-ФЗ, от 06.04.2015 г. №68 – ФЗ, от 19.12.2016 г. от 26.07.2019 г. N 232-ФЗ).
2. Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
3. Указа Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
6. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 21.04.2023 № 302 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утверждённую приказом Министерства просвещения РФ от 3.09.2019 г. № 467»;
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
9. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
10. Письма Министерства образования и науки РФ от 14.12.2015 N 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ».
11. Приказа Министерства образования и науки РФ «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 9.10 2018 г. № 196.
12. Приказа Министерства труда и социальной защиты РФ от 5 мая 2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения, хореография занимает особое место. В кадетской школе, в настоящее время, уроки по хореографии становятся обязательными. Они воспитывают и развивают не только художественные навыки исполнения танцев разных жанров, но и выработку у ребенка привычки, и нормы поведения в соответствии с постигаемыми законами красоты. Занятия танцами не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие, способствуют физическому развитию и обогащают духовно. Это гармоничное занятие привлекает и детей, и родителей. Но её формирование – процесс длительный, требующий многих качеств, терпения от детей.

Хореография является средством воспитания, развития осанки, дисциплинированного и красивого движения, быстрой мозговой реакции и сосредоточенности, трудолюбие и терпение – те свойства характера, которые необходимы не только в хореографическом классе, но и в быту. Эти качества годами воспитываются педагогами-хореографами и определяют успех во многих делах.

Танец – форма хореографического искусства, в которой средством создания художественного образа являются движения и положения человеческого тела. Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпус и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают физическую нагрузку равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Развитие современного общества настолько стремительно, что подростки обращают внимание на окружающую их среду, реагируя на отношения общества эмоционально. Проявляя свои яркие эмоции в танце, дети получают заряд энергии в своих выступлениях перед родными и близкими им людьми.

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия танцами формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ

имеет свои, только ему присуще танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычай и характер.

Танцевальный материал даётся в элементах и движениях, разучивается по правилам школы классического, народного и бального танца. Показателем танцевальной культуры является эмоциональное восприятие хореографического искусства, способность самостоятельно оценивать хореографическое произведение, музыкальность и выразительность, благородство манеры исполнения, понимание выразительности отдельных элементов, чувство товарищества и взаимопомощи. Чувство ответственности, так необходимой в жизни, двигает кадета вперёд. Нельзя подвести рядом стоящего в танце, нельзя опоздать, потому что от тебя находятся в зависимости другие, нельзя не выучить, не выполнить, не доработать.

Актуальность

Актуальность данной программы определяется наиболее распространенной формой хореографического воспитания учащихся. В условиях современной жизни танец приобрел довольно широкую популярность. Хореография играет важную роль в жизни людей, а для детей и подростков танец становится первым кумиром и возможностью выразить себя. Хореография – не только форма художественного отображения жизни, но и форма общения людей.

Хореография является важнейшим звеном в работе над развитием и совершенствованием детской пластичности.

Групповое исполнение – действенное средство разностороннего музыкального воспитания учащихся, развития у них музыкально-творческих способностей, но, прежде всего - это коллективный вид исполнительства, воспитывающий в детях дисциплинированность, чувство долга и ответственности за общий труд, стремление поделиться приобретенными знаниями, умениями в условиях коллективной деятельности со зрителями.

Особенностью программы является преобладание практических форм обучения. Структура занятий выстроена таким образом, что теоретические знания учащийся получает одновременно с практикой, что является наиболее продуктивным и целесообразным.

Репертуар подбирается таким образом, чтобы решались сразу несколько задач: постепенное и гармоничное развитие пластики, доступность репертуара, интерес к танцу, его ценность и художественное содержание, возрастные особенности детей, и др.

Большое внимание в данной программе уделяется воспитанию у детей увлеченности танцевальным искусством, активизации творческих способностей. В связи с этим предусмотрены упражнения и задания, развивающие самостоятельность и творческую активность учащихся; большое значение придается развитию ритмического чувства, возможности самостоятельной и индивидуальной импровизации, мыслительных музыкально-слуховых представлений, развитие координации.

Новизна программы состоит в личностно ориентированном обучении. Задача педагога дополнительного образования состоит не в максимальном ускорении развития творческих способностей ребенка, а прежде всего в том, чтобы создать каждому учащемуся все условия для наиболее полного раскрытия и реализации способностей.

Отличительная особенность программы заключается в том, что она основывается на постепенном развитии природных способностей детей, строгой последовательности в овладении лексикой танцевального искусства, техническими приемами, систематичностью и регулярностью занятий, целенаправленностью учебного процесса. Она рассчитана на обучение детей основам хореографии, постановку и исполнение концертных номеров, приобретение допрофессиональных навыков. Занятия по данной программе приобщают детей к пониманию искусства танца и знакомят с богатейшей художественной культурой прошлого и настоящего России.

Новизна программы

Она состоит в личностно ориентированном обучении. Задача педагога дополнительного образования состоит не в максимальном ускорении развития творческих способностей ребенка, а прежде всего в том, чтобы создать каждому учащемуся все условия для наиболее полного раскрытия и реализации способностей.

Отличительная особенность

Отличительная особенность программы заключается в том, что она основывается на постепенном развитии природных способностей детей, строгой последовательности в овладении лексикой танцевального искусства, техническими приемами, систематичностью и регулярностью занятий, целенаправленностью учебного процесса.

Она рассчитана на обучение детей основам хореографии, постановку и исполнение концертных номеров, приобретение допрофессиональных навыков. Занятия по данной программе приобщают детей к пониманию искусства танца и знакомят с богатейшей художественной культурой прошлого и настоящего России.

Принципы обучения.

Процесс обучения в курсе хореографии в основном построен на реализации дидактических принципов:

1. Принцип сознательности и активности предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.

2. Принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.

3. Принцип доступности требует постановки перед учащимся задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.

4. Принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определённую последовательность решения танцевально-творческих заданий.

5. Принцип гуманности в воспитательной работе выражает: безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребёнка, отсутствие давления на волю ребёнка; глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребёнка, его самореализации и самоутверждения.

6. Принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребёнка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

В программе выделены следующие направления:

- развитие физических способностей детей;
- приобретение танцевально-ритмических навыков;
- работа над танцевальным репертуаром;
- музыкально-теоретическая подготовка;
- теоретико-аналитическая работа;
- концертно-исполнительская деятельность.

В программе выделены следующие направления:

- развитие физических способностей детей;
- приобретение танцевально-ритмических навыков;
- работа над танцевальным репертуаром;
- музыкально-теоретическая подготовка;
- теоретико-аналитическая работа;
- концертно-исполнительская деятельность.

Цель программы – повышение общего уровня культуры, интеграция личности в национальную, мировую культуру создание условий для интеллектуального, нравственного, культурного развития через занятия хореографией.

Задачи программы:

Образовательные:

Формировать музыкально-ритмические навыки.

Формирование навыков правильного и выразительного движения в области классического танца и современной хореографии.

Обучение детей сценическому мастерству.

Воспитательные:

Воспитывать социально активную личность.

Воспитать чувство товарищества.

Способствовать формированию активной жизненной позиции.

Воспитывать трудолюбие, инициативность, готовность к осознанному выбору будущей профессии, успешно адаптировать в современном обществе.

Развивающие:

Развивать наблюдательность, творческое воображение.

Развивать координацию, пластику.

Развивать навыки самоорганизации и самоконтроля.

Формы и режим занятий. Сроки реализации программы.

Программа рассчитана на 2 года обучения.

Средняя группа – 8-10 лет.

Старшая группа – 10-15 лет.

Занятия 2 раз в неделю по 1 академическому часу. Всего в год – 104 часа.

Состав учеников в группе – 16-20 человек.

Наиболее подходящей формой для реализации данной программы является форма кружка. Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребёнка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин. Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнений тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы – развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения: знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, знания о характерных чертах и истории танца различных эпох и народов, знания по музыкальному этикету. В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнений, движений, танцев.

Система отслеживания и оценивания результатов обучения учащихся.

Знания, умения, навыки, полученные на занятиях, необходимо подвергать педагогическому контролю с целью выявления качества усвоенных детьми знаний в рамках программы обучения. Формами педагогического контроля являются итоговые занятия один раз в полугодие, открытые уроки, выступления, конкурсы, которые также способствуют поддержанию интереса к работе, нацеливают детей на достижение положительного результата. В познавательной части занятия обязательно отмечается инициативность и творческое сочинение танцевальных комбинаций учащихся,

показанные ими в ходе урока, анализа своего выступления и поиска решения предложенных проблемных ситуаций.

Оценивая результат практической работы, а именно выступление учащихся, опираются на такие критерии: качественное исполнение танцевальных этюдов и танцев, общий эстетический вид исполнения, творческие находки и самостоятельность сочинённых комбинаций.

Чтобы убедиться в прочности знаний и умений, эффективности обучения по данной образовательной программе проводится контроль:

- **Входной** – педагогическое наблюдение, собеседование с детьми и родителями, беседа классным руководителем.
- **Промежуточный** – показательные выступления, участие в концертах и конкурсах.
- **Итоговый** – творческий отчёт в форме контрольного урока или концерта.

Содержание знаний направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин.

Уровень знаний и умений учащихся проверяется во время проведения открытых уроков, смотров, конкурсов, концертов, промежуточной и итоговой аттестации.

Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения курса по внеурочной деятельности.

Контрольно – методическое обеспечение.

Режим занятий:

Занятия могут проходить со всем коллективом, по подгруппам, индивидуально.

Формы занятия:

-беседа, на которой излагаются теоретические сведения, которые иллюстрируются поэтическими и музыкальными примерами, наглядными пособиями, презентациями, видеоматериалами.

-практические занятия, где дети осваивают музыкальную грамоту, разучивают основные элементы танцевальной композиции.

-занятия-постановка, репетиция – отрабатываются концертные номера, развиваются актёрские способности детей.

-выездное занятие – посещение выставок, музеев, концертов, праздников, конкурсов, фестивалей.

-итоговое занятие (для педагога) – контрольный опрос учащихся о пройденном материале.

Одним из ведущих приёмов обучения танцам детей является демонстрация педагогом манеры исполнения.

Каждое занятие строится по схеме:

-экзерсис на середине.

-работа по диагонали.

-танцевальные шаги по линии круга (по кругу).

-разучивание новых элементов и комбинаций.

-повторение пройденного материала.

-анализ занятий.

-задание на дом.

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

№	Тема занятия	Количество часов	Основные виды деятельности учащихся
	Вводное занятие. Техника безопасности в зале.	1	Соблюдают технику безопасности с учётом требований к занятиям хореографией
	Соблюдают технику безопасности с учётом требований к занятиям хореографией	8	Учатся ориентироваться в пространстве, перестроиться из одного рисунка в другой посредством разного вида шагов бега, прыжков. Перестраиваются по кругу, диагоналям, прямым линиям и т.д.
	Азбука музыкального движения	7	Воспринимают и передают с помощью танцевальных движений длительность звука и ритмичность музыкального рисунка.

			<p>Соединяют движения с остановкой в конце музыкальной фразы, хлопками на сильную долю</p> <p>Связывают учебный материал и игровые моменты между собой единым сюжетом или комментировать начало этюда стихотворными строчками. Например: «Пингвинята хороши, все танцуют от души», и начинается танцевальная композиция «танцующие пингвины».</p>
	Основные Элементы ритмики	15	<p>1.марш на месте и в продвижении с поднятыми коленями, с вытянутым подъёмом, на сильную долю исполнять хлопок</p> <p>2.шаги на полупальцах с вытянутыми руками в сторону</p> <p>3.голопы</p> <p>4.прыжок шаг касаясь</p> <p>5.боковой галоп</p> <p>6.шаг «петушка» - шаг с вытянутого носка через высоко поднятое колено</p> <p>7.Бег «лошадки»- бег с высоко поднятыми коленями</p> <p>8.шаг «Как пингвинчик» -ход с продвижением вперёд, вовремя, которого происходит перенос тяжести корпуса с одной ноги на другую, движение выполняется в полувыворотной П позиции</p>
	Упражнения для улучшения подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы	10	Упражнения на формирование стопы (сокращение подъемов, круговые движения стопы)

	Упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра		Упражнения на развитие выворотности ног (наклоны к прямым ногам, также наклоны в положении лягушки: стопы вместе, колени на полу)
	Упражнения на развитии гибкости позвоночника и формирование осанки	11	Упражнения на исправления дефектов осанки, развитие гибкости позвоночника (лодочка, промокашка, колечко)
	Различные прыжки с гимнастической скакалкой	9	1.Обычный прыжок 2.Прыжки назад 3.Прыжки накрест 4.Двойные прыжки 5.Прыжки лошадка 6.Прыжки через двок сложную скакалу 7.Прыжок мячик
	Упражнения на развитие амплитуды танцевального шага	7	Медленные подъемы ног большие и маленькие броски.
	Постановка танца «А река течет» на	6	Разбивают и запоминают основные движения танца. Учатся показывать образ, в танце. Изучение эстрадного танца, и различных рисунков.
	Постановка танца «На маковом поле» и отработка.	10	Изучение основных движений данного номера, изучение стилизованного народного танца.
	Отработка постановки	10	Отработка, и повторение данного номера для дальнейшего выступления.

Постановка, тематических танцев (флешмобы) На определенные праздники. День учителя, День народного единства Новый год, 23,8 марта 9 мая.	10	Для расстановки детей. Повышение сценической практики.
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	104	

Список рекомендованной литературы

1. Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса:
2. Примерная образовательная программы для хореографических отделений детских музыкальных школ и школ искусств Министерство РТ Казань 2002 г.
3. Публикации о возможностях и условиях использования личностно-ориентированного, индивидуального подхода в педагогической практике (Е.В. Бондаревская, Р.М. Чумичева, Л.В.Грабовская)
4. «Классический танец» Н.Базаров
5. «Азбука танца» Т.Барышникова
6. «Татарский танец» Г. Тагиров
7. «Хореография в спорте» И.А. Шипилина
8. «Роль ритмики в эстетическом воспитании детей» .Г Франко Москва 1989г.
9. «Проблемы развивающего обучения». Давыдов В. - М., 2004.
10. «Вступление в балет». Жданов Л. - М.: Планета, 1986.

11. Михайлова М. А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения / М.А. Михайлова, Е.В. Воронина. – Ярославль, 2000г.
12. Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг»; М.: Новая школа, 1998г
13. Подласый И.П. «Педагогика: В 2кн.», «Владос», 2003г.