

Департамент образования Администрации городского округа Самара
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования «Экология детства»
городского округа Самара

Принята на заседании
Научно-методического совета Центра
протокол № 6 от 25.08.2025 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Студия танцевального искусства «Шум»**

Направленность: художественная

Возраст обучающихся: 3-6 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик программы:

Одушкина Анна Вячеславовна,

педагог дополнительного образования

г. Самара, 2025

ОГЛАВЛЕНИЕ

Пояснительная записка	3
Содержание программы.....	16
Модуль «Гимнастика».....	16
Модуль «Музыкально-Ритмические Занятия»	20
Модуль «Современный Танец».....	23
Раздел «Воспитание».....	27
Ресурсное Обеспечение Программы	27
Приложение 1.....	29
Приложение 3.....	32
Приложение 4	33

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы: художественная.

Уровень освоения: ознакомительный.

Актуальность программы.

Стратегия развития образования и воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р) ориентирует дополнительное образование на развитие форм включения детей в творческую, художественно-эстетическую, игровую деятельность, на знакомство с лучшими образцами мировой и отечественной культуры.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Студия современного танца «Шум» разработана с учетом требований следующих нормативных документов:

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;

Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);

ИЗМЕНЕНИЯ, которые вносятся в распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р (утверждены распоряжением Правительства РФ от 15.05.2023 №1230-р);

Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);

План мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р);

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от

23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

Приказ Министерства просвещения РФ от 21.04.2023 № 302 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения РФ от 3.09.2019 г. № 467»;

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 молодежи»;

Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441);

Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной

сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»).

Отличительными особенностями программы являются индивидуальный подход к каждому обучающемуся для его творческого развития. Игровые технологии, используемые в программе, активизируют детей и помогают им лучше усваивать материал. Развитие физических данных способствует гармоничному развитию ребёнка. Разноуровневый подход позволяет осваивать программу в комфортном для обучающегося режиме, учитывая его индивидуальные особенности и способности.

Педагогическая целесообразность

Приобщить детей к национальной культуре и достигнуть главной цели программы помогают следующие формы и средства образовательной деятельности: словесные, наглядные, практические методы обучения. Они помогают наиболее полно решать задачи по социальному, культурному и профессиональному самоопределению, интеллектуальному и духовному развитию личности ребенка.

Выбор форм, методов и видов деятельности в учебной группе определяется с учётом возрастных и индивидуальных особенностей учащихся.

При подборе тренировочных упражнений педагогом учитываются анатомо-функциональные особенности, физическая подготовка и психическая характеристика детей. Объем нагрузок по отдельным составляющим целостной подготовки увеличивается и усложняются в соответствии с физическими возможностями детей и уровню подготовки, с сохранением пропорционального соотношения между общей физической и технической подготовкой. В процессе физической подготовки учащихся происходит параллельное развитие всех двигательных качеств с учетом естественного их прироста и возрастных особенностей групп детей в ансамбле.

В программе используется так же метод наставничества «ученик - ученик». Наставник – это воспитанник, который обладает сформированным комплектом профессиональных и личностных качеств, высоким показателем в обучении, высоким уровнем творческих достижений. На каждого ученика – наставника приходится от 1-3 обучающихся, которым требуется какая-либо помощь.

В некоторых случаях обучающийся может осваивать программу в формате дистанционного обучения (как по некоторым темам, так и по всему модулю). Дистанционное обучение осуществляется в соответствии с «Порядком применения электронного обучения и дистанционных технологий при реализации дополнительных общеобразовательных программ МБУ ДО «ЦДО «Экология детства» г.о. Самара».

Цель программы: развитие общей и эстетической культуры обучающихся, самореализация в творческой деятельности, формирование коммуникативной культуры посредством знакомства с основами хореографического искусства.

Задачи программы:

	Ознакомительный уровень	Базовый уровень	Углубленный уровень
Обучающие	– Познакомить с правилами здорового образа жизни – Познакомить обучающихся с основными понятиями в хореографии – Познакомить с основами современного танца	– Познакомить с правилами здорового образа жизни – Познакомить с правилами оказания первой медицинской помощи – Сформировать систему знаний хореографических терминов	– Познакомить с правилами здорового образа жизни – Познакомить с правилами оказания первой медицинской помощи – Сформировать систему знаний хореографических терминов

		– Обучить основам современной хореографии	– Обучить основам современной хореографии
Развивающие	– Укреплять физическое здоровье – Развивать навыки коммуникации – Формировать умение ориентироваться в пространстве. – Формировать музыкальный слух, чувство ритма. – Формировать умение самоконтроля – Формировать умение анализировать информацию и использовать для решения учебных задач	– Укреплять физическое здоровье – Развивать навыки коммуникации – Формировать навыки самоконтроля – Развивать умение ориентироваться в пространстве – Формировать умение различать музыкальный размер, темп музыки; – Формировать умение осознанно выполнять учебные действия в соответствии с поставленной задачей – Формировать умение анализировать информацию и использовать для решения учебных задач	– Укреплять физическое здоровье – Развивать навыки коммуникации – Развивать навык самоконтроля – Развивать навык ориентироваться в пространстве – Развивать умение различать музыкальный размер, темп музыки; – Развивать умение осознанно выполнять и планировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей – Формировать умение анализировать информацию и использовать для решения учебных задач
Воспитательные	– Воспитывать	– Воспитывать	– Воспитывать

	эстетическую культуру	эстетическую культуру	эстетическую культуру
	– Знакомить обучающихся с шедеврами отечественной и мировой музыкальной культуры	– Знакомить обучающихся с шедеврами отечественной и мировой музыкальной культуры	– Знакомить обучающихся с шедеврами отечественной и мировой музыкальной культуры
	– Формировать интерес к хореографическому искусству	– Развивать интерес к хореографическому искусству	– Формировать устойчивый интерес к хореографическому искусству
			– Ориентировать на хореографические профессии

Возраст детей, участвующих в реализации программы: 3 – 6 лет

Для детей 3-6 лет ведущей деятельностью является сюжетно-ролевая игра. В этом возрастном периоде ребенок воспринимает мир посредством своего воображения, что учитывается при проведении урока. В упражнения и танцевальные этюды вводится образная составляющая. В 3-6 лет у детей ярко выражена потребность в движении, это «возраст двигательной расточительности», поэтому в обучении детей учитывая данный аспект, за упражнениями и этюдами в медленном темпе следует умеренный и быстрый темп.

На занятиях групп 3-6 лет используются игровые формы, направленные на:

- раскрепощение, снятие страха оценки,
- формирование доброжелательных отношений внутри учебной группы,
- восприятие и осознание искусства, воплощение своих чувств и

мыслей в образах,

– развитие эмоционально-чувственной сферы, погружение в заданную ситуацию.

Так как для ребят этого возраста свойственна высокая возбудимость нервных центров и слабость процессов внутреннего торможения. Отсюда у них менее устойчиво внимание и большая утомляемость. Детям этого возраста тяжело сконцентрировать внимание на медленном и методичном исполнении экзерсиса у станка. Поэтому в работу у станка вводятся танцевальные движения, как на месте, так и в продвижении (на круг, линии, диагонали, змейки и т.д.), прыжки.

Степень предварительной подготовки: без предварительной подготовки.

Наполняемость групп: 15 человек.

Состав групп. Группы формируются по возрастному признаку, а также по уровню (ознакомительный, базовый, углубленный) на основании предварительной подготовки.

1 группа – от 3 до 4 лет

2 группа – от 5 до 6 лет

Психофизиологические особенности обучающихся 1 группы

Для детей данной возрастной категории ведущей потребностью является потребность в общении. Им свойственна творческая активность и присуще проявление произвольности всех психических процессов. Возрастает устойчивость внимания, развивается способность к его распределению и переключаемости. Пятилетний возраст характеризуется расцветом фантазии. Особенно ярко воображение ребенка проявляется в игре, где он действует очень увлеченно.

У детей этой возрастной группы еще не закончено окостенение не только всех отделов грудной клетки, но и фаланг пальцев кистей рук. Слабо развиты мышцы пальцев.

Также у них достаточно развиты крупные мышцы тела, рук и ног, но

мелкие мышцы спины, имеющие большое значение для удержания правильного положения позвоночника при сидении, относительно слабы, и при длительном статическом напряжении возникает утомление мышц, ребенок начинает менять позу, искать точку опоры, и его позвоночник легко поддается деформирующим влияниям. Кроме того, в этом возрасте отмечается преобладание тонуса мышц сгибателей над разгибателями, поэтому дети часто принимают неправильные позы.

Рекомендации

В физическом воспитании детей 3-4 лет важно соблюдать принцип постепенного увеличения физических нагрузок, который реализуется в проведении разминки перед выполнением физических упражнений, в плавном переходе от работы большой интенсивности и средней к состоянию покоя. Несоблюдение этого принципа может приводить к нарушению работы сердечной мышцы.

Психофизиологические особенности обучающихся 2 группы

Этот возраст ещё относительно спокойного и равномерного физического развития. Увеличение роста и веса, мышечной силы и выносливости, жизненной ёмкости лёгких идёт довольно равномерно и пропорционально. Сердечные мышцы хорошо снабжаются кровью, поэтому сердце достаточно выносливо, головной мозг получает достаточное кровоснабжение, что является необходимым условием его работоспособности.

Ведущая потребность у ребят этого возраста - общение со сверстниками. В поведении проявляется склонность к риску, острым ощущениям. Наблюдается быстрая утомляемость и низкая работоспособность, резкие перепады настроения в связи с бурным психофизиологическим развитием. Появляется необходимость ощущения социальной востребованности (формирование чувства взрослости). Наряду с этим еще слабо сформирована эмоционально-волевая сфера, ответная реакция замедленная (подросток не сразу отвечает на вопросы, не сразу

начинает выполнять задания).

Рекомендации:

- слушать, признавать и принимать чувства ребёнка;
- относиться к нему с уважением; - быть честным с ребёнком;
- делать только конкретные замечания, не использовать выражения типа: "Ты всегда...";
- предоставить ребёнку брать на себя ответственность, быть независимым и иметь свободу выбора;
- следует привлекать ребёнка к решению проблем и принятию решений, касающихся его собственной жизни, уважать его чувства, потребности, желания, предложения, разумные решения;
- предоставлять ребёнку возможность экспериментировать, удовлетворять свои интересы, проявлять или не проявлять свои творческие способности;
- быть для ребёнка хорошим примером: быть о себе достаточно высокого мнения, действовать, исходя из своих интересов;
- избегать назидательности;
- принимать ребёнка всерьёз, считаться с его суждениями.

Сроки реализации.

Программа рассчитана на 1 год обучения, объем – 72 часа (3 модуля по 24 часа). Программа реализуется в течение учебного года в соответствии с учебным календарным графиком (приложение № 1) и календарно-тематическим планом на текущий учебный год (приложение № 4).

Режим занятий: 2 раза в неделю по 35 минут.

Формы обучения: очная.

Формы организации деятельности: всем составом, по группам.

Ожидаемые результаты:

	Ознакомительный уровень	Базовый уровень	Углубленный уровень
--	----------------------------	-----------------	---------------------

Личностные	– Сформированность художественной и эстетической культуры – Начальный интерес к хореографическому искусству	– Сформированность художественной и эстетической культуры – Устойчивый интерес к хореографическому искусству	– Сформированность художественной и эстетической культуры – Интерес к хореографическим профессиям
Метапредметные	– Развитые коммуникативные навыки – Умение ориентироваться в пространстве. – Умение самоконтроля – Умение анализировать информацию и использовать для решения учебных задач	– Развитые коммуникативные навыки – Навыки самоконтроля – Умение ориентироваться в пространстве – Умение анализировать информацию и использовать для решения учебных задач – Умение осознанно выполнять учебные действия в соответствии с поставленной	– Развитые коммуникативные навыки – Навыки самоконтроля – Умение ориентироваться в пространстве – Умение анализировать информацию и использовать для решения учебных задач – Умение осознанно планировать и выполнять учебные действия в соответствии с
		задачей	поставленной задачей

Предметные	– Знание правил здорового образа жизни	– Знание правил здорового образа жизни	– Знание правил здорового образа жизни
	– Знание основных понятий в хореографии	– Знание правил оказания первой медицинской помощи	– Знание правил оказания первой медицинской помощи
	– Знание основ современного танца	– Система знаний хореографических терминов и основ современного танца	– Система знаний хореографических терминов и основ современного танца

Критерии и способы определения результативности.

– Уровень знаний правил здорового образа жизни	– Уровень знаний правил здорового образа жизни	– Уровень знаний правил здорового образа жизни
– Уровень знаний основных понятий в хореографии	– Уровень знаний правил оказания первой медицинской помощи	– Уровень знаний правил оказания первой медицинской помощи
– Уровень знаний основ современного танца	– Уровень знаний хореографических терминов	– Уровень знаний хореографических терминов
– Уровень умения ориентироваться в пространстве.	– Уровень знаний основ современного танца	– Уровень знаний основ современного танца
– Уровень сформированности интереса к хореографическому искусству	– Уровень знаний основ современного танца	– Уровень знаний основ современного танца
	– Уровень умения	– Уровень умения

	ориентироваться в пространстве. – Уровень сформированности интереса к хореографическому искусству.	ориентироваться в пространстве. – Уровень сформированности интереса к хореографическим профессиям.
--	--	--

Способы определения результативности: педагогическое наблюдение, педагогический анализ выполнения обучающимися практических заданий, анкетирования, участия в показательных выступлениях и концертах, конкурсах.

Формы подведения итогов реализации программы: конкурсы, показательные выступления и концерты, портфолио достижений коллектива и отдельных детей, таблицы оценки результатов диагностики.

Учебный план программы

№ п/п	Наименование модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Гимнастика»	24	4	20
2.	«Музыкально-ритмические занятия»	24	4	20
3.	«Современный танец»	24	4	20
	Итого	72	12	60

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Модуль «Гимнастика»

Цель: укрепление здоровья и улучшение физических данных обучающихся посредством выполнения гимнастических упражнений.

Задачи:

	Ознакомительный уровень	Базовый уровень	Углубленный уровень
Обучающие	- Обучить технике выполнения гимнастических упражнений. - Познакомить с правилами здорового образа жизни, гигиены, распорядка дня	- Обучить технике выполнения гимнастических упражнений. - Познакомить с правилами здорового образа жизни, гигиены, распорядка дня - Познакомить с правилами оказания первой медицинской помощи	- Обучить технике выполнения гимнастических упражнений. - Познакомить с правилами здорового образа жизни, гигиены, распорядка дня - Познакомить с правилами оказания первой медицинской помощи
Развивающие	- Укреплять мышечный корсет и суставно-связочного аппарат - Развивать навыки коммуникации с педагогом и другими обучающимися	- Укреплять мышечный корсет и суставно-связочного аппарат - Развивать навыки коммуникации с педагогом и другими обучающимися - Формировать	- Укреплять мышечный корсет и суставно-связочного аппарат - Развивать навыки коммуникации с педагогом и другими обучающимися - Развивать навык

		навыка самоконтроля	самоконтроля
Воспитательные	– Воспитывать эстетическую культуру – Знакомить обучающихся с шедеврами отечественной и мировой музыкальной культуры – Формировать интерес к хореографическому искусству	– Воспитывать эстетическую культуру – Знакомить обучающихся с шедеврами отечественной и мировой музыкальной культуры – Развивать интерес к хореографическому искусству	– Воспитывать эстетическую культуру – Знакомить обучающихся с шедеврами отечественной и мировой музыкальной культуры – Формировать устойчивый интерес к хореографическому искусству

Ожидаемые результаты:

Ознакомительный уровень	Базовый уровень	Углубленный уровень
– Знание техники выполнения гимнастических упражнений. – Знание правил здорового образа жизни, гигиены, распорядка дня – Развитие коммуникативных навыков – Начальный интерес к хореографическому искусству	– Знание техники выполнения гимнастических упражнений. – Умение применять правила здорового образа жизни, гигиены, распорядка дня – Знание правил оказания первой медицинской помощи – Навык самоконтроля – Воспитывать эстетическую культуру – Развитый интерес к	– Знание техники выполнения гимнастических упражнений. – Умение применять правила здорового образа жизни, гигиены, распорядка дня – Знание правил оказания первой медицинской помощи – Навык самоконтроля – Воспитывать эстетическую культуру – Устойчивый интерес к

	хореографическому искусству	хореографическому искусству
--	--------------------------------	--------------------------------

Учебно-тематический план модуля «Гимнастика»

№ п/п	Тема	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие. Педагогическая диагностика	2	1	1	Опрос, беседа, практическое задание
2.	Коррекция осанки и профилактика плоскостопия	7	1	6	Наблюдение Практическое задание
3.	Развитие выворотности стоп	4	1	3	Наблюдение Практическое задание
4.	Развитие балетного шага	5	1	4	Наблюдение Практическое задание
5.	Гимнастические упражнения на основе элементов классического Танца	6	1	5	Наблюдение Практическое задание
	Итого	24	5	19	

Содержание модуля «Гимнастика»

Тема 1. Вводное занятие. Педагогическая диагностика.

Теория. Беседа о правилах поведения на занятиях хореографией, о правилах и значении здорового образа жизни, гигиены и распорядка дня (Приложение 1).

Базовый и углубленный уровень. Правила оказания первой медицинской помощи при ушибах и растяжениях.

Практика. Педагогическая диагностика: выполнение гимнастических упражнений, в основе которых лежат элементы классического танца. (Общие для всех уровней)

Тема 2. Коррекция осанки и профилактика плоскостопия

Теория: техника выполнения упражнений.

Практика:

Выполнение гимнастических упражнений в сочетании с силовой гимнастикой: упражнения на закачку мышц пресса («уголок», «ножницы», «ножницы лежа на животе»). (Общие для всех уровней)

Ознакомительный уровень. «Лодочка» - одновременное поднятие и опускание рук и ног. «Качалочка», «Ножницы» ногами лежа на спине и животе.

Базовый и углубленный уровень. Силовые упражнения. Закачка «мышечного корсета». Горизонтальный баланс на одной ноге с использованием эластичной ленты, боковые наклоны, с натянутой лентой в руках, руки над головой.

Тема 3. Развитие выворотности стоп

Теория: техника выполнения упражнений.

Практика. Упражнения на развитие подвижности тазобедренных суставов, растяжение мышц и связок. (Общие для всех уровней)

Тема 4. Развитие балетного шага

Теория: техника выполнения упражнений.

Практика. Упражнения для разогрева и растяжения мышц, танцевальный шаг, шаги на полупальцах, лёгкий бег на полупальцах, бег с поднятой ноги вперед, бег на согнутых в коленях ногах. (Общие для всех уровней).

Тема 5. Гимнастические упражнения на основе элементов классического танца

Теория: техника выполнения упражнений, техника безопасности при занятиях с инвентарем.

Практика. Упражнения с помощью эластичных жгутов и резинок. Упражнения с лентой. Махи ногами. Гимнастические упражнения с мячом. Упражнения с гимнастической палкой. Прыжки на скакалке.

Модуль «Музыкально-ритмические занятия»

Цель: развитие двигательных навыков и ориентации в пространстве посредством выполнения специальных упражнений.

Задачи:

	Ознакомительный уровень	Базовый уровень	Углубленный уровень
Обучающие	– Познакомить обучающихся с понятиями пространства, линии, колонны, точки – Познакомить с техникой выполнения упражнений	– Сформировать систему знаний пространства, линии, колонны, точки	– Сформировать систему знаний пространства, линии, колонны, точки
Развивающие	– Формировать умение ориентироваться в пространстве. – Формировать навык танцевального движения. – Формировать музыкальный слух, чувство ритма.	– Развивать умение ориентироваться в пространстве – Формировать умение различать музыкальный размер, темп музыки; – Формировать умение запоминать последовательность движений в танцевальных комбинациях.	– Развивать навык ориентироваться в пространстве – Развивать умение различать музыкальный размер, темп музыки; – Развивать умение запоминать последовательность движений в танцевальных комбинациях.
Воспитательные	– Воспитывать эстетическую культуру	– Воспитывать эстетическую культуру	– Воспитывать эстетическую культуру

	– Знакомить обучающихся с шедеврами отечественной и мировой музыкальной культуры – Формировать интерес к хореографическому искусству	– Знакомить обучающихся с шедеврами отечественной и мировой музыкальной культуры – Формировать устойчивый интерес к хореографическому искусству	– Знакомить обучающихся с шедеврами отечественной и мировой музыкальной культуры – Ориентировать на хореографическую профессию
--	---	--	---

**Учебно-тематический план модуля
«Музыкально-ритмические занятия»**

№ п/п	Тема	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1.	Выполнение коллективно-порядковых упражнений	7	1	6	Практические задания
2.	Музыкально-ритмические упражнения	6	1	5	Практические задания
3.	Упражнения на темпо-Ритм	6	1	5	Практические задания
4.	Ритмические упражнения с предметом	5	1	4	Практические задания
	Итого	24	4	20	

Содержание модуля «Музыкально-ритмические занятия»

Тема 1. Выполнение коллективно-порядковых упражнений.

Теория: понятие пространства, линии, колонны, точки, техника выполнения упражнений

Практика: выполнение коллективно-порядковых упражнений, направленных на умение ориентироваться в пространстве, находить свое место в линии, колонне (общие для всех уровней).

Тема 2. Музыкально-ритмические упражнения.

Теория: техника выполнения упражнений.

Практика: музыкально-ритмические упражнения на развитие координации, элементы асимметричной гимнастики; шаги на носках, пятках, лицом и спиной по кругу, шаг высоко поднимая колени, высокий бег «Лошадка», бег с подскоками, выпады, галоп лицом и спиной, в центр и со сменой ног, марш – один шаг на такт, два шага на такт.

Задания *ознакомительного уровня* выполняются на музыкальный материал в размере 4/4.

Задания *базового и углубленного уровня* выполняются на музыкальный материал в размере 3/4, 4/8, 6/16.

Тема 3. Упражнения на темпо-ритм.

Теория: техника выполнения упражнений.

Практика. *Ознакомительный уровень:* Упражнения на темпо-ритм, ритмические упражнения в соответствии с различным характером музыки, динамикой, регистрами. Упражнения на умение отмечать в движении метр, метрическую пульсацию и простейший ритмический рисунок в хлопках, притопах;

Базовый и углубленный уровень: менять движения в соответствии с двух-, трех частной формой и музыкальными фразами.

Тема 4. Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок, скакалка, флажки).

Теория: техника выполнения упражнений.

Практика. Выполнение ритмических упражнений с предметом (мяч, обруч, платок, скакалка, флажки) (общие для всех уровней)

Модуль «Современный танец»

Цель: знакомство обучающихся с основами современного танца.

Задачи:

	Ознакомительный уровень	Базовый уровень	Углубленный уровень
Обучающие	– Познакомить с основными направлениями современного танца. – Познакомить с основными терминами современного танца – Познакомить с позициями рук и ног в современном танце – Познакомить с основными движениями в современном танце	– Познакомить с основными направлениями современного танца. – Обучить терминам современного танца – Обучить позициям рук и ног в современном танце – Обучить основным движениями в современном танце	– Познакомить с основными направлениями современного танца. – Обучить терминам современного танца – Обучить позициям рук и ног в современном танце – Обучить основным движениями в современном танце
Развивающие	– Формировать умение коммуникативного взаимодействия – Формировать умение самоконтроля	– Формировать умение осознанно выполнять учебные действия – Развивать умение коммуникативного взаимодействия – Развивать умение самоконтроля	– Развивать умение осознанно выполнять учебные действия – Развивать навык коммуникативного взаимодействия – Развивать навык самоконтроля
Воспитательные	– Формировать	– Развивать интерес	– Формировать

	интерес к современному танцу	к современному танцу	устойчивый интерес к современному танцу
--	------------------------------	----------------------	---

Ожидаемые результаты:

Ознакомительный уровень	Базовый уровень	Углубленный уровень
– Знание основных направлений и терминов современного танца. – Знание позиций рук и ног в современном танце – Знание основных движений в современном танце – Интерес к современному танцу	– Знание основных направлений и терминов современного танца. – Знание позиций рук и ног в современном танце – Знание основных движений в современном танце – Умение осознанно выполнять учебные действия – Интерес к современному танцу	– Знание основных направлений и терминов современного танца. – Знание позиций рук и ног в современном танце – Знание основных движений в современном танце – Умение осознанно выполнять учебные действия – Навык самоконтроля – Устойчивый интерес к современному танцу

Учебно-тематический план модуля «Современный танец»

№ п/п	Тема	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1	Основные направления современной хореографии.	2	2	-	Опрос, беседа
2	Позиции рук и ног в современном танце	8	2	6	Практические задания
3	Экзерсис на полу	10	1	9	Практические задания

4	Определение характеристики музыкального произведения	4	1	3	Практические задания
	Итого	24	6	18	

Содержание модуля «Современный танец»

Тема 1. Основные направления современной хореографии.

Теория. модерн, модерн-джаз, контемпорари и др.

Тема 2. Позиции рук и ног в современном танце.

Теория. Термины современного танца на английском языке и их перевод на русский язык.

Практика. Изучение позиций рук и ног в современном танце.

Тема 3. Экзерсис на полу

Теория. Знакомство с танцем джаз, модерн. Основные стили джазового танца. Основные разделы танца модерн. Понятие контактная импровизация.

Практика. Работа в группе: верхний, средний, нижний уровень. Работа в паре: перекаты на мостик, plie спина к спине, поддержка через бедро и т.д. Работа у станка (джаз).

Задания *ознакомительного уровня* выполняются на музыкальный материал в размере 4/4.

Задания *базового уровня* выполняются на музыкальный материал в размере 3/4, 4/8, 6/16.

Тема 4. Основные движения современного танца

Теория. Основные элементы танца.

Практика. Разучивание основных элементов современного танца: ARCH; BOUNCE; BRUCH; CATCH STEP; CONTRACTION; FLEX; HIGH RELEASE

Задания *ознакомительного уровня* выполняются на музыкальный материал в размере 4/4.

Задания *базового уровня* выполняются на музыкальный материал в размере 3/4, 4/8, 6/16

Тема 5. Определение характера в музыке

Теория. Определение характера в музыке

Раздел «Воспитание»

Цель воспитательной работы - развитие личности через самоопределение и социализацию детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей принятых в российском обществе.

Задачи:

- формирование интереса к изучению истории и традиций российской и мировой хореографии, и других видов искусств (история искусств, история танца);
- просвещение в сфере достижений отечественной культуры и духовно-нравственных традиций российского общества;
- воспитание чувства патриотизма и уважения к истории России, хореографическому наследию;

Ожидаемые результаты:

- освоение детьми понятия о своей российской культурной принадлежности (идентичности);
- понимание значимости достижений отечественной культуры и духовно-нравственных традиций российского общества;
- уважение к старшим, бережное отношение к истории и традициям, понимание важности знания истории своей страны;

В воспитательной работе с детьми по программе используются следующие методы воспитания: метод убеждения, метод положительного примера (педагога, детей), метод упражнений, метод переключения деятельности, метод развития самоконтроля и самооценки детей воспитании, методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

Работа осуществляется в следующих формах: — игровые тренинги, творческие мастерские, репетиции хореографической постановки номера (способствуют усвоению и применению правил поведения и коммуникации, формированию позитивного и конструктивного отношения к событиям, в которых они участвуют, к членам своего коллектива, готовность к командной деятельности и взаимопомощи); — участие в проектной деятельности

(способствует формированию умений в области целеполагания, планирования и рефлексии, укрепляет внутреннюю дисциплину, дает опыт долгосрочной системной деятельности (создание хореографических постановок, этюдов, показов, презентаций)).

Работа с родителями или законными представителями осуществляется в форме:

- родительских собраний;
- открытых занятий для родителей;
- творческого взаимодействия в процессе подготовки творческого продукта театра (показов, выставок, концерных мероприятий);
- консультаций в групповом чате театра;
- анкетирования, опросов, собеседований.

Диагностика результатов воспитательной работы осуществляется с помощью:

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

Воспитательная работа осуществляется на основной учебной базе учреждения дополнительного образования «Экология детства» в рамках учебных занятий (беседы, творческие проекты, показы, презентации), а также на выездных площадках, в других организациях во время воспитательных мероприятий (экскурсии в музеи, просмотров кинофильмов, конкурсные показы, выставки) (см. приложение «Календарный план воспитательной работы»), организуемых с помощью и при активном участии родительского сообщества.

РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Методы организации учебно-воспитательного процесса

Ознакомительный	Базовый
одновременная работа со всей группой, метод показа и демонстрации, словесные методы	репродуктивный метод: воспроизведение и повторение способа деятельности по заданиям педагога, метод развития самостоятельности

Специфика учебной деятельности

Уровни	Специфика учебной деятельности
Ознакомительный	выполнение несложных танцевальных элементов.
Базовый	Постановка этюдов. Активное участие в досуговых мероприятиях. Участие в конкурсах на уровне учреждения и муниципального уровня.

Дидактическое обеспечение:

1. Методические видеоматериалы различных направлений хореографии.
2. Видеозаписи современной хореографии.
3. Дидактические разработки, литература по хореографическому искусству.

Материально-техническое оснащение:

1. Наличие оборудованного зала для занятий. В зале должны быть: зеркала, коврики, аудио и видеоаппаратура.
2. Наличие у детей специальной формы для занятий (у мальчиков шорты и футболка, у девочек велосипедки и футболка, либо купальник для занятий и юбка).
3. Музыкальное сопровождение (наличие видеозаписей, диски, флэш-карты)
4. Наличие сценических костюмов для концертных номеров.

Информационное обеспечение

1. Боголюбская М.С. «Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания». Всесоюзный научно-методический центр народного творчества, г. Москва, 1986г.
2. Боголюбская М.С. «Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Бальный танец. Хореографический кружок». Министерство просвещения СССР, г. Москва, 1981г.
3. Иваницкий А.В. , Матов В.В. «Ритмическая гимнастика». Москва «Советский спорт», 1989г.
4. Телегин А.А. «Экспериментальная программа по предмету «Ритмика и Танец». СГПИ, Самара, 1992г.
5. Петрова Л.И. «Детская психология. Адаптация ребёнка в современном мире». Ростов-на-Дону «Феникс», 2007г.
6. Барышникова Т. «Азбука хореографии» Рольф Москва, 2000г.
7. Егорова А. «Как правильно общаться с ребёнком», Астрель СПб, 2007
8. Назарова А.Г. «Танцевать могут все!». Типография ОФТ. г. С-Петербург, 2005 г.
9. Джим Холл Уроки танцев. Лучшая методика обучения танцам. Москва, «Издательство Астрель» -2008год.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

на 2025-2026 учебный год

Продолжительность учебного года:

- начало учебного года с 01 сентября.
- окончание учебного года – 31 августа.

Количество учебных недель – 36 недель.

Количество учебных дней – 273 дня.

Продолжительность каникул - образовательная деятельность по дополнительной общеразвивающей программе ведется в течение всего календарного года, включая каникулярное время.

Дата начала учебного периода – 1 сентября.

Дата окончания учебного периода – 31 мая.

Продолжительность учебной недели – 6 дней.

Праздничные дни:

- 4 ноября – День народного единства;
- 31 декабря, 1 – 8 января – Новогодние каникулы;
- 23 февраля – День защитника Отечества;
- 8 – Международный женский день;
- 1 – 4 мая – Праздник Весны и Труда;
- 9 мая – День Победы.

Правила поведения и техника безопасности на занятиях хореографией

Данная инструкция предназначена для учащихся во избежание несчастного случая.

Учащимся запрещается:

1. Без разрешения педагога заходить в кабинет хореографии;
2. В танц. класс заходить только в сменной обуви и специальной форме для занятий;
3. Волосы должны быть убраны;
4. Перед занятиями снять все украшения: кольца, цепочки, браслеты, часы и др.;
5. Во время занятий обучающиеся должны соблюдать дисциплину:
 - не разговаривать
 - нельзя шуметь, бегать, кричать во время занятий
 - не сидеть и не висеть на станках.
6. Самостоятельно открывать окна и высовываться из них;
7. Приносить колющие и режущие предметы;
8. Во время бросковых батманов соблюдать достаточные интервалы;
9. Аккуратно выполнять растяжки только на разогретые ноги;
10. Упражнения на гибкость и силовые упражнения делать только под присмотром преподавателя;
11. При поточном выполнении упражнений (один за другим) обучающимся во избежание столкновений необходимо соблюдать достаточные интервалы;
12. Выходить разгоряченному на холод;
13. Пить воду во время занятий;
14. При плохом самочувствии обучающийся должен прекратить занятия и сообщить об этом педагогу;
15. Не разрешается школьникам самостоятельно включать и выключать электроприборы, в случае загорания электропроводки необходимо

отключить электроустройства,

16. Категорически запрещается сидеть, висеть на хореографическом станке, при выполнении упражнений запрещается подходить близко к зеркалам, пол кабинета должен быть без щелей, иметь ровную нескользкую поверхность.

17. Приборы отопления должны быть закреплены сетками или щитами, вентиляция и отопление должны обеспечивать воздухообмен.

18. Не оставлять включенные электроприборы без надзора

19. Перед занятием хореографии обязательно снимать серьги, браслеты, кольца

20. Для занятия обязательно должна быть специальная форма одежды.

Диагностика по образовательной программе

Данная диагностика проводится в начале освоения модуля, в середине и в конце освоения модуля. Полученные данные заносятся в таблицу. Педагог отслеживает динамику развития общефизических и двигательных навыков обучающегося и проводит сравнительный анализ.

Оценка общефизического и двигательного развития обучающегося

№	ФИО ребенка	Критерий 1	Критерий 2	Критерий 3	Критерий 4	Критерий 5	Критерий 6
1.							
2.							

Критерии оценки общефизического и двигательного развития

1. Свод стопы
2. Упражнения на координацию (марш в определенной музыкальной раскладке по точкам зала на 8, на 4, на 2, в продвижении по рисунку)
3. Боковой галоп
4. Танцевальный шаг с носка на 2/4, 3/4, 4/4 (ход вперед, ход назад)
5. Подготовка к вращению (шен)
6. Гимнастика («лягушка», «складочка», «корзинка», «свечка»)

Оценка в баллах общефизического и двигательного развития

Высокий уровень – 5 баллов

Средний уровень – 4 балла

Низкий уровень – 3 балла

Высокий уровень. У ребенка хорошо развита координация тела и движения. При маршировке корпус держит прямо. Шаг четкий, правильная отмашка рук. Свободно справляется со сложнокоординированными движениями. Состояние мелкой моторики на высоком уровне.

Средний уровень. Ребенок достаточно координирует свои движения. Умеет точно и уверенно выполнять простые маршевые движения. В более сложных комбинациях не всегда справляется с координированием движений. Марширует не совсем красиво, корпус не подтянутый. Отмашка рук вялая. Состояние мелкой моторики на среднем уровне.

Низкий уровень. Не умеет координировать свои движения. Маршируя, не владеет принципом «противодвижения» т.е. правая рука совпадает с правой ногою, левая рука с левой ногой. Корпус наклонен вперед, шаг не уверенный, не четкий, отмашка рук не правильная. Состояние мелкой моторики находится на низком уровне.

Календарный план воспитательной работы

№	Название события, мероприятия	Месяц	Форма работы	Практический результат и информационный продукт
1	Творческий проект «Осенние Фантазии»	Сентябрь	Игровой тренинг	Фотоотчет в группе ВК
2	Творческий проект «Я учитель»	Октябрь	Мастерская	Фотоотчет в группе ВК
3	Творческий проект ко Дню народного единства	Ноябрь	Проектная деятельность	Фотоотчет в группе ВК
4	Балет «Щелкунчик»	Декабрь	Просмотр балета	Фотоотчет в группе ВК
5	Новогодний праздник	Декабрь	Подготовка к выступлению	Фотоотчет в группе ВК
6	Творческий проект	Февраль	Подготовка к выступлению	Фотоотчет в группе ВК
7	Хореографический спектакль «Маленький принц»	Март	Просмотр концерта	Фотоотчет в группе ВК
8	День танца	Апрель	Игровой тренинг	Фотоотчет в группе ВК
9	Хореографический спектакль «Мы вместе»	Май	Просмотр концерта	Фотоотчет в группе ВК

