Управление образования
администрации Георгиевского муниципального округа
Ставропольского края
муниципальное учреждение дополнительного образования
Дом детского творчества

Принята решением
методического совета
Протокол от 01.09.2026 г. № 1

Утверждаю:
Директор МУДО ДДТ
В.Н. Беликова
Приказ от 01.09.2026 г. № 136

Дополнительная общеразвивающая программа
художественной направленности
«От ритмики к танцу»

Возраст учащихся: 4 - 8 лет
Срок реализации: 3 года

Авторы-составители:
Лейнгард Инна Александровна,
педагог дополнительного образования
Лейнгард Вероника Арменовна,
педагог дополнительного образования

г. Георгиевск
2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Раздел «Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности «От ритмики к танцу»		**3-28**
1.1.	Пояснительная записка	
1.2.	Цель и задачи Программы	
1.3.	Воспитательный потенциал	
1.4.	Содержание Программы	
1.5.	Планируемые результаты	
2. Раздел «Комплекс организационно-педагогических условий»		**29-32**
2.1.	Календарный учебный график	
2.2.	Условия реализации Программы	
2.3.	Формы аттестации. Оценочные материалы	
2.4.	Методические материалы	
2.5.	Список литературы	
3. Приложения		**33-54**

1. Раздел «Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности «От ритмики к танцу»

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «От ритмики к танцу» (далее Программа) определяет содержание образования детей в хореографической студии «Ника» в соответствии с Образовательной программой муниципального учреждения дополнительного образования Дома детского творчества (далее МУДО ДДТ).

Программа разработана в 2017 году и обновлена в 2026 году в соответствии с требованиями Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утверждён приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629.

Программа соответствует требованиям нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утверждён приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;
- СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждённые постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19;
- Устав и локальные акты МУДО ДДТ.

Программа имеет художественную направленность, направлена на приобщение детей дошкольного возраста к танцевальному искусству, привитие им основных навыков умения слушать музыку и передавать в движении ее образное содержание.

Актуальность Программы заключается в том, что содержание учебного материала является основой для приобретения базовых знаний, умений и навыков, с помощью которых предоставляется возможность дальнейшего освоения детьми основ хореографии, ее жанровых особенностей и стилевых направлений. Применение в процессе обучения элементов партерной гимнастики (примерный комплекс упражнений партерной гимнастики - приложение 3) и полуакробатики позволяет

сформировать пластичность движений и силу мышц, что особенно необходимо для физического развития ребенка.

Отличительной особенностью Программы является то, что обучение ведется на основе специально разработанных методов и форм работы, основанных на развитии природного музыкально-двигательного рефлекса и на принципах «дыхательности» и целостности движения. Стиль движения не определяется выворотностью и физическими данными, а является проявлением естественных законов движения человеческого тела.

Программа адресована детям от 4 до 8 лет.

Разработка Программы осуществлялась в соответствии с возрастными психологическими особенностями детей дошкольного возраста.

Прием детей в объединение осуществляется без конкурсного отбора, но обязательным условием является предоставление медицинской справки об отсутствии медицинских противопоказаний для занятий хореографией. Набор осуществляется самозаписью.

Количество учащихся в учебных группах определяется в соответствии с Положением о порядке приёма учащихся в МУДО ДДТ.

Продолжительность освоения Программы – 3 года.

Формы и режим занятий

Обучение по Программе очное.

Занятия проводятся в следующем *режиме:* 2 занятия в неделю по 1 академическому часу, а также 1 занятие в неделю по 2 академических часа и 1 занятие в неделю по 1 академическому часу для первого и второго года обучения (количество часов в год – 72 и 108 соответственно); 3 раза в неделю по 2 академических часа для третьего года обучения (количество часов в год – 216).

Основной *формой* организации образовательного процесса являются учебные занятия (теоретические, практические и теоретико-практические).

Программа является основой образовательного процесса, построенного на последовательном систематическом обучении хореографическим навыкам. Обучаясь по Программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, а специально отобранные движения, выполняемые под музыку, окажут положительное воздействие на здоровье детей. Дети научатся ускорять и замедлять движения, непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером и динамикой музыки, точно и ритмично выполнять движения под музыку.

Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими

танцевальными качествами, на занятиях по ритмики и основ современного танца дети научатся чувствовать себя более раскрепощенными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитать в себе трудолюбие и терпение.

Программа предполагает общекультурный уровень освоения учебного материала, так как в дошкольном возрасте у ребенка сохраняется «зона неопределенности»: он может поменять коллектив, изменить профиль своей деятельности, если в этом есть необходимость.

Общекультурный уровень освоения учебного материала предусматривает расширение художественного кругозора детей, развитие творческих способностей, формирование эстетического вкуса, общей и танцевальной культуры. Учитываются возможности как детского коллектива в целом, так и индивидуальные способности отдельных исполнителей.

Руководство идеей личностно-ориентированного подхода к освоению знаний, умений и навыков учащихся, позволяет педагогу раскрыть и развить индивидуальность и творческую одаренность каждого ребенка, реализовать ее в учебе, творчестве и общении.

Широкое использование в процессе обучения нашли просмотр видеоматериалов хореографических коллективов, посещение концертов и фестивалей хореографического искусства с целью расширения кругозора учащихся и накопления ими опыта работы.

Включение в Программу регионального компонента, который предусматривает изучение традиций танцевального искусства Ставропольского края, способствует росту национального сознания обучающихся и толерантного отношения к другим культурам.

Содержание Программы включает в себя занятия, построенные на классических и современных элементах хореографии с использованием разнообразных танцевальных движений, выстроенных в правильной последовательности с постепенным усложнением учебного материала, где каждое занятие проводится в сюжетно-игровой форме. Такое построение Программы дает возможность педагогу творчески подойти к своей работе, разнообразно и интересно выстроить занятия с детским коллективом.

1.2. Цель и задачи Программы

Цель Программы: развитие творческих способностей и двигательных навыков учащихся средствами хореографического искусства.

Задачи Программы.

Предметные:

сформировать объем знаний по основным элементам классического, русского народного характерного и джаз-модерн танца; обучить самостоятельной работе над созданием образа;

сформировать познавательный интерес к хореографическому искусству;

сформировать чувство стиля и жанра в хореографии.

Метапредметные:

развить двигательные, художественные, психомоторные способности: пластичность, координацию, артистичность;

создать условия для развития индивидуальных способностей и исполнительского мастерства учащихся;

развить физическую выносливость, необходимую в хореографии;

сформировать навыки здорового образа жизни;

развить у детей эстетический вкус и хореографическую культуру.

Личностные:

сформировать интерес к танцевальному искусству (культуре);

воспитать трудолюбие и умение работать в коллективе;

привить основы этики общения.

1.3. Воспитательный потенциал

Деятельность хореографической студии «Ника» (далее - объединение) ориентирована на осуществление комплексного потенциала образовательного процесса: обучения, воспитания и развития личности ребёнка.

Содержание воспитательной деятельности, а также цели, задачи и планируемые результаты на 2026-2027 учебный год по воспитанию учащихся объединения определяются Программой воспитательной деятельности муниципального учреждения дополнительного образования Дома детского творчества на 2025-2030 годы.

Цель воспитания учащихся: развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у учащихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Задачи воспитания учащихся:

- усвоение ими знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социально значимых знаний);
- формирование и развитие личностных отношений к этим нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие);
- приобретение соответствующего этим нормам, ценностям, традициям социокультурного опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений, применения полученных знаний;

- достижение личностных результатов освоения дополнительных общеразвивающих программ.

Задачи реализуются в единстве образовательной и воспитательной деятельности путем проведения комплекса мероприятий (***календарный план воспитательной работы – приложение 1***) по основным направлениям воспитания:

- *гражданское воспитание* - формирование российской гражданской идентичности, принадлежности к общности граждан Российской Федерации, к народу России как источнику власти в Российском государстве и субъекту тысячелетней российской государственности, уважения к правам, свободам и обязанностям гражданина России, правовой и политической культуры;
- *патриотическое воспитание* - воспитание любви к родному краю, Родине, своему народу, уважения к другим народам России; историческое просвещение, формирование российского национального исторического сознания, российской культурной идентичности;
- *духовно-нравственное воспитание* - воспитание на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, справедливости, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков;
- *эстетическое воспитание* - формирование эстетической культуры на основе российских традиционных духовных ценностей, приобщение к лучшим образцам отечественного и мирового искусства;
- *физическое воспитание, формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия* - развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях;
- *трудовое воспитание* - воспитание уважения к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентация на трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде в российском обществе, достижение выдающихся результатов в профессиональной деятельности;
- *экологическое воспитание* - формирование экологической культуры, ответственного, бережного отношения к природе, окружающей среде на основе российских традиционных духовных ценностей, навыков охраны, защиты, восстановления природы, окружающей среды;
- *ценности научного познания* - воспитание стремления к познанию себя и других людей, природы и общества, к получению знаний, качественного образования с учётом личностных интересов и общественных потребностей.

Система организации и проведения мероприятий включает в себя как новые, так и традиционные, повторяющиеся из года в год, что указывает на сложившиеся традиции МУДО ДДТ, подтверждает значимость и особое место в воспитании подрастающего поколения

Формы организации воспитательной деятельности:

массовая работа (культурно-массовые мероприятия);

групповая работа (работа творческих групп, объединений, студий);

индивидуальная работа (индивидуальное консультирование, индивидуальная научно-исследовательская, творческая работа учащихся).

Формы работы с учащимися в процессе воспитательной деятельности:

учебные занятия, беседы нравственного и духовно-нравственного содержания;

социальные, творческие и исследовательские проекты;

отчетные концерты;

конкурсы, турниры, фестивали, праздники, представления, концерты, лагерные смены, игровые программы, выставки;

просмотр мультимедийной продукции;

экскурсии познавательного и профориентационного характера;

тематические беседы эстетической направленности (живопись, музыка, хореография, ремёсла).

Взаимодействие с семьей – одно из важных направлений в воспитательной деятельности объединения.

В основе такого взаимодействия лежат принципы взаимного уважения и доверия, взаимной поддержки и помощи, терпения и терпимости по отношению друг к друг, заинтересованность с двух сторон в раскрытии и развитии в учащемся лучших качеств и свойств, необходимых для самоопределения и самореализации. *Содержание работы с родителями в ходе воспитательной деятельности объединения определяют пять функций:*

ознакомление родителей с содержанием и методикой образовательно-воспитательного процесса (открытые занятия, внеучебные мероприятия);

педагогическое просвещение родителей (лектории, беседы на родительских собраниях, размещение актуальных материалов на информационных стендах для родителей, на официальном сайте МУДО ДДТ и в социальных сетях);

вовлечение родителей в совместную с детьми воспитательную деятельность (гостиные, праздники, конкурсы, участие родителей во всех формах внеучебной деятельности).

Формы работы с семьей:

родительские собрания;

лектории для родителей (законных представителей);

Дни открытых дверей;

творческие мастерские;

индивидуальные консультации;

информационные стенды для родителей (законных представителей).

Под эффективностью воспитательного процесса понимается действенность, результативность, способность обеспечить достижение цели. Эффективность определяется:

степенью стабильности и четкости работы всех звеньев воспитательного процесса;

массовостью участия учащихся в различных мероприятиях;

качеством и результативностью участия учащихся в различных мероприятиях.

Личностные результаты воспитания учащихся включают осознание российской гражданской идентичности, сформированность ценностей самостоятельности и инициативы, готовность к саморазвитию, самостоятельности и личностному самоопределению, наличие мотивации к целенаправленной социально значимой деятельности, сформированность внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, окружающим людям и жизни в целом.

Самоанализ воспитательного процесса, результаты воспитания, социализации и саморазвития учащихся в объединении осуществляется педагогам дополнительного образования в ходе педагогического наблюдения, во время которого он определяет какие прежде существовавшие проблемы личностного развития учащихся удалось решить за минувший учебный год; какие проблемы решить не удалось и почему; какие новые проблемы появились, над чем далее предстоит ему работать. Критерием, на основе которого осуществляется данный анализ, является динамика личностного развития учащихся в объединении.

1.4. Содержание Программы

В процессе работы по Программе соблюдается принцип «от простого к сложному», который предусматривает планомерное распределение учебного материала по следующим этапам:

1 этап – формирование и развитие музыкально-двигательных навыков, музыкально-ритмической координации, осанки, стопы, музыкально-двигательной памяти (1 год обучения);

2 этап – увеличение объема мышечной нагрузки: усложнение лексики, составление простых хореографических композиций, освоение новых технических элементов (2 и 3 года обучения).

Первый год обучения
(4-6 лет)

Тема года: «Развитие ритмических и двигательных способностей».

Учебно-воспитательные задачи года:

обучение навыкам музыкально-двигательного движения;

развитие музыкально-ритмической координации, осанки, стопы, музыкально-двигательной памяти;

воспитание у детей умения слушать, воспринимать, оценивать музыку.

Учебный план (72ч.)

№ п/п	Тема	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы контроля/ аттестации
1.	**Введение**	**3**	**3**	**—**	Беседа
1.1	**Знакомство с миром танца. Инструктаж по ТБ**	1	1	—	
1.2	Знакомство с танцевальными движениями и положением рук и ног	2	2	—	
2.	**Основы ритмики**	**32**	**2**	**30**	Педагогическое наблюдение, анализ исполнения, выступления на мероприятиях, концертах, конкурсах
2.1	Танцевальные движения (шаги, движения рук)	5	—	5	
2.2	Танцевальные движения (прыжки, движения рук)	7	1	6	
2.3	Партерная гимнастика	20	1	19	
3.	**Репетиционно-постановочная работа**	**37**	**5**	**32**	Педагогическое наблюдение, анализ исполнения, выступления на мероприятиях, концертах, конкурсах
3.1	В гостях у ежика	7	1	6	
3.2	Лягушонок-озорник	7	1	6	
3.3	Пестрые ленточки	7	1	6	
3.4	Наш любимый танец	14	1	13	
3.5	Итоговое занятие. Промежуточная аттестация	2	1	1	Тест, отчётный концерт
Итого		**72**	**10**	**62**	

Учебный план (108ч.)

№ п/п	Тема	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы контроля/ аттестации
1.	**Введение**	**3**	**3**	**-**	беседа
1.1.	Введение. Знакомство с миром танца.	1	1	-	

	Инструктаж по ТБ				
1.2.	Знакомство с танцевальными движениями и положением рук и ног	2	2	-	
2.	**Основы ритмики**	**51**	**2**	**49**	педагогическое наблюдение, анализ исполнения, выступления на мероприятиях, концертах, конкурсах
2.1.	Танцевальные движения (шаги, движения рук)	10	-	10	
2.2.	Танцевальные движения (прыжки, движения рук)	10	1	9	
2.3.	Партерная гимнастика	31	1	30	
3.	**Репетиционно-постановочная работа**	**54**	**5**	**49**	педагогическое наблюдение, анализ исполнения, выступления на мероприятиях, концертах, конкурсах
3.1.	В гостях у ежика	10	1	9	
3.2.	Лягушонок-озорник	10	1	9	
3.3.	Пестрые ленточки	10	1	9	
3.4.	Наш любимый танец	22	1	21	
3.5.	Итоговое занятие. Промежуточная аттестация	2	1	1	тест, отчётный концерт
Итого:		**108**	**10**	**98**	

Содержание учебного плана

1. Введение в предмет

Теория. Просмотр танцевальных постановок известных детских хореографических коллективов. Формирование познавательного интереса к хореографическому искусству через сюжетную игру «В мире животных».

Инструктаж по технике безопасности, правила поведения в танцевальном классе.

2. Основы ритмики

2.1. Танцевальные движения (шаги, движения рук)

Практика. Разучивание танцевальных движений для ног:

танцевальный шаг с носка;

танцевальный шаг на полупальцах;

прыжки на двух ногах с продвижением вперед и вокруг себя (движение «зайчика»);

пружинистые приседания с одновременными хлопками в ладоши на каждый счет («движение обезьянки»);

поочередное сгибание и разгибание ног – танец «обезьянки».

Положения рук:

руки на поясе;

«лапки зайчика» – руки согнуты в положении перед грудью, локти и кисти направлены вниз;

«лапки обезьянки» – руки от плеча до локтя находятся параллельно полу, от локтя до кисти перпендикулярно полу, пальцы рук растопырены.

2.2. Танцевальные движения (прыжки, движения рук)

Теория. Углубление знания детей о повадках животных через имитационные танцевальные движения. Закрепление навыка исполнения движений. Развитие музыкального и выразительного исполнения движений.

Практика. Разучивание танцевальных движений (прыжки):

прыжки на двух ногах с одновременными хлопками в ладоши на каждый счет (движение «уточки»);

полуприседание (demi-plie) с работой «хвостика» вправо-влево (движение «уточки»);

повороты на полупальцах вокруг себя (движение «бабочки», «лисички»);

бег на полупальцах (pas couru) – «полет бабочки».

Положения рук:

«крылышки уточки» – локти прижаты к корпусу, кисти рук направлены на себя, ладони направлены вниз параллельно полу;

«лапки лисички» – правая рука ровная поднята вверх, левая рука находится за корпусом, кисти рук выполняют вращательные движения;

«крылышки бабочки» – ровные руки плавно поднимаются и опускаются вверх-вниз.

2.3. Партерная гимнастика (приложение 2. Примерный комплекс упражнений партерной гимнастики).

Теория. Изучение упражнений: на развитие позвоночника, укрепление всех групп мышц.

Практика.

«Достать до солнышка»

Упражнения для укрепления мышц спины.

«Складочка»

Упражнение для мышц спины и брюшного пресса.

«Лягушка»

Упражнение на развитие выворотности и эластичности ног.

«Растем-растем!»

Упражнение на напряжение и расслабление всех мышц (лежа на спине). В партерном экзерсисе упражнения на развитие гибкости следует начинать тогда, когда мышцы становятся более эластичными. Гибкость тела начинающего заниматься хореографией ребенка можно определить величиной прогиба назад и вперёд.

«Черепашки», «Коробочка», «Корзиночка»

Упражнения на развитие гибкости позвоночника.

«Уголок» лежа на спине, «Уголок» лежа на животе, «Качалочка»

Упражнение для силы мышц спины и брюшного пресса.

«Уголок», «Березка»

Упражнение для силы спины и мышц брюшного пресса.

«Тянем-потянем»

Упражнение на развитие выворотности и танцевального шага.

Упражнение на укрепление мышц бедра.

Растяжка

Физиологическая сущность растяжки заключается в том, что при растягивании мышц и удержании определенной позы в них активизируется процессы кровообращения и обмена веществ.

Шпагат.

Поперечный шпагат.

Основные правила применения упражнений в растягивании:

не допускаются болевые ощущения;

движения выполняются в медленном темпе;

постепенно увеличивается их амплитуда.

Благодаря системе и комплексу упражнений партерной гимнастики с каждым занятием ребёнку становится интереснее и легче выполнять физически сложные упражнения. В занятиях ребёнок познаёт себя, раскрывает свои физические возможности, которые ему пригодятся в дальнейшем.

3. Репетиционно-постановочная работа

3.1. В гостях у ежика

Теория. Углубление и закрепление имитационных движений. Музыкальное и характерное исполнение повадок животных. Развитие у детей образного мышления, фантазии, воображения через наглядную деятельность (применение атрибутов). Подготовка детей к самостоятельной смене движений с изменением характера музыки.

Практика. Выполнение танцевальных движений:

мелкие шаги в demi-plie (походка «ежика»);

поочередный вынос ног вперед на пятку;

поочередное притопывание ногами на одном месте;

повороты вокруг себя с «походкой ежика»;

наклон корпусом вперед («ежик кланяется»);

Положения рук:

двумя руками держать мячик;

погрозить пальчиком.

3.2. Лягушонок-озорник

Теория. Расширение представления детей о разнообразии животного мира, разучивание характерных движений.

Практика. Закрепление умений удерживать правильные положения рук, корпуса, ног во время исполнения шагов, прыжков и других имитационных движений. Развитие эластичности мышц, пластичности движений и выразительности образа в соответствии с характером музыки.

Выполнение танцевальных движений:

шаги на месте и по кругу, поднятие ног высоко в стороны по II полувыворотной позиции («шаги лягушат»);

повороты вокруг себя с поднятием ног высоко в стороны по II полувыворотной позиции;

прыжки (soute) по II выворотной позиции ног;

полуприседание (demi-plie) по II полувыворотной позиции с наклонами корпуса (port de bras) вправо-влево.

Положения рук:

руки от плеча до локтя находятся параллельно полу, руки от локтя направлены вверх, все пальцы растопырены (имитация лапок лягушонка).

3.3. Пестрые ленточки

Теория. Развитие музыкально-ритмической координации движений, выразительности движений в соответствии с характером музыки с использованием предметов.

Практика. Развитие умения перестраиваться из большого круга в маленький и – наоборот, не держась за руки, не соблюдая правильных форм круга. Развитие умения работы с лентой:

поочередное поднятие рук вверх-вниз;

круговые движения руками;

«змейка»;

«водопад».

3.4. Наш любимый танец

Теория. Повторение и закрепление пройденного материала за учебный год.

Практика. Разучивание танцевальной постановки «Куколки» с применением движений, изученных за год. Формирование настойчивости и выдержки в достижении результатов на занятиях хореографией. Работа над музыкальной, выразительной и эмоциональной передачей характерных движений в танце.

3.5. Итоговое занятие. Промежуточная аттестация

Теория. Тест.

Практика. Демонстрация знаний, умений и навыков учащихся на итоговом занятии. Танцевальная постановка «Куколки».

Второй год обучения
(5-7 лет)

Тема года: «Развитие ритмических и двигательных способностей».

Учебно-воспитательные задачи года:

обучение навыкам музыкально-двигательного движения.

развитие музыкально-ритмической координации, осанки, стопы, музыкально-двигательной памяти;

воспитание у детей умения слушать, воспринимать, оценивать музыку.

Учебный план

№ п/п	Тема	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы контроля/ аттестации
1.	**Введение**	**2**	**2**	**-**	беседа
1.1	Введение. Инструктаж по ТБ.	1	1	-	
1.2.	Современный танец как часть хореографического искусства	1	1	-	
2.	**Модерн-джаз танец**	**63**	**6**	**57**	педагогическое наблюдение, анализ исполнения, выступления на мероприятиях, концертах, конкурсах
2.1.	Разогрев (у станка, в партере, на середине)	3	1	2	
2.2.	Изоляция	6	1	5	
2.3.	Партерная гимнастика	22	2	20	
2.4.	«Adagio»	6	-	6	
2.5.	Кросс	11	1	10	
2.6.	Комбинация	15	1	14	
3.	**Основы классической хореографии**	**43**	**6**	**37**	педагогическое наблюдение, анализ исполнения, выступления на мероприятиях, концертах, конкурсах
3.1.	Экзерсис у палки	11	1	10	
3.2.	Упражнения на середине класса	5	1	4	
3.3.	Движения группы «Allegro»	4	-	4	
3.4.	Движения группы «Adagio»	4	-	4	
3.5.	Движения по диагонали (основные виды шага, верчение, прыжки)	7	1	6	
3.6.	Композиции	10	2	8	
3.7.	Итоговое занятие. Промежуточная аттестация	2	1	1	тест, отчётный концерт
Итого:		**108**	**14**	**94**	

Учебный план (216 ч.)

№ п/п	Тема	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы контроля/ аттестации
1.	**Введение**	**2**	**2**	**-**	беседа
1.1	Введение. Современный танец как часть хореографического искусства Инструктаж по	2	2	-	

	ТБ.				
2.	**Модерн-джаз танец**	**54**	**12**	**42**	педагогическое наблюдение, анализ исполнения, выступления на мероприятиях, концертах, конкурсах
2.1.	Разогрев (у станка, в партере, на середине)	12	4	8	
2.2.	Изоляция	6	-	6	
2.3.	Партерная гимнастика	6	-	6	
2.4.	«Adagio»	6	-	6	
2.5.	Кросс	6	2	4	
2.6.	Комбинация	18	6	12	
3.	**Основы классической хореографии**	**160**	**6**	**154**	педагогическое наблюдение, анализ исполнения, выступления на мероприятиях, концертах, конкурсах
3.1.	Экзерсис у палки	26	2	24	
3.2.	Упражнения на середине класса	20	-	20	
3.3.	Движения группы «Allegro»	26	-	26	
3.4.	Движения группы «Adagio»	26	-	26	
3.5.	Движения по диагонали (основные виды шага, верчение, прыжки)	20	-	20	
3.6.	Композиции	38	2	36	
3.7.	Итоговое занятие. Промежуточная аттестация	4	2	2	тест, отчётный концерт
Итого:		**216**	**20**	**196**	

Содержание учебного плана

1. Введение

Теория. Современный танец, его особенности, виды и содержание. Характеристика джаз-модерн танца.

Форма и режим занятий в коллективе.

Инструктаж по технике безопасности, правила поведения в танцклассе.

2. Модерн-джаз танец

2.1. Разогрев (у палки, в партере, на середине)

Теория. Понятие о комбинации с использованием элементов классической хореографии, джазового и модерн танцев.

Практика. Выполнение простой комбинации с использованием элементов классической хореографии, джазового и модерн танцев:

движения, заимствованные из классического танца: demi и grand plie, battement tendu, battement jete, rond de jambe;

движение танца модерн или других танцевальных техник: prance pas tortilla, catch step;

упражнения для развития подвижности позвоночника: contraction-release, tilt, body roll, flat back, curve, arch.

2.2. Изоляция

Теория. Изучение движений для всех центров отдельно и в сочетании двух в обычной ритмической пульсации (4/4) и с использованием полиритмии.

Практика. Выполнение движений для всех центров отдельно и в сочетании двух в обычной ритмической пульсации (4/4) и с использованием полиритмии:

голова: наклоны вперед, назад; наклоны вправо, влево; повороты вправо, влево, zudari, фиксированный полукруг, свинговый полукруг;

плечи: подъем одного, двух плеч вверх; движение плеч вперед, назад; tvist плеч, шейк плеч;

грудная клетка: движение из стороны в сторону, вперед-назад, квадрат, полукруги, thrust low baack;

таз (пелвис): движения вперед-назад, из стороны в сторону; hip lift, shimmy, крест, квадрат, полукруги, круги;

руки: flex, круги кистью вперед-назад, то же предплечьем, locomotor;

ноги: движения стопы (releve); позиция ног – I параллельная, I аут, II параллельная, II аут.

2.3. Партерная гимнастика

Теория. Изучение упражнений: на развитие позвоночника, укрепление всех групп мышц (подкачки), стретч-характера, элементов полуакробатики и на смену уровней.

Практика.

Выполнение упражнений на развитие позвоночника:

«складочка»;

«кошечка»;

«мостик»;

«рыбка»;

«корзинка»;

изгибы торса, наклоны торса.

Выполнение упражнений на укрепление мышц (подкачки):

статические и динамические для всех групп мышц в различных позициях.

Выполнение упражнений стретч-характера:

статический и динамический стретчинг в положениях сидя и лежа;

джазовый шпагат;

point и pinch позиции, соссух-позиция, svastica;

«лягушка» и ее варианты;

«уточка», «полулотос», «лотос», «узелок»;

шпагаты (продольный и поперечный).

Выполнение элементов полуакробатики:

перекаты в стороны, назад, в стойку на лопатки;

«полумост», «мост»;

подготовительное движение в стойке на руках;

через волну стойка на грудь;

кувырок вперед и назад;

подготовительное движение к перевороту через плечо;

силовые упражнения в упор на руки («уголок» и др.);

подготовительное упражнение к перевороту «колесо».

Выполнение упражнений на смену уровней:

из положения сидя переход в упор лежа;

перевороты со спины на живот и обратно;

перекат в группировке на лопатки и в обратном порядке с выходом в стойку на стопы;

составление «цепочек» (2-3 в одном занятии).

2.4. «Adagio»

Практика.

Выполнение движений:

на устойчивость и развитие высоты подъема стопы;

вращения на двух ногах и на одной по ¼ круга в разные стороны на полный круг;

выполнение упражнений в пространственном расположении торса (epaulement);

выполнение упражнений, заимствованных из классического танца для ног: battement developpe, battement fondu, demi rond, flex стопы;

движения торса: contraction- release, tilt, body roll, flat back, curve, arch;

позы и положения: Т-позиция, epaulement, attitudes;

вспомогательные динамические движения и связующие шаги: degage, step boll change;

вращения: tur chene, на месте, по кресту, pirouettes ¼, ½, на полный круг – en dehors.

2.5. Кросс

Теория. Изучение шагов в разной танцевальной манере с мультипликацией, прыжков с двух ног на две с продвижением. Изучение вращения вокруг оси и по диагонали. Составление «цепочек».

Изучение всех шагов фольклорного танца осуществляется в координации не более двух изолированных центров.

Практика. Выполнение шагов:

фольклорного танца (flat step, tap step, camel valk, sugar leg);

в джаз манере (скрестный шаг, шаг с мультипликацией, триплет), шаги координируются с руками в оппозицию (противоход), шаги по квадрату;

связующие шаги (pas chasse, pas de bourree, degage).

Выполнение прыжков:

подскоки (hop);

sauté по I, I-аут позициям;

поджатый прыжок;

с двух ног на две (jump);

с одной ноги на другую с продвижением (leap).

Выполнение вращений на месте:

pirouettes ¼, ½, на полный круг – en dehors, на двух ногах на releve и в demi plie.

Выполнение вращений с продвижением по классу:

tour chaine на полной стопе и в demi plie.

2.6. Комбинация

Теория. Изучение различных видов шагов с движениями двух изолированных центров, вращениями, прыжками и сменой уровня. Каждая комбинация изучается в течение 3-5 занятий.

Практика. Выполнение различных видов шагов с движениями двух изолированных центров, вращениями, прыжками и сменой уровня.

Разучивание простых комбинаций из танцев «диско», «кантри», «стрит-джаз», «рок-н-ролл».

3. Основы классической хореографии

3.1. Экзерсис у палки

Теория. Изучение различных видов специально разработанных упражнений или композиций для развития всех групп мышц голеностопа, бедер, корпуса и рук.

Практика. Постановка корпуса, рук, ног по позициям (VI, I, II, III).

Экзерсис у палки:

battement tendu из VI и I позиций;

battement tendu из plie по VI и I позициям;

demi plie и grand plie;

demi rond de jambe par terre (en dehors-en dedans);

passé par terre;

положение ноги на cou de pied;

rond de jambe par terre (en dehors-en dedans);

battement tendu jete;

battement tendu pour le pied;

battement frappe;

battement fondu;

releve;

battement releve lent.

3.2. Упражнения на середине класса

Теория. Изучение различных видов специально разработанных упражнений или композиций для развития устойчивости (апломба), пространственного мышления.

Практика.

Выполнение упражнений:

epaulement;

port de bras (I, II);

позы классического танца;

temps lie;

pas de bourree;

arabesque (I, II).

3.3. Движения группы «Allegro»

Практика.

Выполнение упражнений на разные виды прыжков:

temps leve saute;

changement de pied;

pas echappe на II позицию;

pas assamble;

pas balance;

sissonne simple;

sissonne ferme;

pas jete.

3.4. Движения группы «Adagio»

Практика (4 ч)

Выполнение упражнений:

allonge;

pirouette на четверть и половину круга.

Отработка temps lie простейшей вариации основных элементов.

3.5. Движения по диагонали (основные виды шагов, верчений, прыжков)

Теория. Изучение и составление простейших «цепочек», выполняемых по диагоналям.

Практика

Выполнение упражнений:

переменный шаг;

шаг pas couru;

шаг suivie;

pas ciseaux;

pas chasse;

pas de chat;

saute;

assamble;

простейшие «цепочки».

3.6. Композиции

Теория. Изучение и составление простейших композиций из основных элементов классического танца (в количестве двух или четырех) с основными позициями рук.

Практика. Отработка каждой композиции в течение 2-5 занятий.

3.7. Итоговое занятие. Промежуточная аттестация

Теория. Тест.

Практика. Демонстрация знаний, умений и навыков учащихся на итоговом занятии, проводимом в форме концерта.

Третий год обучения
(6-8 лет)

Тема года: «Развитие творческой активности учащихся».

Учебно-воспитательные задачи года:

обогащение объема знаний, умений и навыков учащихся за счет введения новых двигательных приемов и выразительных средств;

совершенствование приемов музыкально-двигательной выразительности, осанки, работы стоп; развить пластику тела; развитие двигательного воображения;

воспитание творческой активности в освоении хореографических приемов.

Учебный план

№ п/п	Тема	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы контроля/ аттестации
1.	**Введение**	**2**	**2**	**-**	беседа
1.1.	Вводное занятие: «Танцевальный клондайк»	2	2	-	
2.	**Модерн-джаз танец**	**54**	**4**	**50**	педагогическое наблюдение, анализ исполнения, выступления на мероприятиях, концертах, конкурсах
2.1.	Разогрев (у палки, по центру, в партере)	8	2	6	
2.2.	Изоляция и координация	8	-	8	
2.3.	Партерная гимнастика	12	-	12	
2.4.	«Adagio», упражнения для развития позвоночника	8	-	8	
2.5.	Кросс	8	2	6	
2.6.	Комбинация	10	-	10	
3.	**Основы классической хореографии**	**70**	**2**	**68**	педагогическое наблюдение, анализ исполнения, выступления на мероприятиях, концертах, конкурсах
3.1.	Классический экзерсис у палки	**14**	**2**	**12**	
3.2.	Упражнения на середине класса	**10**	**-**	**10**	
3.3.	Движения группы «Allegro»	**8**	**-**	**8**	
3.4.	Движения группы «Adagio»	**10**	**-**	**10**	
3.5.	Движения по диагонали (основные виды шага, верчение, прыжки)	**16**	**-**	**16**	
3.6.	Композиция	**12**	**-**	**12**	
4.	**Репетиционно-постановочная работа**	**88**	**4**	**84**	педагогическое наблюдение, анализ
	Модерн-джаз танец. Композиции:	50	2	48	

	«Крутышки», «Цветочный бум» (эстрадный танец) «Журавли» (военно-патриотический)				исполнения, выступления на мероприятиях, концертах, конкурсах
	Основы классической хореографии: этюды	38	2	36	
	Итоговое занятие. Аттестация по итогам освоения Программы.	**2**	1	1	Тест, отчетный концерт
Итого:		**216**	**15**	**201**	

Содержание учебного плана

1. Введение

Теория. Беседа о видах и разнообразии хореографического искусства. Создание зрительного образа с применением освоенных движений. Определение характера танца по движениям и музыкальному сопровождению.

Инструктаж по технике безопасности, правила поведения в танцклассе.

2. Модерн-джаз танец

2.1. Разогрев (у палки, в партере, на середине)

Теория. Понятие о комбинации, последовательности (succession), выравнивания (alignment), оппозиции (opposition), о весе (weight) с использованием элементов классической хореографии, джазового и модерн танцев.

Практика. Выполнение комбинации с использованием элементов классической хореографии, джазового и модерн танцев:

движения, заимствованные из классического танца: demi и grand plie, battement tendu, battement jete, rond de jambe, battement developpe, battement frappe;

движение танца модерн или других танцевальных техник: prance pas tortilla, catch step, body roll;

упражнения для развития подвижности позвоночника: contraction-release, tilt, flat back, deep body bend, curve, arch.

2.2. Изоляция и координация

Практика. Выполнение движений для всех центров отдельно и в сочетании двух с использованием полиритмии, оппозиционных, параллельных движений, оппозиционные крест и квадрат:

голова: наклоны вперед, назад; наклоны вправо, влево; повороты вправо, влево, zudari, фиксированный полукруг, свинговый полукруг;

плечи: подъем одного, двух плеч вверх; движение плеч вперед, назад; tvist плеч, шейк плеч;

грудная клетка: движение из стороны в сторону, вперед-назад, квадрат, полукруги, thrust low baack;

таз (пелвис): движения вперед-назад, из стороны в сторону; hip lift, shimmy, крест, квадрат, полукруги, круги;

руки: flex, круги кистью вперед-назад, то же предплечьем, locomotor;

ноги: движения стопы (releve); позиция ног – I параллельная, I аут, II параллельная, II аут;

простые комбинации на развитие пространственного мышления с использованием поворотов на 90 градусов и джазовых прыжков.

2.3. Партерная гимнастика

Практика.

Выполнение упражнений на развитие позвоночника, укрепление мышц (подкачки), статических и динамических упражнений стрейч-характера:

«складочка»;

«кошечка»;

«мостик»;

«рыбка»;

«корзинка»;

изгибы торса, наклоны торса;

статический и динамический стретчинг в положениях сидя и лежа;

джазовый шпагат;

point и pinch позиции, соссух-позиция, svastica;

«лягушка» и ее варианты;

«уточка», «полулотос», «лотос», «узелок»;

шпагаты: продольный, поперечный, вертикальный с наклоном торса вниз.

Выполнение элементов полуакробатики:

усложненный вариант элемента «мост»;

стойка на грудь;

переворот через плечо;

силовые упражнения в упор на руки («уголок» и др.);

переворот «колесо».

Выполнение упражнений на смену уровней:

из положения сидя переход в упор лежа;

перекат в группировке на лопатки и в обратном порядке с выходом в стойку на стопы через «мост»;

составление «цепочек» (2-3 в одном занятии).

2.4. «Adagio», упражнения для развития позвоночника

Практика. Выполнение композиций из основных элементов классического танца и танца модерн на отработку устойчивости (апломба), развитие высоты подъема стопы, отработка вращений в позах, пространственного расположения:

выполнение упражнений, заимствованных из классического танца для ног: battement developpe, battement fondu, demi rond, flex стопы, renverse из позы attitude croise, сопровождающееся pas de bouree en tournant;

движения торса: contraction- release, tilt, body roll, flat back, curve, arch, roll down, roll up, chimmi, side stretch;

вспомогательные динамические движения и связующие шаги: degage, step boll change;

вращения: джазовое tur chene и его варианты, джазовый pirouettes на двух ногах и на одной в разные стороны (en dehors-en dedans) на 1-2 оборота.

2.5. Кросс

Теория. Изучение шагов в разной танцевальной манере с мультипликацией, прыжков с двух ног на две, с одной на другую с продвижением. Изучение вращения вокруг оси и по диагонали. Составление «цепочек».

Изучение всех шагов фольклорного танца (афротанец), шагов в джаз манере, связующих и вспомогательных шагов осуществляется в координации двух-трех изолированных центров.

Практика.

Выполнение шагов:

фольклорного танца (flat step, двойной flat step вправо-влево, tap step, camel valk, sugar leg), шаги из группы латиноамериканских танцев;

в джаз манере (скрестный шаг, шаг с мультипликацией – триплет), в джаз манере, шаги координируются с руками в оппозицию (противоход), шаги по квадрату;

связующие шаги (pas chasse, pas de bourree, degage, glissade, pas chasse), выполняемые на demi plie.

Выполнение прыжков:

подскоки (hop);

sauté по I, I-аут позициям;

поджатый прыжок;

с двух ног на две (jump);

с одной ноги на другую с продвижением (leap).

Выполнение вращений на месте:

pirouettes на полный круг – en dehors-en dedans на releve и в demi plie.

Выполнение вращений с продвижением по классу:

джазовое tour chaine на полной стопе, на releve и в demi plie.

2.6. Комбинация

Практика. Выполнение различных видов шагов с движениями двух-трех изолированных центров, вращениями, прыжками и сменой уровня.

Разучивание простых комбинаций из танцев «диско», «кантри», «стрит-джаз», «рок-н-ролл», «хип-хоп», «афроджаз».

3. Основы классической хореографии

3.1. Классический экзерсис у палки

Теория. Изучение различных видов специально разработанных упражнений или композиций для развития всех групп мышц голеностопа, бедер, корпуса и рук.

Практика.

Постановка корпуса, рук, ног по позициям (VI, I, II, III).

Экзерсис у палки:

battement tendu из VI и I позиций;

battement tendu из plie по VI и I позициям;
demi plie и grand plie;
demi rond de jambe par terre (en dehors-en dedans);
passé par terre;
demi rond de jambe en lair;
положение ноги на sur le cou de pied;
rond de jambe par terre (en dehors-en dedans);
battement tendu jete;
battement frappe, double frappe;
battement fondu;
releve;
battement releve lent;
battement soutenu на 45 градусов;
полуповорот в V позиции на полупальцах;
battement developpe, passé на 90 градусов;
epaulement;
маленькие позы.

3.2. Упражнения на середине класса

Практика.

Выполнение упражнений:
epaulement;
temps lie;
pas de bourree;
pas balance;
arabesque (I, II, III, IV на 90 градусов);
a la seconde;
поворот в V позиции на полупальцах.

3.3. Движения группы «Allegro»

Практика.

Выполнение упражнений на разные виды прыжков:
temps leve saute;
grand changement de pied;
pas echappe из V во II позицию;
pas echappe (на одну ногу);
pas assamble в позах;
double assamble;
sissonne simple;
sissonne ferme;
pas jete (в маленьких позах);
pas glissade;
pas de basque;
sissonne ouverte.

3.4. Движения группы «Adagio»

Практика. Выполнение композиции из ранее изученных элементов классической хореографии на temps lie с применением allonge и всех видов port de bras (I - IV).

3.5. Движения по диагонали (основные виды шагов, верчений, прыжков)

Практика.

Выполнение композиций с применением элементов и degage:

pas couru;
suivie;
pas chasse;
pas de chat;
pas amboite;
grand pas de chat;
saute;
temps leve saute;
grand changement de pied;
pas echappe из V во II позицию;
pas echappe (на одну ногу);
pas assamble в позах;
double assamble;
sissonne simple;
sissonne ferme;
pas jete (в маленьких позах);
pas glissade;
pas de basque;
sissonne ouverte;
tour pique;
tour chaines.

3.6. Композиция

Практика. Отработка каждой композиции в течение шести-восьми занятий соло, в паре и группе.

4. Репетиционно-постановочная работа

4.1. Модерн-джаз танец

Теория. Изучение стиля и направления танцевальной постановки, театрализация, культура, локоника движения.

Практика. Разучивание танцевальных постановок: «Крутышки», «Цветочный бум» (эстрадный танец), «Журавли» (военно-патриотический).

4.2. Основы классической хореографии: этюды

Теория. Изучение и составление несложных композиций и этюдов из основных элементов классического танца с основными классическими позициями и позами.

Практика. Разучивание танцевальных постановок и этюдов: «Птицы», «Солнечный дождь» (деми-классика).

4.3. Итоговое занятие. Аттестация по итогам освоения Программы

Теория. Тест.

Практика. Демонстрация знаний, умений и навыков учащихся на итоговом занятии, проводимом в форме концерта.

1.5. Планируемые результаты

Ожидаемые результаты первого года обучения.

Учащиеся должны знать:

различные виды хореографии, иметь понятие о современном танце;

шаги, прыжки, элементы партерной гимнастики.

Уметь:

держать правильную осанку;

выразительно, эмоционально передавать характер хореографических образов в танцевальных постановках;

проявлять самостоятельность и соблюдать культуру поведения;

исполнять шаги, прыжки, элементы партерной гимнастики;

соблюдать координацию и пластичность исполнения движений;

музыкально, ритмично исполнять изученные танцевальные движения.

Ожидаемые результаты второго года обучения.

Учащиеся должны знать:

основные элементы изучаемых танцев;

названия движений;

музыкальные размеры 2/4,3/4.

Уметь:

внимательно слушать музыку;

правильно выполнять хореографические движения;

воспроизводить ритмическую пульсацию музыкальных размеров 2/4,3/4;

различать динамические изменения в музыке;

создавать музыкально-двигательный образ.

Ожидаемые результаты третьего года обучения.

Учащиеся должны знать:

основные движения изучаемых танцев;

названия движений;

музыкальные размеры 2/4, 3/4, 4/4.

Уметь:

ощущать ритмическую пульсацию;

исполнять приемы хореографического движения в музыкальном сопровождении;

средствами пластики выражать задаваемый образ;

общаться в коллективе, проявлять творческую инициативу.

Планируемые результаты обучения:

Предметные:

формирование объема знаний по основным элементам классического и джаз-модерн танца; обучение самостоятельной работе над созданием образа;

формирование познавательного интереса к хореографическому искусству;

формирование чувства стиля и жанра в хореографии.

Метапредметные:

развитие двигательных, художественных, психомоторных способностей: пластичности, координации, артистичности;

развитие индивидуальных способностей и исполнительского мастерства учащихся;

развитие физической выносливости, необходимой в хореографии;

формирование навыков здорового образа жизни;

развитие у детей эстетического вкуса и хореографической культуры.

Личностные:

формирование интереса к танцевальному искусству (культуре);

воспитание трудолюбия и умения работать в коллективе;

привитие основ этики общения.

2. Раздел «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график (***приложение 8***) - составная часть Программы составлен в соответствии с календарно-учебным графиком МУДО ДДТ на 2026-2027 учебный год.

Календарный учебный график устанавливает конкретные календарные сроки реализации Программы в соответствии с учебным планом с учётом праздничных и выходных дней, составлен для каждой учебной группы.

2.2. Условия реализации Программы

Материально-техническое обеспечение Программы.

Важным условием выполнения Программы является достаточный уровень материально-технического обеспечения:

наличие хореографического зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;

качественное освещение в дневное и вечернее время;

музыкальная аппаратура, аудиозаписи,

специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером – коврик);

костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями).

Кадровое обеспечение реализации Программы.

Для обеспечения реализации Программы необходимо наличие педагога, владеющего методикой обучения хореографии и имеющего опыт работы с детским хореографическим коллективом, включая детей дошкольного возраста.

2.3. Формы аттестации. Оценочные материалы

Освоение Программы сопровождается текущим контролем успеваемости, промежуточной аттестацией учащихся и аттестации по итогам освоения Программы. Данные, полученные в ходе аттестации, обрабатываются и переходят в статистические данные, позволяющие судить об эффективности образовательного процесса, как в целом, так и по каждому учащемуся в объединении отдельно.

Текущий контроль проводится в течение всего учебного года для отслеживания уровня усвоения теоретических знаний, практических умений и своевременной корректировки образовательного процесса.

Уровень усвоения материала выявляется при проведении бесед, организованного просмотра выступлений; он позволяет справедливо и объективно оценить работу каждого, сравнить, сделать соответствующие

выводы. В течение всего периода обучения педагог ведет педагогическое наблюдение за творческим развитием каждого учащегося.

Результативность обучения так же определяется участием в конкурсах различного уровня. В течение каждого учебного года учащиеся принимают активное участие в городских, зональных и краевых конкурсах и мероприятиях.

Промежуточная аттестация проводится в форме диагностики знаний, умений и навыков (ЗУН) по уровням «высокий», «средний» и «низкий» по соответствующим критериям. в форме зачёта: теория - тест (***приложение - 3, 4***), практика - отчётный концерт. Результаты промежуточной аттестации заносятся в диагностические карты (***приложение 6***).

При отслеживании результатов работы по программе учитывается участие учащихся в конкурсах и концертах.

Аттестация по итогам освоения Программы проводится в форме диагностики знаний, умений и навыков (ЗУН) по уровням «высокий», «средний» и «низкий» по соответствующим критериям в форме зачёта: теория – тест (***приложение - 5***), практика – отчётный концерт. Результаты промежуточной аттестации Результаты промежуточной аттестации вносятся в протокол (***приложение 7***).

2.4. Методические материалы

Программа обеспечена различными разработками практических заданий, предполагающих организацию индивидуальной и коллективной работы учащихся, бесед о хореографическом искусстве, наглядными пособиями и дидактическими материалами.

Обучение проводится в очной форме в учебных группах с детьми, близкими по возрасту с постоянным составом.

Методы организации учебно-воспитательного процесса.

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

словесный метод, с помощью которого раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.;

метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям;

метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения;

метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения-образы.

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности учащихся:

объяснительно-иллюстративный – учащиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;

репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;

частично-поисковый – участие детей в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом;

исследовательский – самостоятельная творческая работа учащихся.

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности учащихся на занятии:

фронтальный – одновременная работа со всеми учащимися;

коллективный – организация творческого взаимодействия между всеми учащимися при создании коллективной работы;

индивидуально-фронтальный – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;

индивидуальный – индивидуальное выполнение заданий, решение проблем.

На учебных занятиях используются следующие *приемы*:

комментирование;

инструктирование;

корректирование.

Для достижения цели, задач и содержания программы в процессе обучения необходима опора на следующие *хореографические принципы*:

принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;

принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;

принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;

принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;

принцип движения от простого к сложному как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов классического, народного, современного танца;

принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;

принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;

принцип доступности и посильности;

принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

Формы организации учебного занятия: беседа, конкурс, концерт, праздник, представление, мастер-класс, открытое занятие, фестиваль.

Педагогические технологии: технология индивидуализации обучения, технология коллективного взаимообучения, технология развивающего обучения, технология исследовательской деятельности, коммуникативная тех

Дидактические материалы: плакаты, фотографии, памятки, литература по хореографическому искусству, пособия, видеоматериалы и др.

2.5. Список литературы

1. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии. [Электронный ресурс] – СПБ., «Люкси», 2016.
2. Блок Л.Д. Классический танец. История и современность. [Электронный ресурс] – М., Искусство, 2017.
3. Государственные требования к минимуму содержания и уровню подготовки выпускников по специальности 0506 Хореографическое искусство. [Электронный ресурс] – М., 2002.
4. Кох И.Э. Основы сценического движения. [Электронный ресурс] – Л., 2017.
5. Лифиц И.В. Ритмика. Учебное пособие. [Электронный ресурс] – М.: Издательский центр «Академия», 2019.
6. Сборник танцев. [Электронный ресурс] – М.: Военное издательство министерства обороны Союза ССР, 1955.
7. Фокина Е.М. Хореография в общеобразовательной школе как средство гармонизации развития личности. [Электронный ресурс] – Тюмень, 2015.

Приложение 1

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№ п/п	Название мероприятия	Сроки проведения
Гражданско-патриотическое воспитание		
1.	Беседа, посвящённая Дню защитника Отечества	февраль
2.	Экскурсия «Мой любимый город Георгиевск»	апрель
3.	Акция: «Память жива»"	май
Духовно-нравственное и эстетическое воспитание		
1.	Беседа «Кто не знает своего прошлого, у того нет будущего»	сентябрь
2.	Беседа «Зачем творить добро?»	ноябрь
3.	Беседа «Я – гражданин России»	март
Физическое воспитание, формирование культуры здорового образа жизни		
1.	Беседа «В здоровом теле - здоровый дух!»	В течении года
2.	Беседа «Будем здоровы»	ноябрь
3.	Беседа «Со спортом дружить - здоровым быть»	февраль
Экологическое воспитание		
1.	Беседа « Ты - часть природы»	октябрь
2.	Беседа «Животные - наши друзья»	апрель
3.	Беседа «Помогите природе»	май
Трудовое воспитание		
1.	Субботники	В течении года
2.	Беседа «Труд в природе»	октябрь
3.	Беседа «Обучение самостоятельности»	декабрь

Приложение 2

Примерный комплекс упражнений партерной гимнастики
(на первоначальном этапе можно подбирать
каждому упражнению ассоциативное название)

Педагог определяет для каждого ученика его точное место в определенной линии для занятий на ковриках.

«Достать до солнышка»

Упражнения для укрепления мышц спины.

Исходное положение: сидя на полу, спина прямая, подтянутая, ноги вытянуты в коленях и стопе, руки опущены на пол.

Музыкальный размер 2/4.

1-2-й такты – руки ставим на пояс,

корпус вытягивается, «тянемся макушкой до солнышка».

3-4-й такты – корпус расслабляется, исходное положение.

Упражнение повторяется 4 раза.

«Складочка»

Упражнение для мышц спины и брюшного пресса.

Музыкальный размер 2/4.

Исходное положение: сидя на полу, спина прямая, подтянутая, ноги вытянуты в коленях и стопе, руки опущены на пол.

1-2-й такты – руки через стороны медленно поднимаются в третью позицию;

3-4-й такты – «Складочка» к ногам (спина подтянута, ноги вытянуты).

5-6-й такты – сохраняя третью позицию, поднимаем корпус вверх, удерживая

подтянутой поясницу;

7-8-й такты – плавным движением опускаем через стороны руки в исходное положение.

Упражнение исполняется 4 раза.

«Лягушка»

Упражнение на развитие выворотности

и эластичности ног.

Музыкальный размер 3/4.

Исходное положение – сидя на полу.

При исполнении под музыку этого элемента

педагог следит за выворотностью ног и подтянутостью корпуса (медленно и спокойно колени ребенка достают до пола).

Упражнение «лягушка» может так же исполняться лежа на спине или лежа на животе. Упражнение можно усложнить.

Исходное положение: сидя на полу, ноги выворотны – «лягушка», корпус подтянут, руки опущены на пол.

1-2-й такты – руки поднимаются через стороны в третью позицию;

3-4-й такты – опускаем корпус вниз, «складочка» (ноги выворотны,

спина подтянута, руки сохраняют третью позицию);

5-6-й такты – сохраняя третью позицию рук, поднимаем корпус вверх;

7-8-й такты – руки возвращаются в исходное положение.

Упражнение повторяется 4 раза.

«Растем-растем!»

Упражнение на напряжение и расслабление всех мышц (лежа на спине).

Музыкальный размер 4/4.

Исходное положение: лежа, корпус вытянут, руки в стороны ладонями вниз.

1-й такт – корпус, шею, колени, стопы вытянуть (следить, чтобы поясница прилегала плотно к полу);

2-й такт – расслабить все мышцы.

Упражнения на развитие гибкости.

В партерном экзерсисе упражнения на развитие гибкости следует начинать тогда, когда мышцы становятся более эластичными. Гибкость тела начинающего заниматься хореографией ребенка можно определить величиной прогиба назад и вперёд.

«Черепашки»

Упражнение на развитие гибкости позвоночника.

Исходное положение: лежа на животе, руки в упор (кисти возле плеч, локти опущены вниз).

Музыкальный размер 3/4.

1-2-й такты – отталкиваясь руками от пола, поднимаем корпус вверх, голова прямо;

3-4-й такты – возвращаемся в исходное положение.

Упражнение повторяется 4 раза.

Усложнение упражнения (руки вытягиваются в локтях, мягко и плавно вытягиваем шею и тянемся макушкой назад). Развиваем гибкость позвоночника.

«Коробочка»

Музыкальный размер 3/4.

Исходное положение: лежа на животе, руки в упор (кисти возле плеч, локти опущены вниз).

1-2-й такты – отталкиваясь руками от пола, мягко и плавно вытягиваем шею и тянемся макушкой назад. Ноги согнуть в коленях;

3-4-й такты – возвращаемся в исходное положение.

Упражнение повторяется 4 раза.

«Корзиночка»

Музыкальный размер 3/4.

Исходное положение: лежа на животе, ноги в натянутом положении, пятки вместе, руки лежат под подбородком.

1-2-й такты – кисти рук обхватывают голеностопные суставы обеих ног и вытягиваются наверх;

3-4-й такты – исходное положение.

Упражнение повторяется 4 раза.

«Уголок» лежа на спине.

Упражнение для силы мышц спины и брюшного пресса.

Музыкальный размер 2/4, 3/4.

Исходное положение: лежа на спине, руки направлены в стороны ладонями вниз.

Удерживая корпус, плотно прижатым к полу, поднимаем ноги, вытянутые в стопе и коленях на 45º.

На первоначальном этапе педагог может подходить к ребенку и помогать удерживать корпус на полу.

«Уголок» лежа на животе

Исходное положение: лежа на животе, руки в 3-й позиции, можно руки положить на затылок (локти в стороны). Удерживая ноги, плотно прижатыми к полу, поднимаем корпус.

На первоначальном этапе педагог может помогать детям удерживать ноги на полу.

Упражнение исполняется 4 раза.

«Качалочка»

Исходное положение: лежа на животе, руки в 3-й позиции.

Музыкальный размер 2/4, 3/4.

Поочередно вверх поднимаются руки, сохраняя 3-ю позицию, а затем ноги (стопы вместе). Следить, чтоб учащиеся не помогали отталкиваться от пола руками или ногами.

«Уголок»

Упражнение для силы спины и мышц брюшного пресса.

Исходное положение: сидя на полу, спина подтянута, ноги вытянуты в коленях и стопе, руки опущены на пол.

Музыкальный размер 2/4.

1-й такт – ноги сгибаются в коленях, стопы вытянуты;

2-й такт – ноги вытягиваются вверх на 45º, далее на 90 º (уголок);

3-й такт – ноги сгибаются в коленях, стопы вытянуты;

4-й такт – исходное положение (обратить внимание на подтянутое положение корпуса).

Упражнение повторяется 4 раза.

«Березка»

Исходное положение: сидя на полу, спина подтянута, руки опущены на пол.

Музыкальный размер 2/4, 3/4.

1-4-й такты – тяжесть корпуса переносится на спину, ноги сгибаются в коленях и резко вытягиваются вверх, руки поддерживают поясницу, фиксируем вытянутое положение ног «в воздухе»;

5-6-й такты – ноги сгибаются в коленях;

7-8-й такты – аккуратно возвращаемся в исходное положение.

Упражнение повторяется 4 раза.

«Тянем-потянем»

Упражнение на развитие выворотности и танцевального шага.

Музыкальный размер 3/4.

Исходное положение: лежа на спине, руки направлены в стороны ладонями вниз, колени и стопы вытянуты.

1-2-й такты – работающая нога медленно поднимается на 90º;

3-4-й такты – нога, дотянутая в колене и стопе, фиксируется «в воздухе» в выворотном положении;

5-6-й такты – нога медленно опускается;

7-8-й такты – исходное положение (следить за вытянутостью всего корпуса).

Упражнение исполняется 4 раза поочередно каждой ногой.

Бросок ноги на 90º. Grand battement jete (гранд батман жете).

Упражнение на укрепление мышц бедра.

Исходное положение: лежа на спине, руки направлены в стороны ладонями вниз, колени и стопы вытянуты.

Музыкальный размер 2/4.

1-й такт – работающая нога, дотянутая в колене и стопе, энергично выбрасывается на высоту 90º;

2-й такт – нога медленно опускается в исходное положение (следить за выворотностью ног).

Упражнение исполняется 4 раза правой ногой, 4 раза левой ногой.

Бросок делается легкий, свободный, сильно вытянутой ногой, развернутой и подтянутой в тазобедренном суставе. Неправильное исполнение больших battements чаще всего является результатом преждевременного стремления бросить ногу выше 90º. Пока движение изучается, высота броска более 90º недопустима, даже в тех случаях, когда это позволяют природные данные.

Растяжка

Прежде, чем приступать непосредственно к растяжке, необходимо разогреть все мышцы. По этой причине, как правило, упражнения для растяжки мышц ног следует выполнять только после завершения основного комплекса упражнений.

Физиологическая сущность растяжки заключается в том, что при растягивании мышц и удержании определенной позы в них активизируется процессы кровообращения и обмена веществ.

Шпагат является упражнением на растяжку. Шпагат – положение тела, при котором расставленные в противоположных направлениях ноги находятся на одной линии, а внутренние линии бёдер образуют угол в 180 градусов.

Поперечный шпагат – разведение ног в стороны, продольный шпагат – одна нога вытянута вперед, а другая – назад. Поперечный шпагат может быть как на правую, так и на левую ногу.

При исполнении поперечного или продольного шпагата, если провести воображаемую линию от пятки одной ноги к другой, должна получиться

прямая линия.

Методика растяжки достаточно индивидуальна. Продолжительность одного повторения для детей – 10-20 секунд.

Основные правила применения упражнений в растягивании:

не допускаются болевые ощущения;

движения выполняются в медленном темпе;

постепенно увеличивается их амплитуда.

Нельзя допускать чрезмерного

усердия, как педагогов, так и родителей при попытке ребенка сесть на шпагат во избежание разрывов, надрывов, растяжения связок и сухожилий. К упражнениям на растяжку надо подходить с особой осторожностью.

Растяжка развивает гибкость, предотвращает травмы, поскольку мышцы и суставы могут двигаться легко, прыжки и упражнения выполняются с большей легкостью, поскольку хорошо разработанные мышцы сокращаются с большей силой, исчезает мышечное напряжение, появляется ощущение «легкости».

Такой вид гимнастики поначалу может показаться слишком сложным, но, пройдя несколько занятий, ребенок начинает ощущать, что с каждым разом предлагаемые педагогом упражнения удаются все лучше и лучше. А через некоторое время у него получится выполнять полный объем необходимого курса упражнений в рекомендуемом темпе.

Благодаря системе и комплексу упражнений партерной гимнастики с каждым занятием ребёнку становится интереснее и легче выполнять физически сложные упражнения. В занятиях ребёнок познаёт себя, раскрывает свои физические возможности, которые ему пригодятся в дальнейшем.

Приложение 3

Тест для проведения промежуточной аттестации
1 год обучения

1. Какая взаимосвязь танца с музыкой?
а) Музыка отражает смысл танца;
б) Танец – визуализация музыки;
в) Танец и музыка не могут существовать друг без друга;
г) Никакой взаимосвязи нет.

2. Сколько направлений движения в танцах?
а) 2;
б) 3;
в) 6;
г) 8.

3. Сколько диагоналей в прямоугольном помещении
а) 4;
б) 2;
в) 6;
г) 8.

4. Сколько точек направления в танцевальном классе?
а) 7;
б) 6;
в) 8.

5. Что означает положение головы «ан фас»
а) Прямо;
б) Вполоборота;
в) Боком.

6. Определи позицию ног: обе ступни, соприкасаются внутренними сторонами стоп
а) 1;
б) 3;
в) 6.

Приложение 4

Тест для проведения промежуточной аттестации
2 год обучения

1. Общепринятое французское название для движения ног, которое по-русски обозначается словом “приседание”.
а) Plie (Плие)
б) Battement tendu (Батман тандю)
в) Arabesques (Арабеск)

2. Определи позицию ног: ступни, плотно прилегая, закрывают друг друга. Пятка одной ноги соприкасается с носком другой.
а) 2
б) 5
в) 6

3. Реверанс это:
а) поклон дамы
б) поклон кавалера

4.Что такое партерная гимнастика?
а) гимнастика на полу;
б) гимнастика у станка;
в) гимнастика на улице.

Приложение 5

Тест для проведения аттестации
3 год обучения

1. Известная песня Дмитрия Кабалевского «Школьные годы» - это… Что?
а) Танго;
б) Вальс;
в) Ламбада;
г) Твист.

2. Как называется зажигательный латиноамериканский танец?
а) Лампада;
б) Лямбда;
в) Ламбада;
г) Баланда.

3. Что такое сценический шаг?
а) шаг с каблука;
б) шаг с носка;
в) шаг в деми плие с каблука;
г) поочерёдный шаг с носка и каблука.

4. Выберите хореографов
а) Алла Духова, Майя Плисецкая, Егор Дружинин, Игорь Моисеев, Рудольф Нуриев....
б) Шарль Перо, Стивен Кинг, Антон Чехов

5. Экзерсис у опоры или на середине
а) Комплекс упражнений для расслабления;
б) Комплекс тренировочных упражнений в балете, способствующих развитию мышц, связок, воспитанию координации движений;
в) Комплекс танцевальных движений.

6. Какой вид хореографического искусства отражает танцевальные стили различных исторических эпох, сохраняет в современном искусстве картины и образцы танцевальной культуры прошлого
а) Бальный танец;
б) Историко-бытовой танец;
в) Народный танец.

7. Назовите все виды танца:
а) классический, народный;
б) классический, историко-бытовой;

в) классический, народный, историко-бытовой.

8. Партер это:
а) прыжки;
б) движения на полу;
в) движения на полупальцах.

9. К какому виду танца относится джайв:
а) классический танец;
б) народный танец;
в) историко-бытовой танец;
г) бальный танец.

10. Международный день танца?
а) 30 декабря;
б) 29 апреля;
в) 28 мая.

Приложение 6

Диагностическая карта
промежуточного уровня теоретических знаний,
практических умений и навыков

Объединение _____
Ф.И.О. педагога дополнительного
образования_____
год обучения _____ № группы _____

№ п/п	Фамилия, имя учащегося	Теоретическая подготовка			Практическая подготовка		
		Теоретические знания	Владение специальной терминологией		Практические умения и навыки	Владение специальным оборудованием, техникой безопасности	
		В	С	Н	В	С	Н
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							

Всего аттестовано ____ учащихся
Из них по результатам аттестации показали:
Теоретическая подготовка
высокий уровень ___ чел._____% от общего количества учащихся
средний уровень ____чел. _____% от общего количества учащихся
низкий уровень ___ чел. ___% от общего количества учащихся

Практическая подготовка
высокий уровень ____ чел._____% от общего количества учащихся
средний уровень ____чел._____% от общего количества учащихся
низкий уровень _____чел. ____% от общего количества учащихся

Показатели (оцениваемые параметры)

Проверке подлежат теоретические знания, практические умения и навыки, определённые в разделе 1.5. Программы. В разделе определено, что учащиеся должны знать и что они должны уметь в конце каждого года обучения.

Критерии оценки уровня теоретической подготовки:

высокий уровень (В) – учащийся освоил на 80-100% объём знаний, предусмотренных Программой за конкретный период; специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием;

средний уровень (С) – объём усвоенных знаний составляет 50-80%; сочетает специальную терминологию с бытовой;

низкий уровень (Н) – учащийся овладел менее чем 50% объёма знаний, предусмотренных Программой, как правило, избегает употреблять специальные термины.

Критерии оценки уровня практической подготовки:

высокий уровень (В) – учащийся овладел на 80-100% умениями и навыками, предусмотренными Программой за конкретный период; работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей; выполняет практические задания с элементами творчества;

средний уровень (С) – объём усвоенных умений и навыков составляет 50-80%; работает с оборудованием с помощью педагога; в основном, выполняет задания на основе образца;

низкий уровень (Н) – учащийся овладел менее чем 50%,
предусмотренных умений и навыков, испытывает серьёзные затруднения при работе с оборудованием, в состоянии выполнять лишь простейшие практичес кие задания педагога.

Приложение 7

ПРОТОКОЛ
аттестация по итогам освоения Программы _____
объединение_____ педагог _____

Форма аттестации – теория - опрос, практика – итоговый концерт

№	ФИО учащегося	Уровень теоретической подготовки (высокий, средний, низкий)			Итоговая оценка (отлично, хорошо, удовлетворительно)	Уровень практической подготовки (высокий, средний, низкий)			Итоговая оценка (отлично, хорошо, удовлетворительно)	Решение
		В	С	Н		В	С	Н		
1.										
2.										
3.										

Всего аттестовано ____ учащихся
Из них по результатам аттестации показали:
Теоретическая подготовка
высокий уровень ___ чел.___% от общего количества учащихся
средний уровень ____чел. _____% от общего количества учащихся
низкий уровень ___ чел. ___% от общего количества учащихся
Практическая подготовка
высокий уровень ____ чел._____% от общего количества учащихся
средний уровень ____чел._____% от общего количества учащихся
низкий уровень _____чел. ____% от общего количества учащихся

Показатели (оцениваемые параметры)

Проверке подлежат теоретические знания, практические умения и навыки, определённые в разделе 1.5. Программы. В разделе определено, что учащиеся должны знать и что они должны уметь в конце первого года обучения.

Критерии оценки уровня теоретической подготовки:

высокий уровень (В) – учащийся освоил на 80-100% объём знаний, предусмотренных Программой за конкретный период; специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием;

средний уровень (С) – объём усвоенных знаний составляет 50-80%; сочетает специальную терминологию с бытовой;

низкий уровень (Н) – учащийся овладел менее чем 50% объёма знаний, предусмотренных Программой, как правило, избегает употреблять специальные термины.

Критерии оценки уровня практической подготовки:

высокий уровень (В) – учащийся овладел на 80-100% умениями и навыками, предусмотренными Программой за конкретный период; работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей; выполняет практические задания с элементами творчества;

средний уровень (С) – объём усвоенных умений и навыков составляет 50-80%; работает с оборудованием с помощью педагога; в основном, выполняет задания на основе образца;

низкий уровень (Н) – учащийся овладел менее чем 50%, предусмотренных умений и навыков, испытывает серьёзные затруднения при работе с оборудованием, в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога

Приложение 8

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«От ритмики к танцу» в хореографической студии «Ника»
на 2026–2027 учебный год
1 год обучения

Педагог: Лейнгард Вероника Арменовна
Режим занятий: вторник, четверг — 15:30–16:00
Место проведения занятий: МУДО ДДТ, каб. № 6

№ п/п	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов	Форма занятия	Формы контроля/аттестации
1.	15.09.2026	**Введение. Знакомство с миром танца. Инструктаж по ТБ (3ч)**	1	теоретическое	беседа
1.1.	17.09.2026	Знакомство с танцевальными движениями и положением рук и ног	1	теоретическое	
1.2.	22.09.2026	Знакомство с танцевальными движениями и положением рук и ног	1	теоретическое	
2.	**Основы ритмики(32ч)**				
2.1.	24.09.2026	Танцевальные движения (шаги, движения рук)	1	практическое	педагогическое наблюдение, анализ исполнения, выступления на мероприятиях, концертах, конкурсах
2.2.	29.09.2026	Танцевальные движения (шаги, движения рук)	1	практическое	
2.3.	01.10.2026	Танцевальные движения (шаги, движения рук)	1	практическое	
2.4.	06.10.2026	Танцевальные движения (шаги, движения рук)	1	практическое	
2.5.	08.10.2026	Танцевальные движения (шаги, движения рук)	1	практическое	
2.6.	13.10.2026	Танцевальные движения (прыжки, движения рук)	1	теоретическое	
2.7.	15.10.2026	Танцевальные движения (прыжки,	1	практическое	

		движения рук)			
2.8.	20.10.2026	Танцевальные движения (прыжки, движения рук)	1	практическое	
2.9.	22.10.2026	Танцевальные движения (прыжки, движения рук)	1	практическое	
2.10.	27.10.2026	Танцевальные движения (прыжки, движения рук)	1	практическое	
2.11.	29.10.2026	Танцевальные движения (прыжки, движения рук)	1	практическое	
2.12.	03.11.2026	Танцевальные движения (прыжки, движения рук)	1	практическое	
2.13.	06.11.2026	Партерная гимнастика	1	теоретическое	
2.14.	10.11.2026	Партерная гимнастика	1	практическое	
2.15.	12.11.2026	Партерная гимнастика	1	практическое	
2.16.	17.11.2026	Партерная гимнастика	1	практическое	
2.17.	19.11.2026	Партерная гимнастика	1	практическое	
2.18.	24.11.2026	Партерная гимнастика	1	практическое	
2.19.	26.11.2026	Партерная гимнастика	1	практическое	
2.20.	01.12.2026	Партерная гимнастика	1	практическое	
2.21.	03.12.2026	Партерная гимнастика	1	практическое	
2.22.	08.12.2026	Партерная гимнастика	1	практическое	
2.23.	10.12.2026	Партерная гимнастика	1	практическое	
2.24.	15.12.2026	Партерная гимнастика	1	практическое	
2.25.	17.12.2026	Партерная гимнастика	1	практическое	
2.26.	22.12.2026	Партерная гимнастика	1	практическое	
2.27.	24.12.2026	Партерная гимнастика	1	практическое	
2.28.	29.12.2026	Партерная гимнастика	1	практическое	
2.29.	11.01.2027	Партерная гимнастика	1	практическое	
2.30.	12.01.2027	Партерная гимнастика	1	практическое	
2.31.	14.01.2027	Партерная гимнастика	1	практическое	
2.32.	19.01.2027	Партерная гимнастика	1	практическое	
3.	**Репетиционно-постановочная работа (37ч)**				

3.1.	21.01.2027	В гостях у ежика	1	теоретическое	педагогическое наблюдение, анализ исполнения, выступления на мероприятиях, концертах, конкурсах
3.2.	26.01.2027	В гостях у ежика	1	практическое	
3.3.	28.01.2027	В гостях у ежика	1	практическое	
3.4.	02.02.2027	В гостях у ежика	1	практическое	
3.5.	04.02.2027	В гостях у ежика	1	практическое	
3.6.	09.02.2027	В гостях у ежика	1	практическое	
3.7.	11.02.2027	В гостях у ежика	1	практическое	
3.8.	16.02.2027	Лягушонок-озорник	1	теоретическое	
3.9.	18.02.2027	Лягушонок-озорник	1	практическое	
3.10.	24.02.2027	Лягушонок-озорник	1	практическое	
3.11.	25.02.2027	Лягушонок-озорник	1	практическое	
3.12.	02.03.2027	Лягушонок-озорник	1	практическое	
3.13.	04.03.2027	Лягушонок-озорник	1	практическое	
3.14.	09.03.2027	Лягушонок-озорник	1	практическое	
3.15.	11.03.2027	Пестрые ленточки	1	теоретическое	
3.16.	16.03.2027	Пестрые ленточки	1	практическое	
3.17.	18.03.2027	Пестрые ленточки	1	практическое	
3.18.	23.03.2027	Пестрые ленточки	1	практическое	
3.19.	25.03.2027	Пестрые ленточки	1	практическое	
3.20.	30.03.2027	Пестрые ленточки	1	практическое	
3.21.	01.04.2027	Пестрые ленточки	1	практическое	
3.22.	06.04.2027	Наш любимый танец	1	теоретическое	
3.23.	08.04.2027	Наш любимый танец	1	практическое	
3.24.	13.04.2027	Наш любимый танец	1	практическое	
3.25.	15.04.2027	Наш любимый танец	1	практическое	
3.26.	20.04.2027	Наш любимый танец	1	практическое	
3.27.	22.04.2027	Наш любимый танец	1	практическое	
3.28.	27.04.2027	Наш любимый танец	1	практическое	
3.29.	29.04.2027	Наш любимый танец	1	практическое	
3.30.	04.05.2027	Наш любимый танец	1	практическое	
3.31.	06.05.2027	Наш любимый танец	1	практическое	
3.32.	11.05.2027	Наш любимый танец	1	практическое	

3.33.	13.05.2027	Наш любимый танец	1	практическое	
3.34.	18.05.2027	Наш любимый танец	1	практическое	
3.35.	20.05.2027	Наш любимый танец	1	практическое	
3.36.	25.05.2027	Итоговое занятие. Промежуточная аттестация	1	теоретическое	тест, отчётный концерт
3.37.	27.05.2027	Итоговое занятие. Промежуточная аттестация	1	практическое	
	Итого		**72**		

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

«От ритмики к танцу» в хореографической студии «Ника»

на 2026–2027 учебный год

3 год обучения

Педагог: Лейнгард Вероника Арменовна

Режим занятий: понедельник, среда, пятница: 15:00–15:30; 15:40–16:10

Место проведения занятий: МУДО ДДТ, каб. № 6

№ п/п	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов	Форма занятия	Формы контроля/аттестации
1.Вводное занятие (2 ч.)					
1	02.09.2026	Введение. Инструктаж по ТБ	2	теоретическое	Беседа
2. Модерн-джаз танец (54 ч.)					
2.1.	04.09.2026	Разогрев (у палки, по центру, в партере)	2	теоретическое	Педагогическое наблюдение, анализ исполнения, выступления на мероприятиях, концертах, конкурсах
2.2.	07.09.2026	Разогрев (у палки, по центру, в партере)	2	практическое	
2.3.	09.09.2026	Разогрев (у палки, по центру, в партере)	2	практическое	
2.4.	11.09.2026	Разогрев (у палки, по центру, в партере)	2	практическое	
2.5.	14.09.2026	Изоляция и координация	2	практическое	
2.6.	16.09.2026	Изоляция и координация	2	практическое	
2.7.	18.09.2026	Изоляция и координация	2	практическое	
2.8.	21.09.2026	Изоляция и координация	2	практическое	
2.9.	23.09.2026	Партерная гимнастика	2	практическое	
2.10.	25.09.2026	Партерная гимнастика	2	практическое	
2.11.	28.09.2026	Партерная гимнастика	2	практическое	

2.12.	30.09.2026	Партерная гимнастика	2	практическое	
2.13.	02.10.2026	Партерная гимнастика	2	практическое	
2.14.	05.10.2026	Партерная гимнастика	2	практическое	
2.15.	07.10.2026	«Adagio», упражнения для развития позвоночника	2	практическое	
2.16.	09.10.2026	«Adagio», упражнения для развития позвоночника	2	практическое	
2.17.	12.10.2026	«Adagio», упражнения для развития позвоночника	2	практическое	
2.18.	14.10.2026	«Adagio», упражнения для развития позвоночника	2	практическое	
2.19.	16.10.2026	Кросс	2	теоретическое	
2.20.	19.10.2026	Кросс	2	практическое	
2.21.	21.10.2026	Кросс	2	практическое	
2.22.	23.10.2026	Кросс	2	практическое	
2.23.	26.10.2026	Комбинация	2	практическое	
2.24.	28.10.2026	Комбинация	2	практическое	
2.25.	30.10.2026	Комбинация	2	практическое	
2.26.	02.11.2026	Комбинация	2	практическое	
2.27.	05.11.2026	Комбинация	2	практическое	
3.Основы классической хореографии (70 ч)					
3.1.	06.11.2026	Классический экзерсис у палки	2	теоретическое	педагогическое наблюдение, анализ исполнения, выступления на мероприятиях, концертах, конкурсах
3.2.	09.11.2026	Классический экзерсис у палки	2	практическое	
3.3.	11.11.2026	Классический экзерсис у палки	2	практическое	
3.4.	13.11.2026	Классический экзерсис у палки	2	практическое	
3.5.	16.11.2026	Классический экзерсис у палки	2	практическое	
3.6.	18.11.2026	Классический экзерсис у палки	2	практическое	
3.7.	20.11.2026	Классический экзерсис у палки	2	практическое	
3.8.	23.11.2026	Упражнения на середине класса	2	практическое	
3.9.	25.11.2026	Упражнения на середине класса	2	практическое	
3.10.	27.11.2026	Упражнения на середине класса	2	практическое	
3.11.	30.11.2026	Упражнения на середине класса	2	практическое	
3.12.	02.12.2026	Упражнения на середине класса	2	практическое	
3.13.	04.12.2026	Движения группы «Allegro»	2	практическое	

3.14.	07.12.2026	Движения группы «Allegro»	2	практическое	
3.15.	09.12.2026	Движения группы «Allegro»	2	практическое	
3.16.	11.12.2026	Движения группы «Allegro»	2	практическое	
3.17.	14.12.2026	Движения группы «Adagio»	2	практическое	
3.18.	16.12.2026	Движения группы «Adagio»	2	практическое	
3.19.	18.12.2026	Движения группы «Adagio»	2	практическое	
3.20.	21.12.2026	Движения группы «Adagio»	2	практическое	
3.21.	23.12.2026	Движения группы «Adagio»	2	практическое	
3.22.	25.12.2026	Движения по диагонали (основные виды шага, верчение, прыжки)	2	практическое	
3.23.	28.12.2026	Движения по диагонали (основные виды шага, верчение, прыжки)	2	практическое	
3.24.	30.12.2026	Движения по диагонали (основные виды шага, верчение, прыжки)	2	практическое	
3.25.	11.01.2027	Движения по диагонали (основные виды шага, верчение, прыжки)	2	практическое	
3.26.	13.01.2027	Движения по диагонали (основные виды шага, верчение, прыжки)	2	практическое	
3.27.	15.01.2027	Движения по диагонали (основные виды шага, верчение, прыжки)	2	практическое	
3.28.	18.01.2027	Движения по диагонали (основные виды шага, верчение, прыжки)	2	практическое	
3.29.	20.01.2027	Движения по диагонали (основные виды шага, верчение, прыжки)	2	практическое	
3.30.	22.01.2027	Композиция	2	практическое	
3.31.	25.01.2027	Композиция	2	практическое	
3.32.	27.01.2027	Композиция	2	практическое	
3.33.	29.01.2027	Композиция	2	практическое	
3.34.	01.02.2027	Композиция	2	практическое	
3.35.	03.02.2027	Композиция	2	практическое	
4.Репетиционно-постановочная работа (88ч)					
4.1.	05.02.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	теоретическое	
4.2.	08.02.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	
4.3.	10.02.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка»,	2	практическое	

		«Сказочные феечки»			Педагогическое наблюдение, анализ исполнения, выступления на мероприятиях, концертах, конкурсах
4.4.	12.02.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	
4.5.	15.02.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	
4.6.	17.02.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	
4.7.	19.02.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	
4.8.	22.02.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	
4.9.	24.02.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	
4.10.	26.02.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	
4.11.	01.03.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	
4.12.	03.03.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	
4.13.	05.03.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	
4.14.	09.03.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	
4.15.	10.03.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	
4.16.	12.03.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	
4.17.	15.03.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	
4.18.	17.03.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	
4.19.	19.03.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	
4.20.	22.03.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	Педагогическое наблюдение, анализ исполнения, выступления на мероприятиях, концертах, конкурсах
4.21.	24.03.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	
4.22.	26.03.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	

4.23.	29.03.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	
4.24.	31.03.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	
4.25.	02.04.2027	Детский танец. Композиции: «Малявка», «Сказочные феечки»	2	практическое	
4.26.	05.04.2027	Основы классической хореографии: этюды	2	теоретическое	
4.27.	07.04.2027	Основы классической хореографии: этюды	2	практическое	
4.28.	09.04.2027	Основы классической хореографии: этюды	2	практическое	
4.29.	12.04.2027	Основы классической хореографии: этюды	2	практическое	
4.30.	14.04.2027	Основы классической хореографии: этюды	2	практическое	
4.31.	16.04.2027	Основы классической хореографии: этюды	2	практическое	
4.32.	19.04.2027	Основы классической хореографии: этюды	2	практическое	
4.33.	21.04.2027	Основы классической хореографии: этюды	2	практическое	
4.34.	23.04.2027	Основы классической хореографии: этюды	2	практическое	
4.35.	26.04.2027	Основы классической хореографии: этюды	2	практическое	
4.36.	28.04.2027	Основы классической хореографии: этюды	2	практическое	
4.37.	30.04.2027	Основы классической хореографии: этюды	2	практическое	
4.38.	03.05.2027	Основы классической хореографии: этюды	2	практическое	
4.39.	05.05.2027	Основы классической хореографии: этюды	2	практическое	
4.40.	07.05.2027	Основы классической хореографии: этюды	2	практическое	
4.41.	11.05.2027	Основы классической хореографии: этюды	2	практическое	
4.42.	12.05.2027	Основы классической хореографии: этюды	2	практическое	
4.43.	14.05.2027	Основы классической хореографии: этюды	2	практическое	
4.44.	17.05.2027	Основы классической хореографии: этюды	2	практическое	
5.	19.05.2027	Итоговое занятие и аттестация	2	теоретико-практическое	Тест, отчётный концерт
		Итого:	**216**		