

Кировское территориальное управление
департамента по образованию администрации Волгограда
Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества Кировского района Волгограда»

УТВЕРЖДЕНА на заседании
педагогического совета
МОУ ЦДТ кировского района
от «01» 04 2026 г.
Протокол № 5

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ ЦДТ
И.И.Ежова
«01» 04 2026 г.
Приказ МОУ ЦДТ № 103
от «01» 04 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности
«Танцевальная планета»

Возраст учащихся: 13-15 лет
Срок реализации: 2 года

Авторы-составители:
Буханцева Инесса Анатольевна,
педагог дополнительного
образования,
Шишова Каринэ Борисовна,
педагог дополнительного
образования

Волгоград, 2026

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная планета» по тематической направленности является художественной. Программа направлена на приобщение учащихся к хореографическому искусству, на эстетическое воспитание учащихся, на приобретение основ исполнения народного танца, а также на воспитание нравственно-эстетического отношения к танцевальной культуре народов мира.

Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцевальная планета» определяется социальным заказом современного общества детей и их родителей на личность, обладающую определенным уровнем художественно-эстетического воспитания, а также потребностью в разработке методических рекомендаций по преподаванию хореографии детям школьного возраста. Программа знакомит учащихся с сокровищницей народного творчества.

Содержание данной программы соответствует культурно-национальным традициям. Занятия танцевальным искусством вводят в мир прекрасного, активизируют мышление, раскрывают индивидуальность каждого ребенка, его творческие способности, помогают ребенку адаптироваться в коллективе. занятия народно-сценическим танцем позволяют учащимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, в значительной степени расширяют и обогащают их исполнительские возможности, формируя особые исполнительские качества и навыки. Стилизованный подход в хореографии отвечает современным интересам ребенка.

Педагогическая целесообразность программы «Танцевальная планета» предполагает развитие физических способностей воспитанников (развитие осанки, умений свободно двигаться и т. д.); развитие художественного вкуса и интереса к народному танцу; формирование умений соблюдать этические нормы, а также воспитание морально-волевых качествах: терпения, настойчивости, стремления достигать поставленной цели, доброжелательности, уважения к старшим.

Отличительная особенность дополнительной общеразвивающей программы состоит в том, что она направлена на синтез классической, народной и современной хореографии. Содержание учебного предмета «Народно-сценический танец» тесно связано с содержанием учебных направлений «Ритмика», «Подготовка концертных номеров», «Классический танец».

Полученные по этим предметам знания, умения, навыки позволяют приступить к изучению экзерсиса у станка на основе русского танца и танцев разных народов. Приобретенные музыкально-ритмические навыки дают основание изучать движения с разнообразным ритмическим рисунком, как у

станка, так и на середине зала.

В содержание учебного занятия введены хореографические элементы, позволяющие стилизовать народные танцы. Стилизованный подход в хореографии отвечает современным интересам ребенка.

В дополнительной общеразвивающей программе «Танцевальная планета» применяется дистанционное обучение при помощи электронных ресурсов (модуль 1 года обучения- раздел 2, тема 2.1 «Поклоны в танцах разных народов. » и модуль 2 года обучения –раздел 3, тема 3.1 «Ходы и дробные выстукивания в русском танце».

Данная программа позволяет реализоваться любому ученику, повысить уровень его самооценки, приобрести знания по специфической терминологии искусства хореографии, усвоить нормы поведения в творческом коллективе. Программа ориентирована на развитие творческих способностей детей.

Дополнительная общеразвивающая программа разработана с учетом современных образовательных технологий, которые отражаются в:

- принципах обучения (принцип природосообразности, единство эмоционального и сознательного, комплексное воспитание и развитие учащихся, доступность, результативность);
- формах и методах обучения (метод художественной импровизации, репетиционные и тренировочные занятия, конкурсы, экскурсии);
- методах контроля и управления образовательным процессом (тестирование, анализ результатов конкурсов).

В реализации программы участвуют дети без специальных физических данных.

Адресат программы

В реализации дополнительной общеразвивающей программы «Танцевальная планета» участвуют дети 13-15 лет. Набор в объединение осуществляется при наличии медицинской справки о допуске к занятиям хореографией. Состав групп – постоянный. Наполняемость групп – 12 человек.

Уровень программы, объем и сроки реализации дополнительной общеобразовательной программы.

Дополнительная общеразвивающая программа «Танцевальная планета» рассчитана на 2 года обучения.

Программа включает в себя два уровня сложности:

I уровень - стартовый (1-й год обучения);

II уровень – базовый (2-й год обучения).

Формы обучения: очная и заочно-дистанционная.

Режим занятий

Периодичность занятий - 2 раза в неделю по 2 академических часа. Всего 144 академических часов в учебный год. За два учебных года-288 академических часа.

Особенности организации образовательного процесса

Состав группы: постоянный

Занятия: групповые, учащиеся в возрасте 12-15 лет

В содержание программы входят следующие виды учебной работы:

- изучение учебной терминологии;
- ознакомление с элементами и основными комбинациями народно-сценического танца;
- ознакомление с рисунком народно-сценического танца, особенностями взаимодействия с партнерами на сцене;

Используются педагогические методы:

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцевальных коллективов, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития учащегося);
- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитический (развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Предложенные методы работы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета и основаны на проверенных методиках.

Цель программы: развитие танцевально-исполнительских способностей учащихся, необходимых для исполнения различных видов народно-сценических танцев.

Задачи:

Образовательные:

стартовый уровень

- формировать способность воспринимать музыку, чувствовать ее настроение, характер, понимать содержание;
- обучение основам народного танца,

базовый уровень

- обучение виртуозности исполнения;
- обучение выразительному исполнению и эмоциональной раскрепощенности в танцевальной практике;

Личностные:

стартовый уровень

- способствовать воспитанию чувства патриотизма, любви к народным традициям;
- способствовать воспитанию потребности к творческому самовыражению;
- способствовать воспитанию у учащихся чувства коллективизма;

базовый уровень

- способствовать воспитанию требовательного отношения к себе и другим.
- воспитание дисциплинированности;
- развитие физической выносливости;
- развитие умения танцевать в группе;
- развитие сценического артистизма;

Метапредметные:

стартовый уровень

- освоение способов деятельности, применимые при решении проблем в реальных жизненных ситуациях;
- сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства;
- стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию;
- участие в танцевальной жизни класса, школы, города и др;

базовый уровень

- воспитание дисциплинированности;
- формирование волевых качеств;
- воспитание художественно-эстетического вкуса, интереса к искусству
- воспитание потребности к творческому самовыражению;
- воспитание у учащихся чувства коллективизма;

Учебный план 1-го года обучения

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов			
		Всего	Теория	практика	Форма аттестации/контроля
1	Стартовый уровень: Раздел 1. Экзерсис у станка	68	17	51	
1.1	Вводное занятие.Начальная диагностика.	2	-	2	Стартовая диагностика ,тестиров.
1.2	Пять открытых позиций ног	4	1	3	тренировочные упражнения
1.3	Основные положения и движения рук в русском, испанском характере.	6	2	4	тренировочные упражнения
1.4	Demi-plie в русском, испанском характере. по 1-й, 2-й и 5-й открытым позициям (музыкальный размер 3/4, 4/4):	8	2	6	Тренировочные упражнения
1.5	Battements tendus в русском, испанском характере.	8	2	6	Трениров. Упражн.;

					Коллективный анализ работы;
1.6	Battements tendus jetes в русском, испанском характере.	8	2	6	Тренировочные упражнения
1.7	Подготовка к “веревочке”. в русском, украинском характере.	8	2	6	Тренировочные упражнения; упражнения-тесты
1.8	Повороты стоп (pas tortilli) (музыкальный размер 2/4, 4/4) в русском, польском характере.	8	2	6	Тренировочные упражнения
1.9	Battements developpes в русском, украинском характере.	8	2	6	Тренировочные упражнения
1.10	Grands battements в разных характерах.	8	2	6	Тренировочные упражнения. Промежуточная диагностика (открытое занятие)
	Раздел 2. Экзерсис на середине зала	34	6	28	
2.1	Поклоны в танцах разных народов.	4	2	2	Тренировочные. Упражн., наблюдение
2.2	Положения рук в парах(в русском, испанском танце)	10	2	8	Тренировочные. Упражн., наблюдение
2.3	Подготовка к вращениям на середине зала: -Вращения на одной ноге; -«Обертас» по 1 прямой позиции – 1 полугодие; -«гвоздик» по 6 позиции;	20	2	18	Тренировочные. упражн., наблюдение. Промежуточная диагностика (открытое занятие)
	Раздел 3. Сценические ходы и элементы русского и молдавского танца	42	2	40	

3.1	Сценические ходы и элементы русского и испанского танца;	10	2	8	Трениров. Упражн., наблюдение
3.2	Танцевальные этюды на основе танцев народов мира.	30		30	Тренировоч-ные упражнения
3.3	Промежуточная аттестация	2	-	2	Открытые занятия, отчетный концерт
	Итого:	144	25	119	

Учебный план второго года обучения

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов			
		Всего	Теория	Практика	Формы аттестации
1	Экзерсис у станка	68	22	46	
1.1	Вводное занятие. Начальная диагностика.	4	2	2	вводная беседа, практич. упражн.
1.2	Plie (на основе русского, венгерского, цыганского танцев);	6	2	4	Тренировоч-ные упражнения
1.3	Battements tendus . (на основе русского, венгерского, цыганского танцев);	4	2	2	Тренировоч-ные упражнения
1.4	Battements tendus jetes (на основе русского, венгерского, цыганского танцев);	4	2	2	Тренировоч-ные упражнения
1.5	Каблучное упражнение (на основе русского, венгерского, цыганского танцев);	6	2	4	Тренировоч-ные упражнения
1.6	Rond de jambe par terre (на основе русского, венгерского, цыганского танцев);	6	2	4	Тренировоч-ные упражнения
1.7	Battements fondus (на основе	6	2	4	Тренировоч

	русского, венгерского, цыганского танцев);				-ные упражнения
1.8	«Веребочка» (на основе русского, венгерского, цыганского танцев);	6	2	4	Тренировочные упражнения
1.9	Battements developpes (на основе русского, венгерского, цыганского танцев);	6	2	4	Тренировочные упражнения
1.10	Flic-flac (подготовка к “чечетке ” (на основе русского, венгерского, цыганского танцев);	6	2	4	Тренировочные упражнения
1.11	Растяжка из 1-й прямой позиции в полуприседании и полное приседание на опорной ноге, стоя лицом к станку.	8	-	8	Тренировочные упражнения
1.12	Qrands battements (на основе русского, венгерского, цыганского танцев);	6	2	4	Контрольные тесты
2	Перескоки и дробные выстукивания	36	8	28	
2.1	Перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции:	6	2	4	Тренир. упражн., наблюдение
2.2	Дробные движения	16	4	12	Тренир. упражн., наблюдение
2.3	Вращения по диагонали класса (с рукой в характере украинского танца, с рукой с платочком в русском характер).	14	2	12	Тренир. упражн., наблюдение
3	Танцевальные ходы и дробные выстукивания.	40	2	38	
3.1	Ходы и дробные выстукивания в русском танце	6	2	4	Тренир. упражн., наблюдение
3.2	Танцевальные комбинации (на основе русского, венгерского, цыганского танцев)	32	-	32	Тренир. упражн., наблюдение
3.3	Промежуточная аттестация	2	-	2	Концерт
	Итого:	144	32	112	

Содержание первого года обучения. (стартовый уровень)

Раздел 1. Экзерсис у станка

Тема 1.1. Вводное занятие. Начальная диагностика.

Теория: вводный инструктаж, первичный инструктаж. Введение в образовательную область. Диагностика.

Практика:

- упражнения на выявление физических данных;

Форма контроля: стартовая диагностика, тестирование.

Тема 1.2. Пять открытых позиций ног

Теория: Разновидности «прямых», «свободных» и «закрытых» позиций ног.

Практика: а) Пять прямых:

1 -я - обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп,

2-я - обе ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы друг от друга,

3-я - обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп; каблук одной ноги находится у середины стопы другой,

4-я - обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом на расстоянии стопы,

5-я - обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом: каблук одной ноги соприкасается с носком одной ноги.

б) Пять свободных.

Во всех пяти свободных позициях ноги поставлены так, что стопы находятся в направлении между соответствующими открытыми и прямыми позициями.

в) Две закрытые.

1 -я закрытая - обе ноги повернуты внутрь и поставлены носками вместе ; каблуки разведены в стороны.

2-я закрытая - обе ноги повернуты внутрь и поставлены друг от друга на расстоянии стопы между носками; каблуки разведены в стороны. Во всех перечисленных позициях тяжесть корпуса распределена равномерно на обе ноги, ноги в коленях вытянуты.

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Тема 1.3. Основные положения и движения рук в русском, испанском характере.

Теория: определение характера музыки, темпа, динамических оттенков.

Практика: а) Семь позиций:

1-я, 2-я и 3-я позиции аналогичны 1-й, 2-й и 3-й позициям рук классического танца.

4-я - руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии; большой палец сзади, четыре других, собранных вместе, спереди. Плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии.

5-я - обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются к корпусу. Пальцы, собранные вместе, лежат сверху плеча разноименной руки, чуть выше локтя.

6-я - обе руки, согнутые в локтях, которые слегка приподняты и направлены в стороны. Указательные и средние пальцы прикасаются к затылку.

7-я - обе руки согнуты в локтях и заложены за спину на талию.

Запястье одной лежит на запястье другой руки,

б) Подготовительное положение - обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты ладонью к корпусу.

1-е - положение - обе руки, округлые в локтях, раскрыты в стороны на высоте

между подготовительным положением и 2-й позицией: кисти находятся на уровне талии; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

2-е - положение - обе руки, округлые в локтях, раскрыты в стороны на высоте между 3-й и 2-й позициями; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Тема 1.4. Demi-plie в русском, испанском характере.

Теория: определение характера музыки, темпа, динамических оттенков.

Практика: упражнение «demi-plie» лицом к станку

Форма контроля: тренировочные упражнения

Тема 1.5. Battements tendus в русском, испанском характере.

Теория: определение характера музыки, темпа. Объяснение техники исполнения упражнения.

Практика: исполнение упражнения в народном характере.

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Тема 1.6. Battements tendus jetes в русском, испанском характере.

Теория: определение характера музыки, темпа.

Практика: упражнение battements tendus jetes в народном характере.

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Тема 1.7. «Веревочка» в русском, украинском характере.

Теория: определение характера музыки, темпа.

Практика: «веревочка» в открытом положении на всей стопе; «веревочка» - в открытом положении с проскальзыванием по полу на опорной ноге, на всей стопе.

Форма контроля: тренировочные упражнения; упражнения-тесты

Тема 1.8. Pas tortilli) в русском, польском характере.

Теория: определение характера музыки, темпа, динамических оттенков.

Практика: Повороты стоп (*pas tortilli*) (музыкальный размер 2/4, 4/4): -одинарные.

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Тема 1.9. Battements developpes в русском, украинском характере.

Теория: определение характера музыки, темпа.

Практика: Развертывание работающей ноги на 45 градусов вперед, в сторону и назад на вытянутой ноге (музыкальный размер 4/4).

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Тема 1.10. Grands battements в разных характерах.

Теория: определение характера музыки, темпа.

Практика: Большие броски вперед, в сторону, назад из 5-й позиции – в 5-ю (муз. размер 2/4).

Форма контроля: Тренировочные упражнения. Промежуточная диагностика (открытое занятие)

Раздел 2. Экзерсис на середине зала

Тема 2.1. Поклоны в танцах разных народов

Теория: характер музыкального произведения, темп.

Практика: Проучивание и отработка : а) простой поясной на месте;
б) простой поясной с движением правой руки к левой стороне груди, затем в 3 позицию, левая рука в подготовительном положении;

Формы и методы работы: практические упражнения.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.2. Положения рук в парах (в русском, испанском танце)

Теория: Положение рук в парах в хороводе и плясовых.

Практика: а) держась за одну руку,

б) за две,

в) под руку,

г) «воротца»,

-положения рук в круге:

а) держась за руки,

б) «корзиночка»,

в) «звездочка»,

-движения:

а) подчёркнутые раскрытия и закрытия рук,

б) раскрытия рук в сторону (ладонями вверх в 3 позицию),

в) взмахи с платочком;

г) хлопки в ладоши.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.3. Подготовка к вращениям на середине зала

Теория: Техника исполнения вращений на середине зала.

Практика: Вращения на одной ноге, вторая на щиколотке невыворотно, с приходом во 2 позицию (невыворотно), без пауз, но в медленном темпе – 1 полугодие.

-То же самое вращение в нормальном темпе – 2 полугодие.

-Разучивается «вкручивающаяся» концовка приемом вращения на одной ноге через *retere* невыворотно, уходит в позицию. Концовка в *plié* или в полупальцы – 2 полугодие.

-«Обертас» по 1 прямой позиции – 1 полугодие;

-«гвоздик» по 6 позиции;

Форма контроля: Тренировочные упражнения. Промежуточная диагностика (открытое занятие).

Раздел 3. Сценические ходы и элементы русского и молдавского танца

Тема 3.1. Ходы в русского и испанского танца;

Теория: Разновидности ходов в русском и молдавском танце.

Практика:

-простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах,

-переменный ход с фиксированием в воздухе ног поочередно в точке на 30-45°, 2 полугодие - на полупальцах - этот же ход,

-переменный ход с фиксированием ноги сзади на носке на полу,

-переменный ход с *plié* на опорной ноге и вынесением работающей ноги на воздух через 1 позицию ног,

-тройной шаг на полупальцах с ударом на четвертый шаг всей стопой в пол,

-шаг с мазком каблук и вынесением сокращенной стопы на воздух на 30-45°,

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 3.2. Танцевальные этюды на основе танцев народов мира.

Теория: Определение по музыкальному материалу народности танцевальной постановки.

Практика:

Танцевальный этюд «Переборы» (русский танец)

Танцевальный этюд «Молдавеняска»;

Танцевальный этюд «Цыганочка»

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Тема 3.3. Промежуточная аттестация

Практика: выявление уровня подготовки детей 1-го года обучения.

Форма контроля: Открытые занятия, отчетный концерт.

Содержание второго года обучения (базовый уровень)

Раздел 1. Экзерсис у станка

Тема 1.1. Вводное занятие. Начальная диагностика.

Теория: вводный инструктаж, первичный инструктаж. Введение в образовательную область. Диагностика.

Практика:

- упражнения на выявление физических данных;

Форма контроля: вводная беседа, практические упражнения.

Тема 1.2. Plie.

Теория: Исполнение plie у станка и на середине зала

Практика: Приседания резкие и плавные по 1-й, 2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой позиции ног.

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Тема 1.3. Battements tendus (на основе русского, венгерского, цыганского танцев);

Теория: определение характера музыки, темпа, динамических оттенков.

Практика: Скольжение стопой по полу с движением пятки опорной ноги.

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Тема 1.4. Battements tendus jetes (на основе русского, венгерского, цыганского танцев);

Теория: комбинирование разновидностей battements tendus jetes

Практика: Маленькие броски:

а) с двумя ударами стопой работающей ноги по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад;

б) с движением пятки опорной ноги вперед, в сторону и назад;

в) сквозные по 1-й открытой позиции (balancoirs) с движением пятки опорной ноги

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Тема 1.5. Каблучное упражнение (на основе русского, венгерского, цыганского танцев);

Теория: определение характера музыки, темпа. Объяснение техники исполнения упражнения

Практика: а) подготовка к упражнению:

- работа пятки опорной ноги;

- попеременное отделение пятки опорной и работающей ноги от пола;

б) вынесение работающей ноги на ребро каблука от щиколотки опорной ноги;

в) вынесение работающей ноги на каблук от голени опорной ноги.

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Тема 1.6. Rond de jambe par terre (на основе русского, венгерского, цыганского танцев);

Теория: определение характера музыки, темпа.

Практика: а) носком с остановкой в сторону или назад;

б) ребром каблука – с остановкой с сторону или назад.

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Тема 1.7. Battements fondus (на основе русского, венгерского, цыганского танцев);

Теория: определение характера музыки, темпа.

Практика: Полуприседания на опорной ноге с постепенным поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45°:

а) на всей стопе;

б) с подъемом опорной ноги на полупальцы.

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Тема 1.8. «Веревоочка» (на основе русского, венгерского, цыганского танцев);

Теория: определение характера музыки, темпа, динамических оттенков.

Практика: а) с выносом ноги вперед на каблук;

б) с переступанием «косыночкой»

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Тема 1.9. Battements developpes (на основе русского, венгерского, цыганского танцев);

Теория: определение характера музыки, темпа.

Практика: Развертывание работающей ноги на 45° вперед, в сторону и назад, на полуприседании (муз.размер 4/4) (плавные и резкие).

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Тема 1.10. Flic-flac (на основе русского, венгерского, цыганского танцев);

Теория: отработка прочных танцевальных навыков.

Практика: Подготовка к “чечетке” в открытом положении вперед, в сторону и назад, с акцентом “от себя к себе”.

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Тема 1.11. Растяжка

Теория: определение характера музыки, темпа.

Практика: Растяжка из 1-й прямой позиции в полуприседании и полное приседание на опорной ноге, стоя лицом к станку.

Форма контроля: тренировочные упражнения.

Тема 1.12. Grands battements (на основе русского, венгерского, цыганского танцев);

Теория: определение характера музыки, темпа.

Практика: Большие броски по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад:

- а) бросок из 5-й позиции на носок и с носка рабочей ноги в 5-ю позицию;
- б) из 5-й позиции на ребро каблука с опусканием в полуприседание опорной ноги в момент прихода работающей ноги на ребро каблука и с вытягиванием при повторном броске работающей ноги;
- в) с падением на работающую ногу.

Форма контроля: контрольные тесты.

Раздел 2. Перескоки и дробные выстукивания

Тема 2.1. Перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции

Теория: характер музыкального произведения, темп.

Практика:

- простые (до щиколотки),
- простые (до уровня колена),
- с ударом по 1 прямой позиции,
- двойные (до уровня колена с ударом),
- с продвижением в сторону.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.2. Дробные выстукивания

Теория: Дробные выстукивания в танцах разных народов.

Практика:

- двойные притопы,
- тройные притопы,
- аналогично с прыжком и наклоном корпуса вперед, в сторону,
- притопы в продвижении,
- притопы вокруг себя,
- ритмические выстукивания в чередовании с хлопками, с использованием одинарных, двойных, тройных притопов и прихлопов,
- простая дробь полупальцами (на месте, в повороте и в продвижении),
- простые переборы каблучками,
- переборы каблучками и полупальцами в ритмическом рисунке,
- переборы каблучками и полупальцами (на месте, в повороте и продвижения с участием работы корпуса),
- «трилистник» с притопом,
- двойная дробь с притопом,
- двойная дробь с притопом и поворотом корпуса на 45^0 ,
- тройные притопы с акцентированным подъемом колена (в различных ритмических рисунках, темпах, в сочетании с мелкими переступаниями),
- «горошек мелкий» — заключительный, с притопами в конце, перескок заключительный,
- «ключ» простой и двойной, с подскоком

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 2.3. Вращения по диагонали класса (с рукой в характере украинского танца, с рукой с платочком в русском характер).

Теория: Техника исполнения вращений на середине зала.

Практика:

1. Tour-riche в раскладке, с рукой в характере украинского танца, с рукой с платочком в русском характере.
2. Бег с выбрасыванием правой ноги вперед.
3. Бег по 1 прямой позиции (поворот за два бега) – 1 полугодие, поворот за один бег – 2 полугодие.
4. Большие «блинчики» в сочетании с бегом в различных ритмических рисунках – 2 полугодие.
5. Большие «блинчики» в чередовании с маленькими «блинчиками», в различных ритмических рисунках.
- Большой «блинчик» в сочетании с shaine.
- Маленький «блинчик» в сочетании с вращением шаг на «каблук».
- Дробные выстукивания в повороте в соединении с шагом на каблук, выносом ноги на каблук, «ковырялочкой» с выбиванием ноги в сторону.

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Раздел 3. Танцевальные ходы и дробные выстукивания.

Тема 3.1. Ходы и дробные выстукивания

Теория: Разновидности ходов и дробей в русском танце..

Практика:

- простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах,
- переменный ход с фиксированием в воздухе ног поочередно в точке на 30-45°, 2 полугодие - на полупальцах - этот же ход,
- переменный ход с фиксированием ноги сзади на носке на полу,
- переменный ход с plié на опорной ноге и вынесением работающей ноги на воздух через 1 позицию ног,
- тройной шаг на полупальцах с ударом на четвертый шаг всей стопой в пол,
- шаг с мазком каблук и вынесением сокращенной стопы на воздух на 30-45°,

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 3.2. Танцевальные этюды на основе танцев народов мира.

Теория: Определение по музыкальному материалу народности танцевальной постановки.

Практика: отработка прочных танцевальных навыков, исполнение танцевальных комбинаций и танцев.

Танцевальный этюд «Переборы» (русский танец)

Танцевальный этюд «Молдавеняска»;

Танцевальный этюд «Цыганочка»

Форма контроля: тренировочные упражнения, наблюдение.

Тема 3.3. Промежуточная аттестация

Практика: проведение диагностики во время выполнения танцевальных комбинаций для подведения итогов реализации программы, выявление уровня подготовки детей 2-го года обучения.

Форма контроля: отчетный концерт.

Планируемые результаты

Предметные результаты:

стартовый уровень:

учащиеся первого года обучения будут знать:

- правила техники безопасности в танцевальном зале;
- основные положения позиций рук и ног в народном танце;
- положение головы и корпуса во время исполнения простейших элементов русского и молдавского танцев, освоение данных элементов на середине;

- знать движения в различных ракурсах и рисунках;

учащиеся первого года обучения будут уметь:

стартовый уровень:

- владеть приемами: «сокращенная стопа», «скошенный подъем»;
- уметь ориентироваться в пространстве: у станка и на середине зала;
- эмоционально передавать характер движений;
- уметь исполнять движения в характере русского и молдавского танцев;
- получают первоначальные навыки при исполнении вращений и подготовок к ним;
- владеть техникой исполнения программных движений;
- применять навыки выразительного движения;

Личностные результаты:

стартовый уровень:

- развитие хореографическо-эстетического чувства, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству;
- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей;
- развитие творческих способностей;
- развитие интеллектуальных способностей, приобретение интеллектуальных знаний;
- освоение танцевальных направлений как духовного опыта поколений;

Метапредметные результаты:

стартовый уровень:

- развитие коммуникативных способностей учащихся через учебно-практическую деятельность;
- развитие способности творческого выполнения практической деятельности;
- развитие способности использовать приобретённые предметные знания и опыт практической деятельности для решения задач реальной жизни;

Учащиеся второго года обучения

Предметные результаты:

базовый уровень:

учащиеся второго года обучения будут знать:

- основные движения русского, венгерского и цыганского танцев;

- манеру исполнения упражнений и характер русского, венгерского, цыганского танцев;

- технику исполнения вращений на середине зала и по диагонали.

учащиеся второго года обучения будут уметь:

базовый уровень:

- ориентироваться в пространстве, на сценической площадке;

- работать в паре и танцевальными группами;

- грамотно исполнять программные движения у станка и на середине зала;

Личностные результаты: базовый уровень:

- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;

- эмоциональное восприятие и оценивание танца;

- формирование и развитие умения импровизировать на свободную тему;

- развитие навыка общения в паре;

Метапредметные результаты: базовый уровень:

- понимание роли хореографии в жизни человека;

- умение различать лирические, эпические, драматические образы в танце;

- определение по характерным признакам хореографических композиций к соответствующему танцевальному направлению и стилю- танец

классический, народный, эстрадный, современный;

- получение представления о средствах танцевальной выразительности ;

КОМПЛЕКС

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график реализации дополнительной
общеобразовательной общеразвивающей программы

«Танцевальная планета»

на 2026-2027 учебный год

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год обучения	01.09.2026	31.08.2027	36	72	144	2 часа 2 раза в неделю
2 год обучения	01.09.2026	31.08.2027	36	72	144	2 часа 2 раза в неделю
Этапы образовательного процесса						
1 полугодие				17 недель		
2 полугодие				19 недель		
Промежуточная аттестация				14 декабря – 30 декабря		
				1 – 31 мая		
Зимние праздники				31 декабря – 10 января		

Условия реализации программы

Организационные условия, позволяющие реализовать содержание данной программы предполагает наличие специального учебного кабинета (кабинета хореографии) со специальным оснащением: станки, зеркала, комната для переодевания.

Для занятий по программе необходимы следующие средства и материалы:

-аудио-и видео аппаратура и материалы, фоно-и видеотека.

Кадровое обеспечение программы: педагог, работающий по данной программе, должен иметь высшее или среднее профессиональное образование, обладать профессиональными знаниями в хореографическом творчестве, знать специфику дополнительного образования, иметь практические навыки в сфере организации интерактивной деятельности детей.

Формы аттестации

В начале учебного года проводится начальная диагностика, позволяющая определить физический и музыкальный уровень ребенка. Подведение итогов по результатам освоения материалов данной программы могут быть в форме промежуточной диагностики, где дети демонстрируют полученные практические навыки. В течение года проводятся открытые учебные занятия для родителей. В конце учебного года – отчетный концерт. Результатом освоения программы также является участие детей в хореографических конкурсах.

Для отслеживания результатов овладения содержанием программы используются методы: педагогическое наблюдение, тестирование. По окончании разделов проводятся контрольные занятия для выявления полученных знаний и умений. Подведение итогов по результатам освоения материалов в течение года проходит в форме промежуточной аттестации. В конце каждого полугодия проводятся открытые учебные занятия для родителей.

Оценочные материалы

Разработана 3-х балльная система оценок по диагностическим критериям.

Контрольно-измерительные материалы:

-тестовые задания;

-«Терминология классического танца»;

-«Основы народного танца»;

-«Дробные выстукивания»;

Контрольные задания по темам: «Терминология народного танца»,

«Ритмический рисунок дробы».

Методические материалы

1. Видеоматериалы и аудиоматериалы:

- видеолекции- «Тема балета в творчестве художников. Э.Дега»;

- видеозапись и анализ рядовых занятий, выступлений;

- слайдовая презентация «Танец-это жизнь»;

- прослушивание фонограмм музыкальных произведений (знакомство с

классическим наследием - балетами).

2. Дидактические материалы:

Раздаточный материал:

- бланки тестов и анкет;
- бланки диагностических заданий.

3. Методические материалы:

- конспекты практических занятий;
- диагностические тесты «физические данные» для проведения начальной и итоговой аттестации учащихся;
- перечень вопросов для выявления уровня освоения темы;
- танцевальные викторины.

Список литературы и источников, рекомендованной педагогам

1. Заикин Н. Фольклорный танец и его сценическая обработка. - Орел, Труд, 1999
2. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца. – Орел, «Труд», 1999,1 том; 2 том - 2004
3. Климов А. Основы русского народного танца.
4. Степанова Л.Г. Народные сюжетные танцы. - М., 1967

Интернет – ресурсы:

1. Элайбери - <https://www.elibrary.ru/defaultx.asp>
2. Киберленинка - <https://cyberleninka.ru/>
- 3.Books_for_dancer-
https://instagram.com/books_for_dancer?iqshid=ckx3p8y5xy4c

Список литературы , рекомендуемый учащимся

1. Богданов Г. Русский народный танец. М., 1995
2. Власенко Г. Танцы народов Поволжья. – Самара: СГУ, 1992
3. Гербек Г. Характерный танец: настоящее и будущее. // Советский балет, 1990: № 1
4. Королева Э. Хореографическое искусство Молдавии. - Кишинев, 1970

Список литературы, рекомендуемый родителям

1. Портнов Г. Ну-ка, дети, встаньте в круг (танцы народов мира). – г. Санкт-Петербург: Композитор, 2013.- 260 с.
2. Затыкина Т.А., Стрепетова Л.В. Музыкальная ритмика: Планета, 2013.- 145с.