

Выписка из основной образовательной программы
начального общего образования МБОУ СОШ № 186
(утвержденной приказом №138-од от 27.08.2026г.)

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Новосибирска «Средняя
общеобразовательная школа № 186»

**Рабочая программа
дополнительного образования детей
танцевальная студия
«Кристалл»
1-4 класс**

Новосибирск 2026

Пояснительная записка

Настоящая дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности разработана с учетом:

- Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Министерства образования Российской Федерации от 29.08.2013г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепции развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Образовательной программы МБОУ СОШ № 186.

Современный танец является одним из основных предметов, он развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной осанки, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела – в этом его значение и значимость. Программа способствует разрешению этих вопросов, чем и обусловлена её **актуальность**.

Цель программы: создание условий для раскрытия творческого потенциала воспитанников и повышения их технического мастерства и выразительности.

Задачи:

обучающие:

1. формирование знаний об основных хореографических понятиях;
2. формирование знаний по исполнению экзерсиса у станка и на середине;
3. обучение навыкам постановочной и концертной деятельности;

развивающие:

1. формирование и развитие специальных навыков и умений по хореографии;
2. формирование и развитие познавательного интереса к хореографическому искусству и общей культуры личности;
3. формирование и развитие способностей к самостоятельной и коллективной работе;
4. развитие коммуникативных способностей обучающихся через учебно-практическую деятельность;
5. развитие способности творческого выполнения практической деятельности;
6. развитие способности использовать приобретённые предметные знания и опыт практической деятельности для решения задач реальной жизни;

воспитательные:

1. воспитание эстетического восприятия;
2. воспитание всесторонне развитой личности, стремящейся к саморазвитию и самосовершенствованию;

3. создание условий для общения и адаптации к современной жизни на основе культурных ценностей;

4. формирование и развитие желания к продолжению образования и профессиональному самоопределению (готовности к трудовой деятельности)

В результате реализации программы обучающиеся будут знать:

- Основные хореографические понятия;
- Основы постановочной и концертной деятельности;

В результате реализации программы обучающиеся будут уметь:

- Уметь различать различные жанры музыкальных произведений .
- Уметь легко, пластично двигаться, согласуя движения с построением музыкального произведения.
- Уметь в движениях передать характер музыки.
- Освоить различные танцевальные движения.
- Понимать и чувствовать ответственность за правильное исполнение танца на выступлениях.
- Освоить гимнастическую подготовку.
- Уметь танцевать несколько танцевальных композиций.

У обучающихся будут развиты следующие личностные качества:

- Повышение интереса к занятиям по танцу и развитие желания добиваться хороших результатов, проявляя упорство и настойчивость;
- стремление систематически овладевать теоретическими и практическими знаниями и навыками;
- стремление активно участвовать в общественной и культурной жизни коллектива, школы, района и города.

воспитательные:

1. воспитание эстетического восприятия;
2. воспитание всесторонне развитой личности, стремящейся к саморазвитию и самосовершенствованию;
3. создание условий для общения и адаптации к современной жизни на основе культурных ценностей;
4. формирование и развитие желания к продолжению образования и профессиональному самоопределению (готовности к трудовой деятельности).

Программа рассчитана на обучающихся 8-10 лет.

Срок реализации программы: 1 год

Предметные результаты представлены в виде комплекса приобретенных знаний, умений, навыков:

в области исполнительской подготовки:

- знаний основ техники безопасности на учебных занятиях и концертной площадке;
- знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности;
- умение исполнять танцевальные номера;
- умение определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа;
- умение самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
- навыки владения различными танцевальными движениями, упражнениями на развитие

физических данных;

- навыки ансамблевого исполнения танцевальных номеров;
- навыки сценической практики;
- навыки музыкально-пластического интонирования;
- навыки сохранения и поддержки собственной физической формы.

в области историко-теоретической подготовки:

- первичных знаний основных эстетических и стилевых направлений в области хореографического искусства, выдающихся отечественных и зарубежных произведений в области хореографического искусства;
- знаний основных средств выразительности хореографического и музыкального искусства;
- знаний наиболее употребляемой терминологии хореографического искусства.

Метапредметные результаты.

Развитие эмоционально-эстетического восприятия действительности, художественно-творческих способностей учащихся, образного и ассоциативного мышления, фантазии, зрительно-образной памяти, вкуса, художественно-музыкальных способностей.

Личностные результаты.

Освоение в свободной форме ведущей деятельности данного возраста – учебно-познавательной, способствует развитию эмоционально-волевой и коммуникативной сферы ребенка. У обучающихся постепенно развиваются такие качества, как выдержка, уверенность, настойчивость, самостоятельность. Формирование интереса к самостоятельному поиску и анализу информации, информационно-коммуникативных навыков.

Материально-техническая база:

Занятия проводятся в хореографическом зале, соответствующем требованиям санитарно-эпидемиологических норм.

В хореографическом зале имеется оборудование, необходимое для проведения занятий:

- хореографический станок;
- зеркала;
- музыкальная аппаратура, компьютер.

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие – 2 часа

Раздел 2. Ритмика и музыкальная грамота – 10 часов

Раздел 3. Азбука классического танца – 12 часов

Раздел 4. Народные танцы - 13 часов

Раздел 5. Ритмика и музыкальная грамота – 8 часов

Раздел 6. Классический танец – 13 часов

Раздел 7. Народный танец – 13 часов

№	Содержание и вид работы	Кол-во часов
	Вводное занятие	2
1	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	2
	Ритмика и музыкальная грамота	10

1.	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	1
2.	Музыкальный размер. Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	1
3.	Танцевальная музыка: марши, польки, вальсы.	1
4.	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	1
5.	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);	1
6.	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу)	1
7.	Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног.	1
8.	Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног.	1
9.	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп.	1
10.	Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия.	1
	Азбука классического танца	12
11.	Поклон. Позиции ног – I, II, III, IV	1
12.	Позиции рук – подготовительное положение, I, III, II	1
13.	Relevés на полупальцы в I, II, V позициях с вытянутых ног	1
14.	Port de bras в сторону, назад в сочетании с движениями рук	1
15.	Plie (полуприседания) во всех позициях	1
16.	Plie (полуприседания) во всех позициях	1
17.	Grands plie в I, II, V, IV позициях	1
18.	battement tendu (выведение ноги на носок)	1
19.	battement tendu (выведение ноги на носок)	1
20.	Battements tendus jets (маленькие броски)	1
21.	Battements tendus jets (маленькие броски)	1
22.	прыжки на I, II и V позициях (temps leve)	1
	Народные танцы	13
23.	Позиции ног. Положение стопы и подъема.	1
24.	Позиции и положения рук. Движение кисти.	1
25.	Хлопки в ладоши	1
26.	Танцевальный шаг с носка, переменный шаг	1
27.	Ковырялочка без подскоков	1
28.	Припадание на месте, с продвижением в сторону	1
29.	Припадание на месте, с продвижением в сторону	1

30.	“Косичка”.	1
31.	«Веребочка» простая	1
32.	«Веребочка» простая	1
33.	“Маятник”	1
34.	“Маятник”	1
35.	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1
	Ритмика	8
36.	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	1
37.	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);	1

38.	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);	1
39.	Понятие о рабочей и опорной ноге.	1
40.	Понятие «шаг» 45°, 90°, 180°. Растяжка	1
41.	Постановка корпуса. Движения плечами, руками	1
42.	Шахматный порядок. Основные танцевальные элементы.	1
43.	Полька	1
	Классический танец	13
44.	Demi-plis u grand-plis (полуприседания и полные приседания)	1
45.	Battements tendus (скольжение стопой по полу)	1
46.	Battements tendus jets (маленькие броски)	1
47.	Grand battements jets (большие броски)	1
48.	Grand battements jets (большие броски)	1
49.	Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу)	1
50.	rond de jambe par terre на demi-plie (круговые движения по полу в полуприседании)	1
51.	Battements fondus в сторону, вперед, назад носок в пол	1
52.	Battements fondus в сторону, вперед, назад на 45°	1
53.	Battements frappes в сторону, вперед, назад носок в пол	1
54.	Battements frappes в сторону, вперед, назад на 45°	1
55.	Temps leve saute по I, II, V позициям	1
56.	Glissade (прыжок с продвижением)	1
	Народный танец	13
57.	Ковырялочка с притопом	1
58.	«Гармошка», «Елочка».	1
59.	Упражнения с ненапряженной стопой (флик-фляк).	1
60.	«Веребочка» с переступанием	1
61.	«Веребочка» в сочетании с пристукиванием.	1
62.	Припадание вперед, в сторону, на месте	1
63.	Дробь с подскоком на месте и с продвижением вперед	1
64.	Дробные выстукивания.	1
65.	Дробные выстукивания.	1
66.	«Ключ» простой и дробный	1
Итого		68

Форма подведения итогов: результат участия в отчетном концерте