

**Комитет по образованию
администрации Всеволожского муниципального района Ленинградской области**

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования
«Дворец детского (юношеского) творчества Всеволожского района»
(МБОУДО ДДЮТ)**

ПРИНЯТА
на заседании
экспертно-методического совета
(протокол от 22.08.2025 № 1)

УТВЕРЖДЕНА
приказом МБОУДО ДДЮТ
от 22.08.2025 № 73

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ПУТЬ К ТАНЦУ»
(хореографическая студия «Созвездие»)**

Авторы (составители): **Борисов Артем Иванович,**
Семянникова Виктория Андреевна,
педагоги дополнительного образования

Направленность программы: **художественная**

Уровень программы: **ознакомительный**

Возраст детей, осваивающих программу: **6-8 лет**

Срок реализации программы: **2 года (144 часа, по 72 часа в год)**

г. Всеволожск
2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно-правовая база

Дополнительная общеразвивающая программа «Путь к танцу» (далее – программа) художественной направленности ознакомительного уровня разработана на основе следующих нормативных актов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей (утв. Указом Президента РФ от 9 ноября 2022 г. № 809);
- Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
- Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей (утв. приказом Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467);
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629);
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242 "О направлении информации" (вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы));
- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 N ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей);
- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28);
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2);
- Устав МБОУДО ДДЮТ;
- Рабочая программа воспитания МБОУДО ДДЮТ;
- Положение о дополнительных общеразвивающих программах, реализуемых в МБОУДО ДДЮТ;
- Положение о реализации программы (системы) наставничества в МБОУДО ДДЮТ.

Актуальность программы

В настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни. Среди множества форм художественного воспитания особое место занимает хореография.

Искусство танца – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия потенциальных возможностей маленького человека. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным.

Занятия хореографией развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т. д.). Танец способствует обучению правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству. Освоение программы закладывает интерес и базу для дальнейшего освоения хореографического искусства.

Отличительные особенности программы

Особенность программы состоит в том, что её содержание адаптировано к возможностям детей старшего дошкольного возраста и младшего школьного возраста. Программа включает в себя разделы «Танцевальная азбука», «Элементы танцевальных движений», «Музыкально-ритмическая часть», «Партерный экзерсис», имеет общеразвивающий характер обучения. Программа построена на здоровьесберегающих технологиях и игровой форме обучения с применением ритмопластики.

Принципы обучения:

- индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возрастных особенностей ребёнка);
- систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
- наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);
- принцип движения от простого к сложному;
- принцип последовательного прохождения материала;
- повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков).

Воспитательный компонент

Воспитание как неотъемлемая часть образовательного процесса при реализации программы осуществляется путем включения в её содержание тем и заданий, освоение которых помогает решению педагогических задач в разных областях воспитательной работы, а также через создание условий, способствующих становлению и развитию высоконравственной и социально ответственной личности.

Цель, задачи, направления и целевые ориентиры воспитания представлены в Рабочей программе воспитания МБОУДО ДДЮТ.

При планировании воспитательной работы учитываются традиционные, муниципальные, региональные, федеральные мероприятия, связанные с

юбилейными и государственными датами на основе Календарного плана воспитательной работы МБОУДО ДДЮТ на учебный год.

Направленность программы определяет особенности и характер воспитательной работы, осуществляемой в процессе ее реализации.

В соответствии с художественной направленностью программы «Путь к танцу» она в наибольшей степени направлена на эстетическое воспитание детей. Через опыт творческой деятельности в области танцевального искусства дети приобщаются к отечественной и мировой художественной культуре. Важное воспитательное значение имеет формирование и развитие личностного отношения детей к танцевальным занятиям, хореографии, к собственным нравственным позициям и этике поведения в учебном коллективе;

воспитание уважения к труду, результатам труда, уважения к старшим;

воспитание уважения к танцевальной культуре народов России, мировому танцевальному искусству.

Важными условиями, обеспечивающими эффективность воспитательного воздействия в ходе реализации программы, являются характер взаимодействия педагога с учащимися и психологический климат в детском коллективе. Установление доверительных отношений с педагогом помогает ребенку в полной мере раскрыть свой творческий и личностный потенциал. Создание в детском объединении атмосферы творческого сотрудничества, взаимоуважения и поддержки является значимым компонентом воспитательной работы. Проведение открытых творческих мероприятий позволяет закрепить воспитательный эффект благодаря вовлечению родителей в жизнь детского объединения. Успешному решению воспитательных задач также способствует участие детей в тематических мероприятиях на уровне учреждения, района, области: творческих концертах, конкурсах, фестивалях, мастер-классах.

Важной воспитательной составляющей является сам характер занятий, так как для достижения значимого результата в области танцевального искусства большое значение имеет развитие у детей следующих качеств: прилежание, целеустремленность, самодисциплина, умение планировать и контролировать свою деятельность. Все эти качества определяют процесс гармоничного становления социально ответственной личности.

Цель программы – укрепление физического и психического здоровья в процессе обучения начальным навыкам танцевального искусства и воспитание хореографической культуры.

Задачи программы:

Обучающие:

- познакомить с предметом хореография;
- сформировать представление о понятиях: характер музыки, темп, ритм;
- формировать чувство ритма, навыки ориентировки в пространстве;
- развивать специальные хореографические навыки: выворотность ног, танцевальный шаг;
- сформировать начальные навыки выполнения танцевальных

упражнений и движений.

Развивающие:

- развивать физические качества: гибкость, пластичность, выносливость, умение управлять своим телом;
- развивать музыкальный слух, эмоциональную отзывчивость на музыку, танцевальную выразительность;
- развивать координацию движений;
- развивать коммуникативные навыки;
- укреплять опорно-двигательный аппарат.

Воспитательные:

- воспитывать трудолюбие;
- прививать навыки здорового образа жизни, стремление к двигательной активности;
- воспитывать морально-волевые качества: ответственность, силу воли, целеустремленность;
- формировать творческую активность, инициативной;
- воспитывать чувство коллективизма.

Организационно-педагогические условия

Срок реализации программы – 2 года.

Возраст учащихся, на который рассчитана программа – 6-8 лет.

В группу 1 года обучения принимаются дети 6 лет. В группу 2 года обучения переводятся дети, освоившие программу 1 года обучения, и принимаются дети 7-8 лет.

На обучение принимаются дети, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровью. Обучающиеся предоставляют заключение от врача (справку) об отсутствии противопоказаний для занятий хореографией.

Наполняемость группы: 1 год обучения – 12 человек, 2 год обучения – 10-12 человек.

Календарный учебный график

Год обучения	Период обучения		Период каникул	Кол-во учебных недель / часов	Режим занятий	Вид и сроки проведения аттестации
	начало	окончание				
1	01.09	31.05	В соответствии с календарным учебным графиком учреждения на текущий учебный год	36 / 72	2 занятия в неделю по 1 акад. часу (30 минут)	Промежуточная (май)
2	01.09	31.05		36 / 72		

Форма обучения – очная.

Форма организации образовательной деятельности учащихся:
групповая.

Формы занятий: игра, учебное занятие, репетиция.

Обучение основывается на принципе последовательного прохождения материала, а также предполагает спиральную структуру, т. е. постепенное расширение и углубление знаний по данному виду деятельности. Каждое учебное занятие предполагает использование элементов разных разделов программы.

Условия реализации программы:

- оборудованный для занятий по хореографии класс (станок, зеркала, теплый пол);
- физкультурные коврики;
- резиновые мячи среднего размера;
- ПК, CD-плеер, телевизор с USB-портом.

Планируемые результаты

Предметные результаты освоения программы обучения.

К концу 1-го года обучения дети будут знать:

- названия основных танцевальных движений и элементов;
- терминологию партерного экзерсиса;
- правила гигиены тела, тренировочной одежды;

будут уметь:

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- реагировать на начало музыки и её окончание, ритмично ходить под музыку;
- бегать, хлопать ладошками, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах, владеть простейшими навыками игры с мячом;
- двигаться по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу в рассыпную и собираться в круг или в линию;
- выполнять элементы партерной гимнастики;

К концу 2-го года обучения дети будут знать:

- основные понятия и термины начальной хореографии;
- основные понятия и термины партерной гимнастики;
- начало и конец музыкального вступления;
- названия танцевальных элементов и движений;
- правила исполнения движений в паре;
- откликаться на динамические оттенки в музыке;
- выполнять простейшие ритмические рисунки;
- красиво и правильно исполнять танцевальные элементы;

уметь:

- давать характеристику музыкальному произведению;
- правильно исполнять основные элементы упражнений;
- выразительно двигаться под музыку;
- реагировать на музыкальное вступление;
- слышать ритмический рисунок мелодии;
- правильно исполнять ритмические комбинации;

- ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- исполнять движения в парах, в группах;
- держаться правильно на сценической площадке.
- ориентировка в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- исполнение движения в парах, в группах.

Личностные результаты освоения программы обучения

Результаты развития обучающихся:

- укрепление и развитие мышечного аппарата;
- чувство ритма, эмоциональная отзывчивость на музыку, выразительность движений;
- музыкально-ритмические навыки;
- координация движений, пластичность;
- умение ориентироваться в пространстве (в хореографическом зале);
- развитие выворотности ног;
- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами, передавать несложный музыкальный ритмический рисунок.

Результаты воспитания обучающихся:

- общение в коллективе, проявляя дружелюбие и активность;
- эмоциональный отклик и интерес к музыкально-ритмическим движениям;
- дисциплина, проявление ответственности и выдержки на протяжении всего занятия.

Система оценки результатов освоения программы

Данная программа предполагает следующие виды контроля:

Виды контроля и аттестации	Формы контроля	Оценочные материалы
Входной контроль (первичная диагностика) (начало учебного года)	Просмотр и собеседование	Карта входящего контроля
Текущий контроль	педагогическое наблюдение, беседы, участие в конкурсах	Диагностическая карта
Промежуточная аттестация по окончании 1-го года обучения (май)	Отчетное занятие	Зачетная ведомость промежуточной аттестации
Итоговый контроль проводится в конце 2-го года обучения (май)	Отчетное занятие	Диагностическая карта

Входной контроль проводится с целью выявления степени подготовки учащихся для занятий хореографией. При наборе учащихся проводится собеседование и просмотр по определенным критериям:

- проверка музыкального слуха, посредством простукивания или прохлопывания заданного ритмического рисунка;
- выявление физических данных;

– желание ребенка научиться танцевать.

Промежуточная аттестация проводится в форме отчетного мероприятия. Результаты отчётного мероприятия заносятся в зачётную ведомость. Итоговой аттестации нет.

Для анализа и мониторинга уровня освоения программы разработана диагностическая карта с критериями оценки. Учащимся, успешно освоившим программу, выдаётся свидетельство о дополнительном образовании.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 год обучения

№ п/п	Разделы, темы	Всего			Форма контроля, промежуточной аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие «Хореография – мир танца»	1	0,5	0,5	Первичная диагностика – беседа, просмотр
2.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	25	5	20	Педагогическое наблюдение
3.	Партерная гимнастика	25	5	20	Педагогическое наблюдение, Промежуточная аттестация
4.	Танцевальные этюды, игры, танцы	20	5	15	Педагогическое наблюдение
5.	Итоговое занятие	1	-	1	Открытое занятие, промежуточная аттестация
	ИТОГО	72	15,5	56,5	

2 год обучения

№ п/п	Разделы, темы	Всего			Форма контроля, промежуточной аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	0,5	0,5	Первичная диагностика – беседа, просмотр
2.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	25	4	21	Педагогическое наблюдение
3.	Партерная гимнастика	25	4	21	Педагогическое наблюдение, Промежуточная аттестация
4.	Танцевальные этюды, игры, танцы	20	4	16	Педагогическое наблюдение
5.	Итоговое занятие	1	-	1	Открытое занятие
	ИТОГО	72	15,5	56,5	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения

Тема 1. Вводное занятие (1 час)

Теория. Введение в программу. Цели и задачи 1-го года обучения, план работы. Инструктаж по охране жизни, здоровья и безопасности учащихся.

Практика. Беседа. Выполнение диагностических упражнений.

Тема 2. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений (25 часов)

Теория. Танцевальная азбука. Элементы танцевальных движений. Правила исполнения танцевальных движений. Ориентировка в пространстве. Основные понятия: музыка, темп, такт.

Практика:

- постановка корпуса;
- упражнения для рук, кистей
- упражнения для плеч;
- упражнения для головы;
- упражнения для корпуса и пальцев;
- выполнение упражнений танцевальной азбуки, ознакомление детей с элементами танцевальных движений:
- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой;
- топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;
- хлопки;
- упражнения с атрибутами (мяч, погремушка)

Выполнение изученных элементов танцевальных движений. Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве:

- упражнения и игры по ориентации в пространстве;
- построение в круг;
- построение в линию;
- построение в две линии.

Выполнение упражнений по ориентации в пространстве. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком.

Тема 3. Партерная гимнастика (упражнения на полу) (25 часов)

Теория. Понятие «партер» и значение. Партерная гимнастика. Знакомство с элементами партерной гимнастики. Правила выполнения движений.

Практика. Ознакомление с элементами партерной гимнастики:

- упражнения для развития гибкости;
- упражнения для стоп;
- упражнения для развития растяжки;

- упражнения для позвоночника.

Выполнение тренировочных упражнений на полу. Комплекс упражнений, направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.

Тема 4. Танцевальные этюды, игры, танцы (20 часов)

Теория. Методика исполнения основных движений.

Практика:

- составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов;
- сочинение с детьми танцевальных этюдов;
- ознакомление детей с играми;
- применение игр на занятиях.

Тема 5. Итоговое занятие (1 час)

Практика. Проведение промежуточной аттестации в форме открытого занятия.

2 год обучения

Тема 1. Вводное занятие (1 час)

Теория. Введение в программу. Цели и задачи 2-го года обучения, план работы. Инструктаж по охране жизни, здоровья и безопасности учащихся.

Практика. Беседа. Выполнение диагностических упражнений.

Тема 2. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений (25 часов)

Теория. Правила выполнения упражнений. Последовательность.

Практика. Закрепление и ознакомление с новыми элементами танцевальной азбуки:

- упражнения для головы: наклоны головы вперед, назад, в стороны, по полукругу;
- упражнения для плеч: спокойные или быстрые подъемы плеч вверх и опускания их вниз;
- упражнения для рук, кистей, пальцев. Работа над выразительностью подъема рук в стороны или вверх;
- упражнения с предметами.
- упражнения на развитие полученных навыков игры с мячом.

Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой головы. Выполнение изученных упражнений танцевальной азбуки. Ознакомление с новыми элементами танцевальных движений:

- равномерный бег с захлестом голени;
- легкие, равномерные, высокие прыжки;
- перескоки с ноги на ногу;
- простой танцевальный шаг, приставной шаг
- шаги на полупальцах и пятках;
- притопы: удары стопы в пол равномерно и по три;

Выполнение изученных элементов танцевальных движений. Закрепление

танцевальных элементов: полуприседания, повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук. Ознакомление детей с танцевальными рисунками.

Проведение игр для развития ориентации детей в пространстве. Выполнение изученных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве.

Тема 3. Партерная гимнастика (упражнения на полу) (25 часов)

Теория. Правила выполнения упражнений. Последовательность. Образное восприятие всех выполняемых движений, которые вырабатывают гибкость, выворотность, растяжку.

Практика. Знакомство с новыми элементами партерной гимнастики:

- образные движения;
- танцевальные этюды на полу.

Выполнение изученных упражнений партерной гимнастики на растяжку и гибкость.

Тема 4. Танцевальные этюды, игры, танцы (20 часов)

Теория. Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.

Практика. Сочинение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении. Слушание музыки, сказок и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов. Отгадывание музыкальных загадок.

Тема 5. Итоговое занятие (1 час.)

Теория: Вопросы и задания по разделам программы.

Практика. Подведение итогов освоения программы в форме открытого отчетного занятия. Выполнение контрольных заданий: ответы на вопросы, демонстрация изученных упражнений, танцевальных этюдов.

Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы

«Путь к танцу»

№	Наименование разделов	Методы обучения	Формы занятий	Комплекс средств обучения
1	Азбука хореографии и изучение танцевальных элементов	словесный (объяснение), наглядный (показ), практический (отработка упражнений)	Учебное занятие	Барышникова Т. Азбука хореографии. http://rutracker.org/forum/viewtopic.php?t=3093003 Танцевальный совет ЮНЕСКО, семинары-практикумы по современным методикам преподавания хореографии. Видео материалы сайтов rutube и youtube https://rutube.ru/video/87e91ce78720f75934cd0f52748cfb8f/
2	Партерная гимнастика	словесный (объяснение), наглядный (показ), практический (отработка упражнений)	Учебное занятие	Танцевальный совет ЮНЕСКО, семинары-практикумы по современным методикам преподавания хореографии. Методические пособия ЛГИК Видео материалы сайтов rutube и youtube https://www.youtube.com/watch?v=A13eUkc_JIk#t=833
3	Танцевальные этюды, игры, танцы.	словесный (объяснение), наглядный (показ), практический (игра, отработка упражнений)	Учебное занятие, игра, репетиция	Танцевальный совет ЮНЕСКО, семинары-практикумы по современным методикам преподавания хореографии. Методические пособия ЛГИК. Т.Ф. Коренева «Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста» http://yadi.sk/d/kjKYEjwENVTyD

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список использованной литературы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Айрис Пресс, 2001. – 266 с.
2. Ерохина О. В. Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. – Ростов на/Д.: Феникс, 2003.
3. Зацепина Мария. Музыкальное воспитание в детском саду. – М.: Мозаика-Синтез, 2015.
4. Методические пособия ЛГИК. – СПб.: Изд-во ЛГИК, 1983 – 1987 гг.
5. Роот З. Я. Танцы с нотами для детского сада. – М., 2007.

Интернет – источники

1. Упражнения на ритм
<https://rutube.ru/video/87e91ce78720f75934cd0f52748cfb8f/>
2. Партерный экзерсис. –
URL:https://www.youtube.com/watch?v=A13eUkc_Jk#t=833
3. Коренева Т. Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – URL:
<http://yadi.sk/d/kjKYEjwENVTyD>
4. Музыка и учебный материал с сайта «Хореограф на Миллион» : [сайт].
– URL: <http://www.horeograf.com/>