АДМИНИСТРАЦИЯ ЗАВОДСКОГО РАЙОНА
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ГОРОД САРАТОВ»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»

ПРИНЯТА
на заседании методического совета МУДО «ЦДО»
протокол
от «25» 05 2026 г.
№ 9

СОГЛАСОВАНО
Директор
МОУ «ООШ № 26 им.В.Д.Хомяковой»
О.В.Байбакова
«26» 05 2026г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МУДО «ЦДО»
А.В. Котлячков
«27» 05 2026 г.
Приказ от 27.05.2026 № 241

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «В ритме танца», реализуемая в сетевой форме

Возраст учащихся: 6-17 лет
Срок реализации: 5 лет

Автор-составитель:
Какурина Светлана Вячеславовна,
педагог дополнительного образования
МУДО «ЦДО»

г. Саратов – 2026

СОДЕРЖАНИЕ

I. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.
1.1. Пояснительная записка
1.2. Цель и задачи программы
1.3. Планируемые результаты программы
1.4. Формы и периодичность контроля планируемых результатов
1.5. Содержание программы
    1.5.1. Учебный планы
    1.5.2. Содержание учебных планов

II. Комплекс организационно-педагогических условий
2.1. Методическое обеспечение программы
2.2. Рабочая программа воспитания
2.3. Условия реализации программы
2.3. Оценочные материалы

Список литературы
Интернет-ресурсы

Приложение №1. Рабочая программа к основной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
Приложение № 2. Оценочные материалы
Приложение № 3. Методические материалы
Приложение № 4. Календарный учебный график
Приложение № 5. Календарный план воспитательной работы
Приложение № 6. Репертуар на учебный год

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «В ритме танца» - художественной направленности, реализуется в сетевой форме.

Программа предоставляет широкие возможности обучения основам танцевального искусства, дает возможность ввести детей и подростков в мир хореографии, с помощью игровых технологий познакомить с некоторыми танцевальными жанрами и направлениями. Программа поможет учащимся творчески самовыражаться и проявлять себя посредством пластики, ритмики и импровизации.

Занятия хореографией формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Прослушивание ритмичной танцевальной музыки развивает и внутренне обогащает, прививает умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром.

Актуальность программы.

Актуальность программы обусловлена потребностями современного общества и образовательным заказом государства в области развития детей. Программа направлена на компенсацию «двигательной неуспеваемости» учащихся и преодоление активности в компьютерных играх. Противостоять этому могут только более яркие и развлекательные занятия по хореографии.

Данная программа позволяет расширить образовательное пространство на основе интеграции дополнительного и общего образования, где сетевыми партнёрами являются базовая организация - МУДО «ЦДО» и ресурсная организация - МОУ «СОШ № 84».

Обязательства организаций-партнёров для реализации программы в сетевой форме:

МУДО «ЦДО» осуществляет реализацию дополнительной общеразвивающей программы, отвечает за организацию занятий, организует промежуточный и итоговый контроль, подготовку документации.

МОУ «СОШ № 84» предоставляет помещение педагогу дополнительного образования МУДО «ЦДО» для проведения занятий, принимает участие в осуществлении контроля за качеством освоения программы учащимися.

Новизна данной программы в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: ритмику, гимнастику, классический, народно-сценический и современный танец, а также актёрское мастерство. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить учащихся со многими танцевальными

стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также способствует укреплению и тренировке нервной и дыхательной систем, поддержке мышечного тонуса, создают благоприятную основу для музыкального, пластического, социально-нравственного и художественно-эстетического развития. Дети, которые по каким-либо причинам не могут обучаться в школах искусств, могут прийти в объединение «В ритме танца» и получить знания в области хореографии.

Педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает учащимся возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: самостоятельности и трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; осознание учащимися связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

Кроме того, формируются чувства ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе (общий танец), с одной стороны, и формировании самодостаточного проявления всего творческого потенциала при выполнении индивидуальных партий ребенка и в коллективном постановочном процессе формирования танцевального номера, с другой стороны.

Программа помогает раскрыть творческий потенциал учащегося, определить его резервные возможности. Занятия дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность.

Полученные знания на занятиях являются хорошей школой и проводятся с целью укрепления здоровья и развития физических качеств: силы, выносливости, ловкости.

Адресат программы – дети и подростки от 6 до 17 лет, имеющие желание и возможность посещать занятия регулярно, набор в объединение осуществляется по желанию, без конкурса. Объединение могут посещать не только девочки, но и мальчики.

На первом году обучения группа формируется от 12 до 15 учащихся, на втором и последующих годах обучения в группах по 12 учащихся.

Общий объём программы: 1008 часа.

Срок освоения данной программы – 5 лет.

Режим занятий. Занятия по программе проводятся в МОУ «СОШ № 84».

Занятия в группе 1 года обучения проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, всего 144 часа в год. Занятия в группах второго и последующих лет обучения проводятся 3 раза в неделю по 2 часа, всего 216 часов в год.

Продолжительность учебного часа – 45 минут. Продолжительность перемен между занятиями в группе – 10-15 минут, между группами – 15 минут.

Формы проведения занятий подбираются педагогом с учетом способностей и возможностей учащихся. Основная форма – групповая (коллективная), также возможна работа как индивидуальная, так и работа с дуэтом, трио, малой формой (до 6 чел.).

Форма обучения - очная. По программе предусматривается временная организация образовательного процесса в дистанционном режиме для обеспечения доступности образования для всех учащихся в особых обстоятельствах (периоды самоизоляций, карантинов, внеочередных каникул в связи с повышенной заболеваемостью вирусными заболеваниями, и т.д.). Учебный процесс в такие периоды организуется с использованием интернет ресурсов (электронная почта, видеоконференции и т.д.).

Основными нормативными документами, положенными в основу программы являются:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;
- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р (ред. от 30.04.2026) «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Распоряжение Правительства РФ от 01.07.2025 N 1745-р «О внесении изменений в распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р и об утверждении Плана мероприятий по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, II этап (2025 - 2030 годы)»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 17.03.2025 № 2 «О внесении изменений в санитарные правила и нормы СанПин 1.2.3685-21» «Гигиенические нормативы и

требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Минобрнауки РФ от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических
- рекомендациях по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»;
- 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)»;
- Распоряжение Правительства Саратовской области от 10.11.2025 года № 545-Пр «Об утверждении плана мероприятий по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, II этап (2025-2030 годы) в Саратовской области»;
- Положение о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительных общеразвивающих программ МУДО «Центр дополнительного образования»;
- Устав муниципального учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования».

1.2. Цель и задачи программы

Цель – гармоничное развитие личности ребенка посредством танцевального искусства, включающего эстетическое воспитание, физическое развитие, эмоциональное раскрытие и творческое самовыражение.

Реализация данной цели связана с решением следующих задач:

Обучающие:

- обучить основным элементам гимнастики, ритмики, классического танца, народно-сценического, современного танцев;
- формировать сценическую культуру поведения.

Развивающие:

- развивать навык публичных выступлений;
- формировать индивидуальное телосложение, правильную осанку;
- развивать физические данные;
- воспитывать специальные качества: танцевальность, музыкальность, выразительность и творческую активность.

Воспитательные:

- формировать чувство ответственности и самостоятельности;

- воспитывать культуру поведения и общения, как в коллективе, так и за его пределами;
- воспитывать уважительное отношение к участникам коллектива и педагогу.

1.3. Планируемые результаты программы

В результате освоения программного материала, учащиеся по окончанию первого года обучения должны достичь следующих результатов:
Предметные:

- знают позиции рук и ног;
- знают несколько видов танцевальных шагов;
- знают основные рисунки танца;
- умеют выполнять акробатические элементы.

Метапредметные:

- умеют слушать педагога и выполнять поставленные задачи;
- умеют работать в группе (коллективе).

Личностные:

- имеют сформированные эстетические потребности, ценности и чувства.

По окончанию второго года обучения учащиеся закрепляют материал, который они получили на первом году обучения и совершенствуют свои навыки.
Предметные:

- знают танцевальные шаги;
- умеют самостоятельно выполнять комплексные упражнения для развития физически данных;
- умеют выполнять акробатические элементы;
- знают основы актёрского мастерства.

Метапредметные:

- умеют работать в парах;
- умеют сверять свои действия с целью и исправлять ошибки самостоятельно.

Личностные:

- имеют развитые этические чувства, доброжелательность и эмоционально-нравственную отзывчивость, понимание чувств других людей и сопереживание им.

На третьем году обучения учащиеся, занимаясь по программе знакомятся с классическим и народным танцами. В конце года знакомятся с новым направлением - джаз-модерн.
Предметные результаты:

- знают упражнения у станка;
- умеют исполнять вращения;
- знают основные элементы русского народного танца;

- исполняют этюд - хоровод и перепляс;
- знают позиций рук, ног и корпуса в джаз-модерне.
- умеют ориентироваться на сценической площадке любого размера.

Метапредметные:

- умеют выбирать из предложенных и искать самостоятельные средства достижения цели;
- умеют отстаивать свою точку зрения, приводить аргументы, подтверждая их фактами.

Личностные:

- принятие и освоение социальной роли учащегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла образования;
- наличие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения избегать конфликтов.

Четвертый год обучения включает в себя продолжение освоения классического экзерсиса, народно-сценического танца, усложняется программа изучением танцев народов Поволжья. Также в этом году углубляются знания в направлении современной хореографии. Вводится новый предмет - бальный танец.

Предметные результаты:

- знают allegro (прыжки);
- знают основные движения танцев народов Поволжья (один на выбор);
- исполняют этюд танцев народов Поволжья;
- умеют собирать элементы джаз-модерна в связки;
- знают танцевальные комбинации по джаз-модерну;
- знают европейскую программу бальных танцев.

Метапредметные:

- умеют делать предварительный отбор источников информации, добывать информацию;
- умеют взглянуть на ситуацию с иной позиции и договариваться с людьми других позиций.

Личностные:

- имеют способность умело применять полученные знания в собственной творческой деятельности.

На завершающем этапе, на пятом году обучения учащиеся закрепляют свои знания в области классического танца. Знакомятся с танцами народов мира (один на выбор) и латиноамериканской программой по предмету бальной хореографии.

Предметные:

- знают основные движения танцев народов мира (один на выбор);
- исполняют танцевальный этюд по народному танцу;
- знают изоляцию и полицентрию;
- знают латиноамериканскую программу.

Метапредметные:

- умеют выдвигать версии решения проблемы, осознавать конечный результат;
- умеют ориентироваться в своей системе знаний и определять сферу своих жизненных интересов;
- умеют использовать компьютерные и коммуникационные технологии как инструмент достижения целей.

Личностные:

- наличие установки на безопасный, здоровый образ жизни, мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

1.4. Формы и периодичность контроля планируемых результатов

Контроль проводится поэтапно в течение учебного года и включает:

- Текущий контроль. Осуществляется систематически педагогом непосредственно в ходе занятий, позволяет оперативно отслеживать динамику освоения учащимися образовательных компетенций и своевременно вносить необходимые коррективы в образовательный процесс.
- Промежуточный контроль. Предусматривает проверку уровня достижения целей образовательной программы и осуществляется дважды в год. Цель промежуточного контроля заключается в оценке развития учащихся по итогам определённого периода обучения.
- Итоговая аттестация. Проходит в конце каждого учебного года, предполагает оценку итоговых достижений учащихся.

Формы контроля. Для оценки планируемых результатов используются разнообразные формы контроля, позволяющие объективно оценить уровень подготовки ребёнка:

- Тестирование — письменные задания и устные опросы.
- Практическое исполнение — демонстрация навыков владения техникой исполнения танцевальных движений.
- Участие в конкурсах и фестивалях — участие в мероприятиях способствует развитию творческих способностей детей и повышению мотивации к обучению.
- Самостоятельная работа — выполнение заданий вне учебных часов, способствующих закреплению изученного материала.
- Анализ исполнительских выступлений — оценка индивидуальных качеств ученика в процессе выступления перед зрителями.
- Педагогический мониторинг — систематическое наблюдение педагогов за прогрессом учеников.

Эти методы позволяют комплексно оценивать развитие детей, выявлять пробелы в обучении и формировать индивидуальный подход к каждому ребёнку. Важно отметить, что выбор форм контроля зависит от возраста ребенка, специфики группы и особенностей программы.

Таким образом, грамотная организация системы контроля помогает обеспечить эффективное достижение поставленных педагогических целей и своевременное выявление проблемных зон, нуждающихся в коррекции.

1.5. Содержание программы

1.5.1. Учебные планы

1 год обучения

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по техники безопасности	2	2	-	Устный опрос
	Ритмика				
2	Постановка корпуса. Изучение позиций рук и ног	8	2	6	Срез знаний
3	Упражнения для разминки	12	4	8	Педагогическое наблюдение
4	Изучение танцевальных шагов	12	4	8	Срез знаний
5	Упражнения с музыкально-ритмическими заданиями	10	4	6	Срез знаний
	Гимнастика				
6	Партерный экзерсис	18	6	12	Срез знаний
7	Изучение акробатических элементов	18	6	12	Срез знаний
8	Прыжки	6	2	4	Срез знаний
	Развитие физических данных (РФД)				

9	Упражнения для развития подъёма стопы	6	2	4	Педагогическое наблюдение
10	Упражнения на развитие тазобедренного сустава	6	2	4	Педагогическое наблюдение
11	Упражнения на развитие мышц спины	6	2	4	Педагогическое наблюдение
12	Упражнения на развитие гибкости тела	6	2	4	Педагогическое наблюдение
	Творческая деятельность				
13	Постановочная работа	6	2	4	Педагогическое наблюдение
14	Репетиционная работа	18	-	18	Педагогическое наблюдение
15	Сценическая практика	4	-	4	Педагогическое наблюдение
16	Закрепление изученного материала. Промежуточный контроль	4	-	4	Открытое занятие
	Итоговое занятие	2	1	1	Устный опрос. Срез знаний
	Итого:	144	41	103	

2 год обучения

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по техники безопасности	2	2	-	Устный опрос
	Ритмика				

2	Постановка корпуса. Изучение позиций рук и ног	6	2	4	Срез знаний
3	Упражнения для разминки	8	2	6	Педагогическое наблюдение
4	Повторение и изучение танцевальных шагов	8	2	6	Срез знаний
5	Упражнения по ориентированию в пространстве	6	-	6	Срез знаний
	Гимнастика				
6	Партерный экзерсис	10	2	8	Срез знаний
7	Изучение акробатических элементов	8	2	6	Срез знаний
8	Прыжки	6	2	4	Срез знаний
	Развитие физических данных (РФД)				
9	Упражнения для развития подъёма стопы	6	2	4	Педагогическое наблюдение
10	Упражнения на развитие тазобедренного сустава	6	2	4	Педагогическое наблюдение
11	Упражнения на развитие мышц спины	6	2	4	Педагогическое наблюдение
12	Упражнения на развитие гибкости тела	6	2	4	Педагогическое наблюдение
	Актёрское мастерство				
13	Этюды, изображающие природные явления	6	2	4	Педагогическое наблюдение
14	Работа над созданием образа в музыкальном произведении	6	2	4	Педагогическое наблюдение

	Творческая деятельность				
15	Постановочная работа	40	10	30	Педагогическое наблюдение
16	Репетиционная работа	60	-	60	Педагогическое наблюдение
17	Сценическая практика	20	-	12	Педагогическое наблюдение
18	Закрепление изученного материала. Промежуточный контроль	4	-	4	Открытое занятие
	Итоговое занятие	2	1	1	Устный опрос. Срез знаний
	Итого:	216	37	179	

3 год обучения

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по техники безопасности	2	2	-	Устный опрос
	Ритмика				
2	Повторение упражнений для разминки	4	-	4	Педагогическое наблюдение
3	Повторение танцевальных шагов	6	-	6	Педагогическое наблюдение
4	Вращения	10	2	8	Педагогическое наблюдение
	Гимнастика				
5	Партерный экзерсис	6	2	4	Педагогическое наблюдение

6	Прыжки	6	2	4	Педагогическое наблюдение
	Развитие физических данных (РФД)				
7	Упражнения для развития подъёма стопы	8	2	6	Педагогическое наблюдение
8	Упражнения на развитие тазобедренного сустава	8	2	6	Педагогическое наблюдение
9	Упражнения на развитие мышц спины	8	2	6	Педагогическое наблюдение
10	Упражнения на развитие гибкости тела	8	2	6	Педагогическое наблюдение
	Классический танец				
11	Экзерсис у станка	20	4	12	Срез знаний
12	Экзерсис на середине зала	20	4	12	Срез знаний
	Творческая деятельность				
13	Постановочная работа	34	2	32	Педагогическое наблюдение
14	Репетиционная работа	50	-	50	Педагогическое наблюдение
15	Сценическая практика	20	-	14	Педагогическое наблюдение
16	Закрепление изученного материала. Промежуточный контроль	4	-	4	Открытое занятие
	Итоговое занятие	2	1	1	Устный опрос. Срез знаний
	Итого:	216	27	189	

4 год обучения

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по техники безопасности	2	2	-	Устный опрос
	Гимнастика				
2	Партерный экзерсис	10	2	8	Педагогическое наблюдение
	Развитие физических данных (РФД)				
3	Упражнения для развития подъёма стопы	8	2	6	Педагогическое наблюдение
4	Упражнения на развитие тазобедренного сустава	8	2	6	Педагогическое наблюдение
5	Упражнения на развитие мышц спины	8	2	6	Педагогическое наблюдение
6	Упражнения на развитие гибкости тела	8	2	6	Педагогическое наблюдение
	Классический танец				
7	Экзерсис у станка	18	4	14	Срез знаний
8	Экзерсис на середине зала	18	4	14	Срез знаний
	Народно-сценический танец				
9	Изучение основных элементов русского народного танца	10	4	6	Срез знаний
10	Русский народный танец (Хоровод)	12	4	8	Срез знаний

11	Русский народный танец (Перепляс)	22	6	16	Срез знаний
	Творческая деятельность				
12	Постановочная работа	20	6	14	Педагогическое наблюдение
13	Репетиционная работа	36	-	36	Педагогическое наблюдение
14	Сценическая практика	30	-	30	Педагогическое наблюдение
15	Закрепление изученного материала. Промежуточный контроль	4	-	4	Открытое занятие
	Итоговое занятие	2	1	1	Устный опрос. Срез знаний
	Итого:	216	41	175	

5 год обучения

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по техники безопасности	2	2	-	Устный опрос
	Гимнастика				
2	Партерный экзерсис	10	2	8	Педагогическое наблюдение
	Развитие физических данных (РФД)				
3	Упражнения для развития подъёма стопы	8	2	6	Педагогическое наблюдение

4	Упражнения на развитие тазобедренного сустава	8	2	6	Педагогическое наблюдение
5	Упражнения на развитие мышц спины	8	2	6	Педагогическое наблюдение
6	Упражнения на развитие гибкости тела	8	2	6	Педагогическое наблюдение
	Классический танец				
7	Экзерсис у станка	10	2	8	Педагогическое наблюдение
8	Экзерсис на середине зала	10	2	8	Педагогическое наблюдение
	Народно-сценический танец				
9	Изучение элементов русского народного танца	10	2	8	Педагогическое наблюдение
10	Изучение танцевальных комбинаций	18	4	14	Педагогическое наблюдение
	Современный танец				
11	Изучение основных положений рук, ног и корпуса	10	4	6	Срез знаний
12	Изучение основных элементов	12	4	8	Срез знаний
13	Изучение танцевальных комбинацией	10	2	8	Срез знаний
	Творческая деятельность				
14	Постановочная работа	16	6	10	Педагогическое наблюдение

15	Репетиционная работа	40	-	40	Педагогическое наблюдение
16	Сценическая практика	30	-	30	Педагогическое наблюдение
17	Закрепление изученного материала. Промежуточный контроль	4	-	4	Аттестация
	Итоговое занятие	2	1	1	Устный опрос. Срез знаний
	Итого:	216	39	175	

1.5.2. Содержание учебных планов

1 год обучения

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

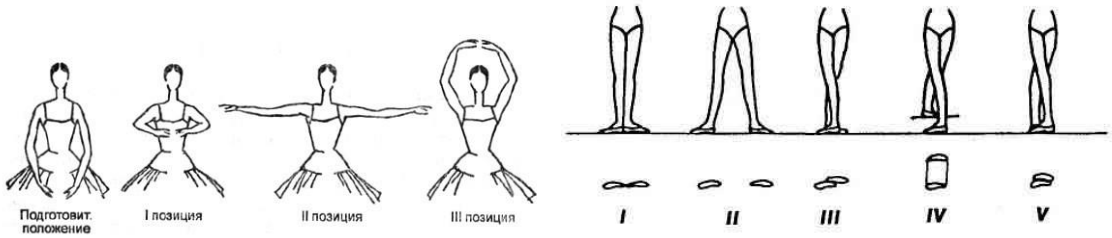
Теория. Правила техники безопасности, правила поведения во время занятий. Знакомство учащихся с искусством хореографии и содержанием программы.

Ритмика

Теория. Теоретический курс этого раздела включает в себя: разъяснение структуры движения, его содержание. Изучение правил правильной постановки корпуса и его строение, а так же рук и ног. Знакомство с понятиями: втянутые колени, вытянутый подъём, полупальцы, шаг с носка и т.д. Объяснение правил выполнения упражнений для разминки, на развитие внутреннего слуха и чувства метроритма.

Практика. Раздел «Ритмика» включает в себя ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки.

Постановка корпуса и изучение позиций рук и ног:



Упражнения для разминки. Разогрев всего тела, упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов:

- Упражнения для головы, шеи и плечевого сустава (повороты головы направо – налево, наклоны головы вперед, назад, в стороны; вытягивание шеи вперед; подъём и опускание плеч)
- Упражнения для рук и кистей (положение рук на поясе, разведение рук в стороны, подъём и опускание рук; сжимание и разжимание пальцев; круговые движения кистями)
- Упражнения для корпуса (наклоны вперед, в стороны; повороты корпуса с остановкой)
- Упражнения для ног и ступней (приседания по VIпоз.; подъём на полупальцы, перекаты с полупальцев на пятки; раскрывание поочередное носков и пяток по VIпоз.)

Изучение танцевальных шагов:

- Шаг с носка
- Шаг с пятки
- Маршевый шаг
- Шаг на полупальцах
- Танцевальный шаг

Упражнения с музыкально-ритмическими заданиями:

- Передача хлопками и притопами ритмический рисунок (игра «Топ и хлоп», «Веселые ладоши»)
- Передача хлопками и движениями динамических оттенков (игра «Гномы и великаны», «Кот и мыши») Передача в движении темпа музыкального произведения (ускорение и замедление – игра «Поезд»)
- Разделить музыку на музыкальные фрагменты (хлопком отметить начало и конец музыкальной фразы - игра «Музыкальные хлопочки»)

Гимнастика

Теория. Беседы о правильном выполнении упражнений: сидя на полу, лёжа на спине, лёжа на животе; знакомство с этапами подготовки и выполнения прыжков. Задачей раздела «Гимнастика» является повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.

Практика. Партерный экзерсис, изучение акробатических элементов, развитие прыгучести учащегося.

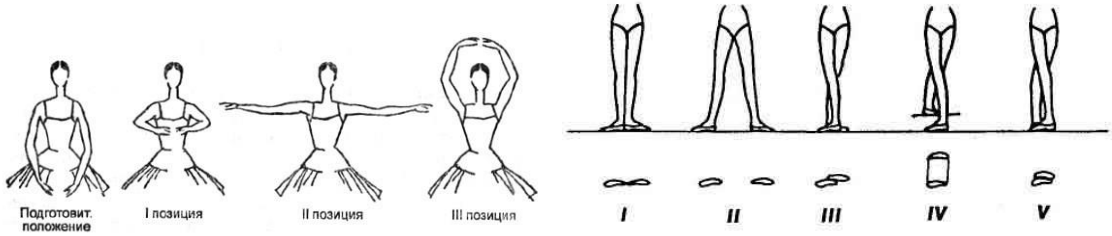
Партерный экзерсис:

- Упражнения на напряжение и расслабление мышц («Солдатик», «Звёздочка»)
- Упражнения на укрепление мышц спины («Дельфин», «Самолётик»)
- Упражнения на укрепление брюшного пресса («Юла», «Встреча»)
- Упражнение на развитие выворотности ног («Экскаватор», «Стрелочки»)
- Упражнения на растяжку (выпады, перекаты, «Часики», «Бабочка», «Лягушка», «Ёжик»)

Изучение акробатических элементов («Колесо», кувырки, «Мостик», «Ласточка»)
Прыжки (Трамплинные прыжки, с поджатыми, «Лягушата», «Зайчики», «С места на место»)
Развитие физических данных (РФД)
Упражнения для развития подъёма стопы: Ходьба на носках и пятка, Круговые вращения, Поза «аиста».
Упражнения на развитие тазобедренного сустава: Поза «Воина», Боковой выпад, Боковое вытяжение.
Упражнения на развитие мышц спины («Запятая», «Дельфинчик», «Флажок»)
Упражнения на развитие гибкости тела («Складочка», «Колобок», «Маятник»)
Творческая деятельность
Теория. Концепцией раздела являются: развитие мотивации, личностной успешности и внимания, творческой активности, навыков коллективного взаимодействия и культуры поведения на сцене и во время репетиций.
Практика. Этот раздел включает в себя постановку танца, отработку синхронного исполнения номера и выступление.
Постановочная работа (ведется объяснение постановочного материала, особенность исполнения и характера танца; разучивается танцевальная композиция, построенная, на изученных танцевальных движениях и выстраивается в законченную форму – танец)
Репетиционная работа (отрабатываем законченные, разученные до конца номера; проводим работу над ошибками, просмотрев видеозапись номера и исправив ошибки)
Сценическая практика. Участие в концертах, конкурсах и др. культурно-массовых мероприятиях.
Закрепление изученного материала. Промежуточный контроль.
Практика. Проверка освоения данной программы учащимися.
Итоговое занятие
Теория. Проверка знаний учащихся.

2 год обучения
Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.
Теория. Правила техники безопасности, правила поведения во время занятий.
Знакомство учащихся с искусством хореографии и содержанием программы.
Ритмика
Теория. Теоретический курс этого раздела включает в себя: разъяснение структуры движения, его содержание. Изучение правил правильной постановки корпуса и его строение, а так же рук и ног. Знакомство с понятиями: втянутые колени, вытянутый подъём, полупальцы, шаг с носка и т.д. Объяснение правил выполнения упражнений для разминки, на развитие внутреннего слуха и чувства метроритма.
Практика. Раздел «Ритмика» включает в себя ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки.

Постановка корпуса и изучение позиций рук и ног



Упражнения для разминки:

- Упражнения для головы, шеи и плечевого сустава (круговые вращения головой по кругу и по полукруг; поочередное поднятие и опусканием плеч вверх – вниз, круговые вращения плечами)
- Упражнения для рук и кистей (сгибание рук в локтях, круговые вращения в локтях; круговые движения прямыми руками вместе и по одной)
- Упражнения для корпуса (перегиб корпуса назад, круговые движения в поясе, смещение корпуса от талии в стороны)
- Упражнения для ног и ступней (поднимание согнутой ноги вперед и в сторону; сокращение и вытягивание стопы, круговые движения стопой; выпады)

Гимнастика

Теория. Напоминаем о правильном выполнении упражнений: сидя на полу, лёжа на спине, лёжа на животе; повторяем этапы подготовки и выполнения прыжков.

Практика. Партерный экзерсис, изучение акробатических элементов, растяжка мышц и развитие прыгучести учащегося.

Партерный экзерсис:

- Упражнения на напряжение и расслабление мышц
- Упражнения на укрепление мышц спины
- Упражнения на укрепление брюшного пресса (поднятие туловища из положения лежа)
- Упражнение на развитие выворотности ног («Насос»)
- Упражнения на растяжку (выпады, перекаты, «Бабочка», «Лягушка», махи, «Солнышко»)

Изучение акробатических элементов (переворот через плечо, переворот через грудь, стойка на плече, «Колесо» на одной руке, переворот из положения стоя вперед и назад, стойка на руках у стены и на середине зала)

Прыжки («Шпагат» с места, с разбега и в повороте, «Олень», «Кольцо», разножка)

Развитие физических данных (РФД)

Упражнения для развития подъёма стопы: Вытягивание стопы от себя и на себя, Перекатывание мяча, На сопротивление, Подъем на носки с отягощением, Упражнения на развитие тазобедренного сустава, Низкий выпад, Низкий выпад с разворотом, Поза голубя (сидя).

Упражнения на развитие мышц спины («Рыбка», «Корзиночка», «Луна»)

Упражнения на развитие гибкости тела («Вытяжка», «Колечко», «Скручивание»)

Актёрское мастерство

Теория. Теория этого раздела, помогает развить у учащихся внимание, воображение, ассоциативную память, чувство правды и навыки актёрского мастерства. Приобрести и развить эмоциональную выразительность и повысить свой исполнительский уровень.

Практика. Упражнения, используемые на занятиях подразумевают одновременное включение мышечного, интеллектуального и эмоционального аппарата. Основная задача сценического движения – достижение абсолютной мышечной свободы, легкости, уверенности в работе с собственным телом, смелого и легкого освоения физических навыков, снятия зажимов и неуверенности. На этих занятиях уделяется внимание развитию реакции, силы, гибкости, динамичности, координации, чувства равновесия.

Этюды, изображающие природные явления: «Ветер», «Вьюга», «Дождь», «Солнце», «Идёт снег», «Пасмурно».

Работа над созданием образа в музыкальном произведении: «Дирижёр», импровизация под музыку, «Гримёр».

Творческая деятельность

Теория. Концепцией раздела являются: развитие мотивации, личностной успешности и внимания, творческой активности, навыков коллективного взаимодействия и культуры поведения на сцене и во время репетиций.

Практика. Этот раздел включает в себя постановку танца, отработку синхронного исполнения номера и выступление.

Постановочная работа (ведется объяснение постановочного материала, особенность исполнения и характера танца; разучивается танцевальная композиция, построенная, на изученных танцевальных движениях и выстраивается в законченную форму – танец)

Репетиционная работа (отрабатываем законченные, разученные до конца номера; проводим работу над ошибками, просмотрев видеозапись номера и исправив ошибки)

Сценическая практика. Участие в концертах, конкурсах и др. культурно-массовых мероприятиях.

Закрепление изученного материала. Промежуточный контроль.

Практика. Проверка освоения данной программы учащимися.

Итоговое занятие

Теория. Проверка знаний учащихся.

3 год обучения

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности

Теория. Педагог рассказывает правила техники безопасности, правила поведения во время занятий. Рассказывает о целях и задачах учебного года.

Ритмика

Теория. Правила и техника исполнения вращения.

Практика. Повторение ранее изученного материала раздела «Ритмика» и освоение нового элемента «Вращение».

Повторение упражнений для разминки

- Упражнения для головы, шеи и плечевого сустава
- Упражнения для рук и кистей
- Упражнения для корпуса
- Упражнения для ног и ступней

Повторение танцевальных шагов: танцевальный шаг, танцевальный бег, маршевый шаг, шаг на полупальцах, галоп, бег «Лошадки», подскок, вальсовый шаг.

Вращения: на середине зала, по диагонали, на двух ногах, на одной ноге.

Гимнастика

Теория. Беседы о правильном выполнении упражнений, и о правилах техники безопасности при выполнении акробатических элементов.

Практика. Партерный экзерсис, повторение акробатических элементов, развитие прыгучести учащегося и его растяжки.

Партерный экзерсис

- Упражнения на напряжение и расслабление мышц
- Упражнения на укрепление мышц спины
- Упражнения на укрепление брюшного пресса
- Упражнение на развитие выворотности ног

Прыжки (Трамплинные прыжки, с поджатыми, «Шпагат» с места, с разбега и в повороте, «Олень», «Кольцо», разножка)

Развитие физических данных (РФД)

Упражнения для развития подъёма стопы : Подъем на носки, Сгибание и разгибание пальцев, Подтягивание полотенца, Упражнения на развитие тазобедренного сустава, Поза «Хвост кошки», Поза «Счастливый ребёнок», Половинчатая поза лягушки.

Упражнения на развитие мышц спины («Лодочка», «Скорпион»)

Упражнения на развитие гибкости тела («Винт», «Горка»)

Классический танец

Теория. Теория этого раздела рассматривает понятие «классический танец», терминология классического танца, понятие основных упражнений классического экзерсиса у станка и на середине зала.

Практика. Раздел, направленный на тренировку суставно-мышечного аппарата, выработку выворотности, пластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

Экзерсис у станка (лицом к станку за две руки):

- Постановка корпуса у станка
- Demi plie
- Battement tendu
- Battement jete
- Rond de jambe par terre
- Grand battement jete

Экзерсис на середине зала

- Постановка корпуса, изучение позиций рук
- Port de bras (I, II, III)
- Battement tendu
- Rond de jambe par terre
- Grand battement jete

Творческая деятельность

Теория. Концепцией раздела являются: развитие мотивации, личностной успешности и внимания, творческой активности, навыков коллективного взаимодействия и культуры поведения на сцене и во время репетиций.

Практика. Этот раздел включает в себя постановку танца, отработку синхронного исполнения номера и выступление.

Постановочная работа (ведется объяснение постановочного материала, особенность исполнения и характера танца; разучивается танцевальная композиция, построенная, на изученных танцевальных движениях и выстраивается в законченную форму – танец)

Репетиционная работа (отрабатываем законченные, разученные до конца номера; проводим работу над ошибками, просмотрев видеозапись номера и исправив ошибки)

Сценическая практика. Участие в концертах, конкурсах и др. культурно-массовых мероприятиях.

Закрепление изученного материала. Промежуточный контроль.

Практика. Проверка освоения данной программы учащимися.

Итоговое занятие

Теория. Проверка знаний учащихся.

4 год обучения

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности

Теория. Педагог рассказывает правила техники безопасности, правила поведения во время занятий. Рассказывает о целях и задачах учебного года.

Гимнастика

Практика. Повторение ранее изученного материала.

Партерный экзерсис

Повторение акробатических элементов

Развитие физических данных (РФД)

- Упражнения для развития подъёма стопы
- Подъём на носки, опускание в plie
- Поднятие на подъёмы
- Releve на одной ноге

Упражнения на развитие тазобедренного сустава

- Поза «Дерево»
- Наклон с широкой постановкой ног
- Поза «Гирлянда»

Упражнения на развитие мышц спины («Завиток», «Переворот в мост»)

Упражнения на развитие гибкости тела (Поза «Плуг», «Собака», «Кошечка»)
Классический танец
Теория. Изучение раздела allegro, техника исполнения и его виды.
Практика. Раздел, направленный на тренировку суставно-мышечного аппарата, выработку выворотности, пластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.
Упражнения у станка (за одну руку)

- Постановка корпуса у станка
- Demi – grand plie
- Battement tendu
- Battement jete
- Rond de jambe par terre
- Battement fondu
- Battement developpe
- Grand battement jete

Упражнения на середине зала

- Port de bras (IV, V, VI)
- Battement tendu
- Rond de jambe par terre
- Battement fondu
- Battement developpe
- Grand battement jete
- Arabesques
- Allegro (Pas assemble, sisson simple, pas jete, changement de pieds)

Народно – сценический танец
Теория. Задачей теоретической направленности этого раздела является знакомство с характерными особенностями народного танца; беседы об истории, бытие и национальной культуре народа; знакомство с характерными чертами исполнения русской народной пляски.
Практика. Изучение элементов народного танца.
Изучение основных элементов русского народного танца: «Моталочка», «Кавырялочка», «Припадание» и «упадание», дробные выстукивания, «Верёвочка».
Русский народный танец (Хоровод) - «Круг», «Круг в круге», «Два круга», «Корзиночка», «Улитка», «Восьмерка», «Змейка», «Ворота».
Русский народный танец (Перепляс) - «Гармошка», «Ёлочка», «Ключ», «Переменный шаг», «Дробная дорожка».
Творческая деятельность
Теория. Концепцией раздела являются: развитие мотивации, личностной успешности и внимания, творческой активности, навыков коллективного взаимодействия и культуры поведения на сцене и во время репетиций.
Практика. Этот раздел включает в себя постановку танца, отработку синхронного исполнения номера и выступление.

Постановочная работа (ведется объяснение постановочного материала, особенность исполнения и характера танца; разучивается танцевальная композиция, построенная, на изученных танцевальных движениях и выстраивается в законченную форму – танец)
Репетиционная работа (отрабатываем законченные, разученные до конца номера; проводим работу над ошибками, просмотрев видеозапись номера и исправив ошибки)
Сценическая практика. Участие в концертах, конкурсах и др. культурно-массовых мероприятиях.
Закрепление изученного материала. Промежуточный контроль.
Практика. Проверка освоения данной программы учащимися.
Итоговое занятие
Теория. Проверка знаний учащихся.
5 год обучения
Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности
Теория. Педагог рассказывает правила техники безопасности, правила поведения во время занятий. Рассказывает о целях и задачах учебного года.
Гимнастика
Практика. Повторение ранее изученного материала.
Партерный экзерсис
Развитие физических данных (РФД)
Упражнения для развития подъёма стопы

- Поднятие на подъёмы
- Releve на одной ноге

Упражнения на развитие тазобедренного сустава

- Поза «Ящерица»
- Разножка

Упражнения на развитие мышц спины («Складочка назад», «Лотос», «Кольцо» на одно ноге)
Упражнения на развитие гибкости тела (Выпады с продвижением, «Мельница», «Складочка» стоя)
Классический танец
Теория. Повторение терминологии классического танца, упражнений классического экзерсиса у станка и на середине зала, allegro.
Практика. Раздел, направленный на тренировку суставно-мышечного аппарата, выработку выворотности, пластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.
Упражнения у станка

- Demi – grand plie
- Battement tendu
- Battement jete
- Rond de jambe par terre на 90°
- Battement fondu на 90°
- Battement developpe

- Grand battement jete

Упражнения на середине зала: Arabesques, Adajio, Allegro («заноски», grand jete, fai, «перекидной»).

Народно-сценический танец

Теория. Задачей теоретической направленности этого раздела является знакомство с характерными особенностями народного танца; беседы об истории, бытие и национальной культуре народа; знакомство с характерными чертами исполнения русской народной пляски.

Практика. Изучение элементов народного танца.

Изучение основных элементов русского народного танца

- «Моталочка» в повороте
- «Кавырялочка» в повороте
- Дробные выстукивания в повороте
- «Верёврочка» с переступанием и поворотом

Изучение танцевальных комбинаций

- «Моталочка» и дробные выстукивания.
- «Кавырялочка» и «Верёвочка»

Современный танец

Теория. Теория: знакомство с терминологией и техникой исполнения упражнений, основные принципы и понятия.

Практика. Изучение правил дыхания при исполнении движений, положений корпуса.

Ознакомление с новым направлением. Изучение основных положений рук, ног и корпуса и основных элементов танца (Позиции рук, ног, Contraction, Release, Isolation, Level)

Изучение основных элементов (Tap, Beat, Slam, Ball beat (ball tap), Heel beat (heel tap), Skid, Step, Flat ste, Stamp, Ball step (ballstand), Balldrop, Heeldrop, Bounce jazz walk, Walking turn трехшаговые, трехшаговое вращение с jazz walk, «Полуспираль», «Спираль», Hop turn, Leap turn, Джаз-бег (jazz run), Horse leap, Разножка (вперед – назад), Leap в открытом passe (нога от колена отведена в сторону), Grand jete attitud croise с джаз координацией.

Изучение танцевальных комбинаций

6. Творческая деятельность

Теория. Концепцией раздела являются: развитие мотивации, личностной успешности и внимания, творческой активности, навыков коллективного взаимодействия и культуры поведения на сцене и во время репетиций.

Практика. Этот раздел включает в себя постановку танца, отработку синхронного исполнения номера и выступление.

Постановочная работа (ведется объяснение постановочного материала, особенность исполнения и характера танца; разучивается танцевальная композиция, построенная, на изученных танцевальных движениях и выстраивается в законченную форму – танец)

Репетиционная работа (отрабатываем законченные, разученные до конца номера; проводим работу над ошибками, просмотрев видеозапись номера и исправив ошибки)
Сценическая практика. Участие в концертах, конкурсах и др. культурно-массовых мероприятиях.
Закрепление изученного материала. Промежуточный контроль.
Практика. Проверка освоения данной программы учащимися.
Итоговое занятие
Теория. Проверка знаний учащихся.

II. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Методическое обеспечение программы.

Работа строится таким образом, чтобы была обеспечена возможность, не нарушая целостный педагогический процесс, учитывать тренировочные цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы группы.

Проведение занятий по программе позволит значительно повысить воспитательный и оздоровительный эффект. Тема и содержание занятия во время учебного процесса может варьироваться по усмотрению педагога, ориентируясь на уровень физической подготовленности группы.

На занятиях уделяется внимание выполнению детьми правил техники безопасности.

При планировании занятий необходимо учитывать индивидуальные особенности учащихся. Поэтому педагог должен изучить своих будущих учащихся. Начальное изучение проводится при записи в объединение, во время беседы с ребенком, с родителями. В процессе педагогических наблюдений на первых занятиях по результатам контрольных упражнений педагог должен:

- систематически оценивать реакцию учащихся на предлагаемую нагрузку,
- следить за самочувствием учащихся, вовремя замечать признаки утомления и предупреждать перенапряжение,
- формировать у учащихся необходимые умения и навыки по отношению к спортивной одежде, обуви, гигиены, режиму дня и питанию, по технике безопасности и самоконтролю за состоянием здоровья.

Для каждой группы занимающихся по программе предусматриваются: теоретические и практические занятия, участие в конкурсах.

При подборе средств и методов практических занятий педагог должен иметь в виду, что каждое занятие должно быть интересным и увлекательным, поэтому следует использовать для этой цели комплексные занятия.

Упражнения подбираются в соответствии с учебными, воспитательными и оздоровительными целями занятия.

Во время теоретических и практических занятий применяются групповой и индивидуальный методы ведения учебно-воспитательного процесса, учитываются особенности физического развития и уровень танцевальной подготовленности, танцевальные данные.

Основные методы обучения танцу - это наглядный показ и словесные объяснения. Практическая деятельность детей на занятиях опирается на теорию исполнения движений. Исполнительское мастерство обеспечивается системами тренировочных упражнений.

В программе предусмотрено использование тренировочных упражнений, заданий, дидактических и развивающих игр. В процессе освоения учащимися основ танцевального искусства особое внимание уделяется игровым методам и формам обучения. Проведение занятий в игровой форме способствует снятию напряжения, формированию интереса к

занятиям и танцевальному искусству в целом. При выполнении творческих заданий в играх у детей происходит развитие не только чисто хореографических исполнительских навыков, но и внимания, памяти, воображения, логического мышления, необходимых в любых познавательных действиях учащихся.

Для эффективной работы объединения используются различные видео и аудио материалы. Предполагается посещение, либо видео просмотр различных мастер-классов, балетов. Прослушивание музыки.

2.2. Рабочая программа воспитания

Целевая часть. Цель воспитания - формирование гармонично развитой личности ребёнка, проявляющей уважение к традициям русской культуры, способности к сотрудничеству и творческому взаимодействию, стремящейся выразить своё видение мира средствами танца и движения.

Задачи воспитания:

- прививать любовь к художественному творчеству и фольклорному танцу как средству выражения эмоций и мыслей;
- создавать условия для гармоничного развития личности путём сочетания физического и духовного компонентов;
- способствовать укреплению традиций межкультурного взаимодействия среди учащихся;
- формировать навыки сотрудничества и уважения друг друга в процессе коллективного творчества;
- укреплять здоровье и физическую подготовку детей через танцы, прививая основы здорового образа жизни.

Целевые ориентиры воспитания:

- повышение уровня общей культуры учащихся и воспитание чувства гордости за свою страну и народ;
- сохранение национальной культурной идентичности и преемственности поколений;
- создание пространства, в котором дети смогут раскрыть свой творческий потенциал и почувствовать уверенность в себе;
- стремление создать дружеские связи внутри коллектива и развить чувство взаимопомощи и взаимоподдержки.

Содержательная часть.

Виды воспитательной деятельности, которые реализуются в рамках программы:

- Творческие мастер-классы. Проведение занятий с приглашёнными хореографами, где дети знакомятся с разными танцевальными стилями и техниками, учатся импровизации и созданию собственных танцевальных номеров.

- Групповые проекты и постановки. Совместная работа над созданием танцевального спектакля или миниатюры, где каждый участник вносит свои идеи, помогает в постановке и оформлении.
- Экскурсии и встречи. Посещение театров, концертных залов, хореографических училищ, встречи с профессиональными танцорами и педагогами для расширения кругозора и мотивации.
- Конкурсы и фестивали. Участие в городских, региональных или всероссийских танцевальных конкурсах, что способствует развитию сценической культуры, дисциплины и командного духа.
- Благотворительные выступления. Организация концертов для детских домов, домов престарелых, больниц, что формирует у детей чувство ответственности, эмпатии и социальной активности.
- Совместные просмотры и обсуждения. Просмотр видеозаписей известных спектаклей, фильмов о балете и современном танце с последующим обсуждением, что развивает художественный вкус и критическое мышление.

Эти виды деятельности помогают не только развивать танцевальные навыки, но и формировать личностные качества: ответственность, коммуникабельность, творческое мышление и уважение к искусству.
Формы воспитательной деятельности. Организация воспитательного процесса основывается на принципах доступности, разнообразия и учёта возрастных особенностей детей:

- групповые занятия и репетиции;
- совместные выступления и участие в праздничных мероприятиях;
- просмотр спектаклей и концертных номеров профессиональных коллективов;
- участие в конкурсных проектах регионального и всероссийского уровней;
- общение с деятелями культуры и искусства;
- тематические экскурсии в музеи и театры.

Методы воспитания. Методы направлены на активизацию познавательных процессов и творческих возможностей ребёнка:

- наблюдение и подражание опытным танцорам;
- игра-драматизация с элементами народных обычаев и фольклора;
- самостоятельная постановочная деятельность детей под руководством опытных преподавателей-хореографов;
- реализация авторских идей и задумок в форме сценических образов;
- проведение рефлексивных обсуждений результатов проделанной работы.

Организационная часть. Условия организации воспитания. При создании условий для полноценного воспитания учитываются особенности объединённой программы с общеобразовательной школой:

- оснащённость специальным оборудованием для занятий хореографией (танцевальный зал, зеркала, костюмы, музыкальная аппаратура);
- возможность интегрироваться в учебно-воспитательный процесс школы через совместные мероприятия;
- информированность семьи о целях и задачах совместной программы, привлечение родителей к участию в её реализации;
- регулярное проведение родительских собраний и консультаций с участием представителей администрации школы и сотрудников культурно-просветительных учреждений.

Особые условия. Многообразный контингент детей требует индивидуального подхода к процессу воспитания:

- предоставляются адаптированные методики обучения для детей с особыми потребностями и интересами;
- используются технологии инклюзивного образования, позволяющие включать всех ребят в общую работу;
- проводится регулярный мониторинг состояния здоровья детей и профилактические меры, направленные на предупреждение заболеваний опорно-двигательного аппарата.

Анализ результатов воспитания. Эффективность воспитательной работы оценивается по следующим показателям:

- уровень вовлечённости детей в творческие проекты и общественные инициативы;
- динамика улучшения показателей общего физического и психоэмоционального состояния учащихся;
- количество успешных выступлений и призовых мест на конкурсах и фестивалях различного уровня;
- степень осознанности ценностей традиционного русского народного искусства среди молодёжи;
- обратная связь от родителей относительно степени удовлетворённости качеством предоставляемого образования.

Таким образом, реализация предлагаемой модели воспитания позволит эффективно решать поставленные цели и задачи, способствовать полноценному раскрытию творческого потенциала каждого ребёнка и гармонизации их личностного развития.

2.3. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Для оснащения учебного процесса в наличии имеются следующий инвентарь:

- Станок
- Зеркала
- Музыкальный центр

- Гимнастические коврики
- Спортивный инвентарь (скакалки, мячи, гимнастические палки)

Кадровое обеспечение

Реализацию программы осуществляет педагог дополнительного образования МУДО «ЦДО», имеющий образование, соответствующее требованиям профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

Информационно-методические и дидактические материалы

№ п/п	Наименование	Форма
1	Информационная брошюра для детей на занятиях хореографией	Печатная: буклет
2	Правила поведения на занятиях хореографией	Печатная: буклет

Дидактические материалы

№ п/п	Наименование	Форма
1	Краткий словарь терминов хореографии	https://evgenyrublev-sh57.edusev.ru/articles/post/1678247
2	Развитие танцевального жанра	https://www.1.mukcbs.org/635-istoriya-tantsa-ot-drevnosti-do-sovremennosti
3	Онлайн-курсы по хореографии	**https://vk.com/rustepik**
4	Библиотека видеоуроков	**https://vkvideo.ru/@wwcc.jazz.ballet**

2.4. Оценочно-диагностические материалы

Характеристика цифровой оценки (отметки):

«+» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

«-» выставляется, если элемент движения или комбинация движений не выполнены.

Примечание: В случае незначительных ошибок учащимся предлагается исправить недочеты самостоятельно. При самостоятельном исправлении ошибок оценка за работу не снижается.

Цифровая отметка не сообщается учащимся, используется педагогом только для анализа успеваемости учащихся.

Оценочный лист учащегося 1-го года обучения

1. Постановка корпуса, позиций рук и ног
2. Знание танцевальных шагов
3. Выполнение упражнений с музыкально-ритмическими заданиями
4. Выполнение упражнений партерного экзерсиса
5. Выполнение акробатических элементов
6. Выполнение прыжков
7. Проверка знаний изученного материала

№ п/п	Фамилия Имя учащегося	1	2	3	4	5	6	7
1								
2								

Оценочный лист учащегося 2-го года обучения

1. Постановка корпуса, позиций рук и ног
2. Знание танцевальных шагов
3. Выполнение упражнений по ориентированию в пространстве
4. Выполнение упражнений партерного экзерсиса
5. Выполнение акробатических элементов
6. Выполнение прыжков
7. Проверка знаний изученного материала

№ п/п	Фамилия Имя учащегося	1	2	3	4	5	6	7
1								
2								

Оценочный лист учащегося 3-го года обучения

1. Знание и выполнение классического экзерсиса у станка
2. Знание и выполнение классического экзерсиса на середине зала
3. Проверка знаний изученного материала

№ п/п	Фамилия Имя учащегося	1	2	3
1				

2				
3				

Оценочный лист учащегося 4-го года обучения

1. Знание и выполнение классического экзерсиса у станка
2. Знание и выполнение классического экзерсиса на середине зала
3. Знание основных элементов русского народного танца
4. Привальное исполнение русского народного танца (Хоровод)
5. Привальное исполнение русского народного танца (Перепляс)
6. Проверка знаний изученного материала

№ п/п	Фамилия Имя учащегося	1	2	3	4	5	6
1							
2							

7.

Оценочный лист учащегося 5-го года обучения

1. Постановка корпуса, позиций рук и ног
2. Знание основных элементов современного танца
3. Знание и выполнение танцевальных комбинаций современного танца
4. Проверка знаний изученного материала

№ п/п	Фамилия Имя учащегося	1	2	3	4
1					
2					

Мониторинг результатов обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «В ритме танца»

Критерии и показатели УУД

Критерии	Показатели *(1уровень)*	Показатели *(2уровень)*	Показатели *(3уровень)*
РЕГУЛЯТИВНЫЕ УУД			

1.1 Постановка проблемы, целеполагание	принимает проблему, сформулированную педагогом, в процессе обсуждения, определяет цель	самостоятельно анализирует ситуацию, в процессе обсуждения с учителем выявляет проблему, совместно формулирует цель работы	самостоятельно формулирует проблему, анализирует причины её существования, самостоятельно определяет цель работы
1.2 Определение учебных задач, последовательности действий	принимает учебные задачи, определенные педагогом	совместно с педагогом определяет учебные задачи, последовательность действий	самостоятельно определяет учебные задачи, последовательность действий по их достижению
1.3 Планирование учебной деятельности в соответствии с поставленной целью	принимает и выполняет предложенный план действий по выполнению поставленной задачи, не распределяет время на выполнение учебного задания , требует постоянного внимания со стороны педагога	определяет последовательность действий, планирует время для выполнения поставленной задачи	определяет возможные пути выполнения поставленной задачи, необходимые при этом ресурсы и время, предлагает эффективный путь решения

1.4 Оценивание учебных действий	высказывает оценочное суждение о результатах деятельности, совместно с педагогом устанавливает соответствие результата поставленной цели	по заданному алгоритму определил правильность выполнения учебной задачи, определяет соответствие результата поставленной цели, высказывает оценочное суждение	самостоятельно делает вывод о правильности решения, сравнивает вариант решения с заданным алгоритмом, высказывает аргументированное суждение о соответствии результата поставленной цели
1.5 Коррекция учебных действий в процессе решения	под руководством педагога выявляет возможные проблемы, вносит коррективы в учебную деятельность	самостоятельно выявляет затруднения в процессе работы, совместно с педагогом вносит коррективы в последовательность действий	самостоятельно определяет возникающие затруднения и вносит коррективы с целью их устранения
1.6 Самоконтроль	совместно с педагогом анализирует ошибки, причины их возникновения, определяет действия, необходимые для их устранения	анализирует допущенные ошибки, совместно с педагогом определяет причины их возникновения	самостоятельно определяет причины затруднений, анализирует допущенные ошибки и причины их возникновения

1.7 Определение причин успеха/неуспеха решения учебной задачи (рефлексия)	совместно с педагогом выявляет причины успеха/неуспеха выполнения учебной задачи	самостоятельно определяет причины успеха/неуспеха выполнения учебной задачи	самостоятельно определяет причины успеха/неуспеха выполнения учебной задачи, конструктивно действует в ситуации неопределенности и или неуспеха
ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ УУД			
2.1 Использование логических действий для выполнения учебной задачи	применяет логические действия в соответствии с предложенным алгоритмом выполнения учебной задачи	совместно с педагогом определяет необходимость и целесообразность использования логических операций для выполнения учебной задачи	самостоятельно определяет необходимость и целесообразность проведения логических операций в соответствии с учебной задачей
2.2 Установление причинно-следственных связей	под руководством педагога выявляет причины наблюдаемых или изучаемых явлений	совместно с педагогом определяет возможные причины наблюдаемых или изучаемых явлений, самостоятельно устанавливает причинно-следственные взаимосвязи	самостоятельно устанавливает причинно-следственные связи, аргументировано объясняет наблюдаемые или изучаемые явления, причины их возникновения

2.3 Формулирование выводов	с помощью педагога формулирует выводы на основе полученной информации	формулирует вывод (присоединяется к выводу) на основе полученной информации и привёл хотя бы один аргумент	предлагает аргументированный вывод на основе критического анализа, сопоставления различных точек зрения
2.4 Поиск, сбор и представление информации в соответствии с учебной задачей	задает вопросы, указывающие на отсутствие необходимой информации для выполнения задачи, с педагогом определяет необходимые действия для дальнейшего выполнения	определяет недостаточность информации для выполнения учебной задачи, осуществляет ее сбор под руководством педагога	определяет что и в каком объеме необходимо для выполнения поставленной задачи, осуществляет поиск информации в соответствии с учебной задачей
КОММУНИКАТИВНЫЕ УУД			
3.1 Организация учебного сотрудничества при выполнении учебной задачи	выполняет учебные действия в одиночку или взаимодействует с членами группы по указанию педагога	взаимодействует с членами группы, исходя из личных симпатий, проявляет активность при обсуждении	взаимодействует со всеми членами группы, исходя из требований учебной задачи, отстаивает свою точку зрения, обсуждает предложенные идеи

3.2 Координация действий, разрешение конфликтных ситуаций	действия членов группы координирует педагог, учащиеся не распределяют роли при выполнении учебной задачи	договаривается о выполнении своей части задания, согласовывает свои действия и результаты с другими членами группы или педагогом	активно участвует в распределении ролей и функций в совместной работе, принимает общие решения на основе согласования позиций членов коллектива, осуществляет коррекцию действий партнера

Уровень показателей

№ п/п	Фамилия Имя учащегося	Регулятивные УУД			Познавательные УУД			Коммуникативные УУД		
		+	++	+++	+	++	+++	+	++	+++
1										
2										

\+ средний уровень
++ нормальный уровень
+++ высокий уровень

Критерии сдачи нормативов по физической подготовке

Нормативы и критерии оценки:

I – Прыжки на скакалке (30с. – 60 прыжков)
II – Поднятие туловища из положения лёжа (60с. – 40 раз)
III – Приседания (30с. – 25раз)
IV – Отжимания (мальчики – 15раз; девочки – 10раз)
V – Стойка на лопатках "Березка" (30с.)
VI – "Мостик" из положения стоя
VII – Кувырки:

1. Кувырок вперед
2. Кувырок назад

VIII – Стойка на руках около стены

IX – «Колесо»:

1. Вправо
2. Влево

X – «Бабочка»

XI – Шпагат

1. На правую ногу
2. На левую ногу
3. Поперечный

№ п/п	Ф.И. учащегося	I	II	III	IV	V	VI	VII		VIII	IX		X	XI		
								1	2		1	2		1	2	3
1																

В таблице по вертикали указаны фамилии учащихся и критерии оценки, по горизонтали подсчитывается количество сданных элементов по баллам. Каждый освоенный элемент в таблице оценивается как «+» и приравнивается к 1 баллу. На первом году обучения максимальная сумма освоенных элементов - 5, что подтверждает 100% освоение программы учащимся объединения. На втором году обучения 100% результатов является сумма от 6 до 9 баллов, на третьем – от 9 до 12, а на четвертом и пятом годах обучения для 100% подтверждения освоения программы учащимся нужно набрать 15 баллов.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы, использованной для написания программы и организации учебно-воспитательного процесса:

Книги

Асафьев Б.В. Хореологические очерки // Избранные труды : в 3 т., Т. III. Москва : Искусство, 1987. — 328 с.

Базарова Н.П. Классический танец. Школа русского балета. Ленинград : Искусство, 1983. — 272 с.

Борисенко Ю.А. Современный эстрадный танец. Учебное пособие. Ростов-на-Дону : Феникс, 2007. — 320 с.

Васильев А.И. Народный танец. История и современность. Москва : Молодая гвардия, 1987. — 240 с.

Волконская О.Н. Основы классического танца. СПб.: Лань, 2003. — 320 с.

Глушков И.Г. Элементы современного бального танца. Киев : Музична Україна, 1989. — 192 с.

Дружинина Р.С. Народный танец и методика его преподавания. Москва : Советская Россия, 1984. — 224 с.
Колпакчи Е.М. Танец и личность. Минск : Высшая школа, 1988. — 160 с.
Орлов С.Е. Техника классического танца. Москва : Совершенство, 1997. — 256 с.
Щедрин Ю.К. Методика постановки народного танца. Москва : Издательство Академии наук СССР, 1962. — 240 с.

Коллективные монографии и сборники

Хореографическое искусство в современной школе / под ред. А.Л. Масленникова. Москва : Педагогика, 1986. — 256 с.
Проблемы теории и практики хореографической педагогики / под общ. Ред. Л.Б. Евсеевой. Санкт-Петербург : СПГУКИ, 2005. — 384 с.
Народный танец в современном мире / отв. Ред. Г.Ф. Шипилова. Москва : МГИК, 2007. — 288 с.
Классический танец: проблемы методологии и практики / под ред. Н.Н. Воробьева. Москва : ГУИСК, 2004. — 368 с.
Современные тенденции развития хореографического искусства / под ред. И.О. Петровской. Екатеринбург : УрГАФК, 2008. — 240 с.

Статьи в журналах

Андреева Л.Н. Народный танец как средство формирования этнической идентичности // Вестник Московского университета культуры и искусств. — 2010. № 2. — С. 56–62.
Боброва Е.А. Современные подходы к преподаванию современного танца // Вопросы культурологии. — 2012. № 1. — С. 45–50.
Васильев В.Ю. Музыкальность и пластика в классическом балете // Проблемы музыкального театра. — 2008. № 4. — С. 78–85.
Голощапова Л.В. Творческое взаимодействие в ансамбле народного танца // Балет. — 2009. № 3. — С. 112–118.
Иванова И.В. Основные направления развития российского хореографического искусства начала XXI века // Журнал прикладной психологии и педагогики. — 2013. № 2. — С. 67–73.

Электронные ресурсы

Российское балетное искусство: прошлое и настоящее [Электронный ресурс]. Режим доступа: https://ballet-russia.ru/.
Национальные танцы России [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://dance-nation.ru/.
Хореография и образование [Электронный ресурс]. Режим доступа: https://choreographyedu.ru/.
Научная библиотека по искусствоведению и хореографии [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://artsciencelibrary.ru/.
Библиотека статей по истории и теории танца [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://dancetheory.ru/.

Основная литература для детей:

Андреева Л.Н. Первый урок хореографии. Книга для малышей. Москва : АСТ-Пресс, 2015. — 48 с.
Барсукова А.С. Весёлые шаги: учебное пособие по ритмической гимнастике и танцам для дошкольников. Санкт-Петербург : Речь, 2014. — 128 с.
Голубева А.В. Учимся танцевать: азбука танцевальной пластики. Новосибирск : Сибирское университетское изд-во, 2017. — 160 с.
Каргина Н.С. Мир танца глазами ребёнка. Москва : Академия, 2016. — 144 с.
Маслова Т.В. Первые шаги в мир танца. Москва : Владос, 2019. — 96 с.
Фомина Н.В. Азбука танца: развивающие игры и упражнения для детей дошкольного возраста. Москва : Русское слово, 2018. — 112 с.

Дополнительная литература для родителей:

Верещагина А.Н. Ваш ребёнок танцует: советы родителям начинающего танцора. Москва : Астрель, 2017. — 192 с.
Давыдова О.А. Как выбрать школу танцев для вашего ребёнка. Санкт-Петербург : Петроглиф, 2016. — 160 с.
Емельянцева Л.М. Семья и школа танца: роль родителей в развитии таланта ребёнка. Саратов : Лицей, 2018. — 128 с.
Корягина Т.А. Занимаемся дома вместе с ребёнком: игровые упражнения для укрепления тела и духа. Краснодар : Просвещение-Юг, 2019. — 112 с.
Попова Я.Р. Почему мой ребенок должен заниматься танцами? Ответы на частые вопросы родителей. Москва : Букмастер, 2018. — 144 с.

Интернет-ресурсы для ознакомления и вдохновения:

1. Сайт студии детских танцев www.dance-studio.ru
2. Онлайн-площадка с бесплатными уроками по детской хореографии youtube.com/danceschoolforkids
3. Социальная сеть и сообщество для любителей детского танца vk.com/kiddancedance
4. Информационный портал о детском творчестве и искусстве detidance.ru

Приложение № 1.

Рабочая программа
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе художественной направленности «В ритме танца»
на 2026-2027 учебный год

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «В ритме танца» (далее Программа) относится к программам *художественной направленности*.

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 84» предоставляет помещение для проведения занятий.

Уровень программы: базовый

Цель, задачи и планируемые результаты полностью совпадают с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой «В ритме танца».

Изменения в дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе художественной направленности «В ритме танца» и их обоснование.

Особенности организации образовательной деятельности в 2026–2027 учебном году связаны с тем, что 2026 год объявлен в России Годом единства народов России. Кроме того, 2027 год объявлен Годом географии. Это будет отражено в постановочной работе, сценической практике, в репертуаре.

В 2026-2027 учебном году занятия проводятся в соответствии с Календарным учебным графиком, расписанием, недельной нагрузкой, условиями реализации программы.

Тематическое содержание реализации программы подробно расписано в Календарном учебном графике.

Объем программы (144 часа – первый год обучения, 216 часов – второй год обучения). Срок реализации (2026-2027 учебный год).

Режим занятия:

№ группы	Год обучения	Кол-во раз в неделю	Продолжительность занятий в академических часах	Кол-во учебных недель	Общее кол-во часов в год	Продолжительность часа в мин
1	1	2	2	36	144	45
2	1	2	2	36	144	45
3	2	3	2	36	216	45
4	2	3	2	36	216	45

Возраст и количество учащихся по годам обучения

№ группы	Год обучения	Возраст учащихся	Количество учащихся в группе
1	1	7 лет	15
2	1	8 лет	15
3	2	9-10 лет	12
4	2	11-12 лет	12

Использование цифровых технологий при дистанционном обучении
в 2026-2027 учебном году

Тема	Электронный ресурс (активная ссылка на материал, платформа)
Видеоконференции и прямые эфиры	zoom.us
Онлайн-курсы и образовательные платформы	coursera.org stepik.org
Интерактивные тренажёры и мобильные приложения	Приложения: Twitch Dance, Yoga Studio и FitOn
Видеоархивы и онлайн-контент	rutube.ru
Умные гаджеты и фитнес-трекеры	garmin.ru

Приложение № 2.

Календарный учебный график

1-ый год обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Месяц								
		09	10	11	12	01	02	03	04	05
1	Вводное занятие	2								
2	Постановка корпуса. Изучение позиций рук и ног	2	2	2	2					
3	Упражнения для разминки	2	2	2	2	2	2			
4	Изучение танцевальных шагов	2	2	2	2	2	2			
5	Упражнения с музыкально-ритмическими заданиями	2	2	2	2	2				
6	Партерный экзерсис	4	2	2	2	2	2	2	2	
7	Изучение акробатических элементов		4	4		2	2	2	2	2
8	Прыжки	2	2	2						
9	Упражнения для развития подъёма стопы					2	2	2		
10	Упражнения на развитие тазобедренного сустава					2	2	2		
11	Упражнения на развитие мышц спины							4	2	
12	Упражнения на развитие гибкости тела								4	2
13	Постановочная работа				4	2				
14	Репетиционная работа						4	4	6	4
15	Сценическая практика									4
16	Закрепление изученного материала. Промежуточный контроль				2					2

17	Итоговое занятие									2
		16	16	16	16	16	16	16	16	16

2-ой год обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Месяц								
		09	10	11	12	01	02	03	04	05
1	Вводное занятие	2								
2	Постановка корпуса. Изучение позиций рук и ног	4	2							
3	Упражнения для разминки	4	4							
4	Повторение и изучение танцевальных шагов	4	4							
5	Упражнения по ориентированию в пространстве		2	2	2					
6	Партерный экзерсис		4		4	2				
7	Изучение акробатических элементов			2	2			2	2	
8	Прыжки					2	2			2
9	Упражнения для развития подъёма стопы		2	2	2					
10	Упражнения на развитие тазобедренного сустава		2	2	2					
11	Упражнения на развитие мышц спины		2	2				2		
12	Упражнения на развитие гибкости тела		2	2	2					
13	Этюды, изображающие природные явления						2	2	2	
14	Работа над созданием образа в музыкальном произведении						2		2	2
15	Постановочная работа	4		4	2	8	6	6	6	4

16	Репетиционная работа	4		4	4	12	10	8	10	8
17	Сценическая практика	2		4	2		2	2	2	6
18	Закрепление изученного материала. Промежуточный контроль				2					2
18	Итоговое занятие									2
		24	24	24	24	24	24	24	24	24

Приложение № 3

Календарный план воспитательной работы

Организация мероприятий педагогом

Наименование мероприятия	Дата, время и место проведения	Количество человек	
		Участников	Присутствующих (детей, взрослых)
Беседа «Азбука танца»	Октябрь, 2026г. МОУ СОШ №84	20	
Просмотр балета	Ноябрь, 2026г. МОУ СОШ №84	20	
Викторина «За ЗОЖ»	Март, 2027г. МОУ СОШ №84	20	
Просмотр документального фильма о войне	Май, 2027г. МОУ СОШ №84	20	

Участие в массовых мероприятиях различного уровня

Наименование мероприятия	Дата, время и место проведения	Количество участников	Организатор мероприятия

Концерт, посвящённый Дню народного единства	Ноябрь, 2026	10	
Концерт, посвящённый Дню защитника Отечества	Февраль, 2027	12	
Концерт, посвящённый Международному женскому дню	Март, 2027	20	
Концерт, посвящённый Дню космонавтики	Апрель, 2027	10	
Концерт, посвящённый Дню Победы	Май, 2027	12	
Отчётный концерт	Май, 2027	15	

Приложение №4

Информационные брошюры для детей на занятиях хореографией

🎨 Что такое хореография?

Хореография — это искусство выражать эмоции и мысли через движения тела под музыку. Она учит гармонии, красоте и грациозности. Через занятия танцем мы развиваем физическое здоровье, координацию, чувство ритма и умение выступать публично.

🌟 Зачем ходить на занятия по хореографии?

✅ Улучшается физическая подготовка, укрепляется мышечный корсет.✅ Вы становитесь артистичнее и уверенным в себе. ✅ Изучаете историю и культуру своего народа. ✅ Получаете удовольствие от творчества и дружбы!

🌼 Основные правила на занятии

🔶 Приходите вовремя и будьте готовы к началу занятия🔶 Одевайтесь удобно и аккуратно🔼 Не забывайте приносить сменную обувь🔺 Выполняйте все упражнения внимательно и осторожно🔻 Берегите себя и окружающих.

🎀 Правильная одежда для занятий

✓ Футболка или топ + шорты или лосины. ✓ Балетки или чешки для классического танца. ✓ Свободные волосы собраны в пучок или хвост✓ Минимум украшений

Полезные советы для начинающих

☆ Начинайте постепенно увеличивать нагрузку ☆ Не бойтесь ошибаться — каждый шаг важен! ☆ Отдыхайте после интенсивных тренировок ☆ Питайтесь сбалансированно и пейте достаточно воды

Чему научатся наши юные танцоры?

Исполнять классические и народные танцы Выступать на сцене уверенно и ярко Чувствовать музыку и двигаться легко и свободно

Будьте здоровыми и счастливыми танцорами!

Мы ждём вас на наших занятиях, ведь именно здесь начинается ваш путь в удивительном мире танца!

Добро пожаловать в наш волшебный мир танца!

Приложение №5

Правила поведения на занятиях хореографией!

Соблюдая эти простые правила, ты поможешь себе и другим комфортно и продуктивно проводить время на занятиях.

Перед началом занятия:

Приходи заранее, чтобы успеть переодеться и подготовиться морально.

Надевай удобную одежду и правильную обувь (чешки, балетки, джазовки и др.).

☒ Волосы обязательно собери в аккуратный пучок или хвост.

Удаляй лак с ногтей, снимай украшения и аксессуары.

Подготовься морально: настройся на занятие и оставь личные переживания за дверью зала.

Во время занятия:

Всегда слушай педагога внимательно и выполняй все задания добросовестно.

☒ Если возникли вопросы или трудности, спроси учителя вежливо и спокойно.

Запрещено разговаривать, шуметь или отвлекаться на посторонние дела.

Никогда не вставай из линии или круга без разрешения преподавателя.

Нельзя сидеть на полу или опереться руками о станок, пока идет разминка.

☒ Следуй порядку смены линий и соблюдай очередь при выполнении упражнений.

Старайся держать ровную спину и ноги вытянутыми, контролируй свое дыхание.

Пей воду умеренно и небольшими глотками, не мешая окружающим.

После окончания занятия:

Убирай всё лишнее из зала, бережно относись к имуществу студии.

Поблагодари педагога за проведенное занятие.

Выходи из зала организованно, не создавая шума и суеты.

Участвуй в обсуждениях и обмене впечатлениями после занятия.

Что нельзя делать категорически?

Категорически запрещается бегать, прыгать или устраивать шумные игры в зале.

Запрещено касаться чужих вещей или обуви без разрешения владельца.

Недопустимо игнорировать указания педагога или нарушать порядок.

Не разрешается опаздывать на занятия или уходить раньше без предупреждения.

Следуя этим простым рекомендациям, ты сделаешь занятия полезными, интересными и приятными для себя и окружающих!