

Комитет общего и профессионального образования Ленинградской области
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Тосненский районный детско-юношеский центр»

РАССМОТРЕНА И ПРИНЯТА
на заседании Педагогического совета
МБОУ ДО «Тосненский районный детско-
юношеский центр»
Протокол от 14.05.2026 № 6

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДО «Тосненский
районный детско-юношеский центр»
А. В. Щербак
Приказ от 14.05.2026 № 233 у

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности**

«ПАЛИТРА ТАНЦА»

Возраст обучающихся: 5-11 лет
Срок реализации: 1 год
Количество учебных часов: 144 часа

Автор-составитель:
Якухнова Варвара Евгеньевна,
педагог дополнительного образования

Тосно
2026

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Палитра танца» разработана на основе:

-Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями и дополнениями;

- Федеральный закон от 29.12.2025 N 539-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации";

-Федерального закона от 30.12.2020 №517-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и отдельные законодательные акты Российской Федерации»;

-Федерального закона от 26.05.2021 №144-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;

-Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

-Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р);

- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

-Письма Минпросвещения России от 31.01.2022 № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

- Распоряжением комитета общего и профессионального образования Ленинградской области от 05.06.2019 № 1382-р «О региональной автоматизированной информационной системе «Навигатор дополнительного образования детей Ленинградской области»»;

- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ 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»;

- Областного закона Ленинградской области от 24.02.2014 № 6-оз «Об образовании в Ленинградской области»;

- Устава Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Тосненский районный детско-юношеский центр».

Направленность: художественная

Уровень освоения: общекультурный

Хореография занимает особое место среди предпочтений детей в системе дополнительного образования.

Танец издавна считается одним из самых древних способов выражения человеческих эмоций. Этот вид искусства обладает огромным потенциалом для всестороннего развития личности, гармонично сочетая в себе как эмоциональную составляющую, так и эстетическую ценность.

Танец приносит радость не только исполнителю, но и зрителям, раскрывая внутренний мир человека и способствуя развитию его духовных качеств. Через движения дети учатся понимать, выражать красоту, развивают художественный вкус и формируют любовь к искусству.

В процессе познания мира ребёнок естественным образом стремится к творческому самовыражению. И именно в танце, через плавные движения тела, эта потребность проявляется наиболее ярко, помогая ребёнку раскрыть свой творческий потенциал и обрести уверенность в себе.

Актуальность программы заключается в контексте современных вызовов: укрепления здоровья детей, популяризации здорового образа жизни и обеспечения

двигательной активности.

Хореография обеспечивает комплексное развитие: на занятиях дети учатся грациозно двигаться, выступают на концертах, воспитывают аккуратность и целеустремлённость, развиваются физически, эмоционально, духовно и интеллектуально.

Танец — мощный инструмент эстетического воспитания, формирующий художественный вкус и гармонизирующий духовное и физическое развитие. Занятия включают общеразвивающие упражнения, партерную гимнастику и танцевальные элементы под музыкальное сопровождение.

Педагогическая целесообразность дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности «Палитра танца»: заключается в правильно выбранных формах, методах и средств образовательной деятельности в соответствии с целью и задачами программы.

Реализации программы применяются следующие педагогические технологии:

- технология группового обучения;
- технология дифференцированного обучения;
- технология развивающего обучения;
- технология проблемного обучения;
- игровая технология;
- технология исследовательской деятельности;
- технология проектной деятельности.

Содержание и учебный материал программы структурированы на основе принципа дифференциации и представлены двумя уровнями сложности: стартовым и базовым.

Отличительными особенностями программы является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы.

Программа содержит в себе материал не по одному конкретному танцевальному направлению, а знакомит детей с разными хореографическими стилями и их особенностями.

Основой для построения программы явились следующие педагогические принципы:

- вариативность и свобода выбора, она необходима для самореализации личности; развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений, составляющих основу детских танцев);
- принцип доступности, обеспечивающего переход от простого к сложному, от известного к неизвестному.
- формирование у детей способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца;
- формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

При разработке дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности «Без границ» были использованы: программа

«Ритмическая мозаика», разработанная А.И. Бурениной 2010г., рекомендованная Министерством образования Российской Федерации и программа «Хореография» детского сада общеразвивающего вида №16 «Ручеек» 2014г.

Адресат программы: Программа рассчитана на обучающихся в возрасте 5 - 11 лет. Прием в объединение всех желающих детей осуществляется без специального отбора с регистрацией в АИС «Навигатор дополнительного образования».

Объем и срок реализации программы

Срок реализации программы: 1 год.

Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа.

Продолжительность 1 академического часа — 45 минут, между занятиями проводятся динамические паузы — 10 минут. Для детей от 5 до 7 лет 1 академический час длится 30 минут, с 7 лет до 11 лет — 45 минут. Общее количество часов по программе: 144 часа.

Цель и задачи программы

Цель дополнительной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Палитра танца»: развитие личности ребёнка, способного к творческому самовыражению посредством танца.

Задачи

Воспитательные:

- воспитывать дисциплинированность, аккуратность, вежливость;
- воспитывать ответственность каждого за успех общего дела;
- воспитывать социальную активность личности воспитанника;
- в ребёнке понятие добра и зла, культурное отношение к себе и другим людям;
- воспитывать дружеские, партнерские отношения детей в совместной деятельности.

Развивающие:

- развивать координацию, гибкость, пластичность, выразительность и точность движений;
- развивать ритмичность движений в соответствии с различным характером музыки;
- развивать воображение и фантазию детей в танце;
- развивать творческие артистические способности детей
- развивать познавательные интересы через расширение представлений о видах танца;
- развить коммуникативные и организаторские способности воспитанника;

Обучающие:

- расширение музыкального кругозора, пополнение словарного запаса;
- планировать и организовывать работу, распределять учебное время;
- соблюдать в процессе деятельности правила безопасности;
- обучить воспитанников различным музыкально-ритмическим движениям;
- формировать навыки актёрского мастерства;
- формировать художественный вкус.

Планируемые результаты

Предметные

Знает:

- правила выполнения разминки и стретчинга для различных танцевальных стилей;
- методики и техники сплочения коллектива через игровые формы;
- основы сценического поведения и взаимодействия с партнёрами;
- рисунки танцев;
- связки танцевального номера;
- технику танцевального номера;
- характер, образ танцевального номера.

Умеет:

- выполнять разминку и стретчинг, адаптируя их под разные стили танцев;
- переводить руки из позиции в позицию;
- ориентироваться в пространстве;
- выполнять рисунки танцев;
- выполнять движения танцевального номера;
- технично выполнять движения танцевального номера;
- характерно исполнять танцевальный номер;
- выступать перед зрителями.

Метапредметные

- выражать свои чувства;
- проявлять творческую инициативу.

Личностные

- выполнять общепринятые правила поведения в обществе;
- бережно относиться к своему здоровью;
- участвовать в коллективной деятельности при поддержке педагога;

- бережно относиться к своему здоровью и здоровью окружающих.

Организационно-педагогические условия реализации программы.

Формы деятельности учащихся: индивидуальные, групповые и фронтальные (коллективные, массовые). Благодаря форме содержание обретает внешний вид, становится приспособленным к использованию (занятия, инструктаж, выступление, беседа, собрание и др.).

Форма проведения занятий – аудиторная.

Форма обучения – очная.

Численность группы – 15 человек.

Теория излагается по ходу практических занятий в целях лучшего усвоения материала.

В период подготовки показательного номера, помимо групповых, проводятся также индивидуальные занятия с обучающимися.

Для занятий у обучающихся должна быть опрятная одежда, которая не стесняла бы их движений и отвечала бы эстетическим требованиям и удобная танцевальная обувь. **Материально-технические средства обеспечения программы.**

- помещение для занятий должно отвечать санитарно-техническим требованиям

- радиоаппаратура с доступом к блютуз;

- тематические видео и фотоматериалы

Формы работы с родителями:

- беседы;

- работа с родительским активом (подготовка воспитательных мероприятий, организация помощи педагогу при подготовке к выступлению);

- консультирование и оказание педагогической помощи.

Разнообразие **методов** обучения способствует успешному овладению содержания программы:

- **словесный** (объяснение, разбор, анализ);

- **наглядный** (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов);

- **эмоциональный** (создание художественных образов);

- **практический** (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого на более мелкие части для подробной проработки с последующим воссозданием вновь организованного целого);

Применяемые **средства** обучения:

- электронные ресурсы;

- аудиовизуальные (аудиозаписи, фотографии, видеозаписи на цифровых носителях).

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение в общеразвивающую программу.	2	2	-	Беседа
2.	Правила безопасности и основные понятия.	8	4	4	Беседа
3.	Культура поведения на сцене и взаимодействие партнёров в танце.	8	4	4	
4.	Программа общеразвивающих упражнений с комплексной нагрузкой на мышечный аппарат.	14	-	14	

5.	Ритмика.	26	5	21	
6.	Игры для сплочения коллектива.	8	-	8	
7.	Хореографический рисунок.	20	-	20	
8.	Техника прыжков и элементы из классического, народного и бального танцевального репертуара.	14	1	13	
9.	Работа над танцевальным номером.	42	11	29	
10.	Итоговое занятие.	2	-	2	
	Итого за год:	144			

Утвержден
приказом от «__» _____ 20__ г. № _____

Календарный учебный график на 2026/2027 учебный год

Педагог дополнительного образования:
Наименование дополнительной общеразвивающей программы

Год обучения	№ группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель в год	Количество учебных часов всего в год	Количество учебных занятий (дней)	Режим занятий
1 год		01.09.2026	30.05.2027	36	144	72	2 раза в неделю по 2 академических часа

Содержание программы

Раздел 1. Введение в общеразвивающую программу (2 часа)

Тема 1. Вводное занятие. Комплектование групп (2 ч)

Теория: Знакомство с группой детей. Правила поведения на занятиях.

Раздел 2. Правила безопасности и основные понятия (8 часов)

Тема 1. Требования техники безопасности (2 ч)

Теория: организационное собрание. Изучение правил безопасности во время танцевальных занятий. Основы профилактики травматизма: типичные риски и способы их предотвращения.

Практика: командные игры на знакомство и сплочение коллектива. Формирование доверительной атмосферы в группе.

Тема 2. История танца (2 ч)

Теория: эволюция танцевального искусства: от древности до современности. Роль танца в культуре разных народов. Влияние регулярных занятий танцами на физическое и психоэмоциональное развитие детей.

Практика: общая разминка с элементами танцевальных движений. Развитие координации и чувства ритма.

Тема 3. Основные понятия. Запрещенные движения (2 ч)

Теория: правила поведения в танцевальном зале. Перечень запрещённых движений и обоснование ограничений. Анализ потенциальных рисков при выполнении сложных элементов.

Практика: омплекс упражнений на растяжку и гибкость под музыкальное сопровождение. Акцент на безопасную технику выполнения.

Тема 4. Организация рабочего места (2 ч)

Теория: основы личной гигиены танцора. Требования к одежде и обуви для занятий. Правила организации рабочего места: подготовка зала, инвентаря, соблюдение чистоты.

Практика: разминка: динамические упражнения для разогрева всех групп мышц; растяжка: статические и динамические упражнения для улучшения гибкости и профилактики мышечных зажимов.

Раздел 3. Культура поведения на сцене и взаимодействие партнёров в танце (8 часов)

Тема 1 Сценический этикет: нормы поведения на сцене и за кулисами. (2 ч)

Теория: нормы сценического этикета: поклоны, взаимодействие с партнёрами, зрителями и техническим персоналом;

правила поведения за кулисами: соблюдение тишины, дисциплины и уважения к другим участникам;

требования к внешнему виду и костюму во время выступления.

Практика: Практическая работа

Тема 2. Правила поведения в пространстве танца: зрительный зал и репетиционное помещение (2 ч)

Теория: Правила поведения. в зрительном зале и в танцевальном классе

Практика: Практическая работа

Тема 3. Пара как танцевальная единица (2 ч)

Теория: Взаимоотношения партнеров в паре. Пара как танцевальная единица, постановка детей в пары.

Тема 4. Совместная творческая работа партнёров: методы и приёмы. (2ч)

Теория: права и обязанности партнёров: взаимная ответственность за результат;

методы разрешения конфликтов: конструктивный диалог, поиск компромиссов;

психология творческого сотрудничества: эмпатия, взаимоуважение, мотивация.

Практика: творческие задания на импровизацию в паре;

создание мини-композиций с учётом индивидуальных особенностей партнёров;

рефлексия и обсуждение: анализ взаимодействия, обратная связь, коррекция ошибок.

Раздел 4. Программа общеразвивающих упражнений с комплексной нагрузкой на мышечный аппарат. (14 часов)

Тема 1. Общеразвивающие упражнения (2ч)

Практика: Выполнение упражнений разминки по кругу в разных направлениях.

Тема 2. Общеразвивающие упражнения. Продолжение. (2 ч)

Практика: Выполнение упражнений на одну музыкальную фразу (или музыкальное предложение).

Тема 3. Общеразвивающие упражнения. Продолжение. (2 ч)

Практика: Упражнения: на осанку для мышц шеи.

Тема 4. Общеразвивающие упражнения. Продолжение. (2 ч)

Практика: Упражнения для рук и плечевого пояса.

Тема 5. Общеразвивающие упражнения. Продолжение. (2 ч.)

Практика: Упражнения на осанку туловища и ног.

Тема 6. Общеразвивающие упражнения. Продолжение. (2 ч.)

Практика: Упражнения: на осанку мышц всего тела.

Тема 7. Общеразвивающие упражнения. Продолжение. (2 ч.)

Практика: Прыжково-беговые упражнения.

Раздел 5. Ритмика (26 часов)

Тема 1. Выполнение наклонов (2 ч.)

Практика: Выполнение наклонов, упражнений на движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами.

Тема 2. Выполнение поворотов туловища (2 ч.)

Практика: Выполнение поворотов туловища вправо, влево. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Повороты туловища.

Тема 3. Музыкально-ритмическая деятельность (2 ч)

Теория: Язык музыки

Практика: Спортивно-танцевальная разминка, пластика, вращение на месте и в продвижении.

Тема 4. Движения под музыку (2ч)

Теория: Различный характер музыки. Понятия: сила звучания, темп, динамика. Основные движения под музыку.

Практика: Движения с началом и окончанием музыкальной фразы. Передача в движении шагом различного характера музыки, различной силы звучания, различного темпа, строевым или мягким шагом и т.п.

Тема 5. Движения под музыку. Продолжение (2ч)

Теория: Различный характер музыки. Понятия: сила звучания, темп, динамика. Основные движения под музыку.

Практика: Движения с началом и окончанием музыкальной фразы. Передача в движении шагом различного характера музыки, различной силы звучания, различного темпа, строевым или мягким шагом и т.п.

Тема 6. Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений (2 ч)

Практика: Использование ходьбы, бега, прыжков с использованием всего пространства помещения с последующим построением в колонну по одному, в шеренгу, в круг.

Тема 7. Всевозможные сочетания движений рук, ног (2 ч)

Практика: Всевозможные сочетания движений рук, ног.

Тема 8. Всевозможные сочетания движений рук, ног. Продолжение. (2 ч)

Практика: Всевозможные сочетания движений рук, ног.

Тема 9. Упражнения на координацию движений (2 ч)

Теория: Движения и упражнения, требующие внимания и координации движения рук и ног.

Практика: Совершенствование навыков правильного выполнения основных движений под музыку. Четкое и ритмичное выполнение под музыку общеразвивающих упражнений.

Тема 10. Упражнения на координацию движений. Продолжение (2 ч)

Теория: Движения и упражнения, требующие внимания и координации движения рук и ног.

Практика: Совершенствование навыков правильного выполнения основных движений под музыку. Четкое и ритмичное выполнение под музыку общеразвивающих упражнений

Тема 11. Упражнения на выработку правильной осанки (2 ч.)

Практика: Значение правильной осанки. Упражнения для правильной осанки.

Тема 12. Упражнения на выработку правильной осанки. Продолжение (2 ч.)

Практика: Значение правильной осанки. Упражнения для правильной осанки.

Тема 13. Упражнения на расслабление мышц (2 ч.)

Практика: Имитация, имитация отряхивания воды с пальцев, маятник.

Раздел 6. Игры для сплочения коллектива (8 часов)

Тема 1. Игры для сплочения коллектива (2 ч)

Практика: «Следопыт», «Капитаны кораблей».

Тема 2. Игры для сплочения коллектива. Продолжение (2 ч)

Практика: «Волшебные кисти», «Эстафета дружбы», «Веселые задания».

Тема 3. Игры для сплочения коллектива. Продолжение. (2 ч)

Практика: «Тоннель», «Сиамские близнецы».

Тема 4. Игры для сплочения коллектива. Продолжение. (2 ч)

Практика: «Танцевальная мозаика», «Машина».

Раздел 7. Хореографический рисунок. (20 часов)

Тема 1. Шахматный порядок (2 ч)

Практика: Разучивание основного построения, изучение линий и своих мест.

Тема 2. Круг, полу-круг (2ч)

Практика: Простейшее построение: круг. Круг: сужение и расширение

Тема 3. Диагональ, клин, квадрат (2ч)

Практика: Перестроение из круга в диагональ. Перестроение из маленьких кружков в диагональ. Перестроение из звездочки в квадрат

Тема 4. Построение в пары и обратно на места (2ч)

Практика: Рисунок танца «Спираль». Игра «Клубок ниток».

Тема 5. Построение в пары и обратно на места. Продолжение (2ч)

Практика: Рисунок танца «Спираль». Игра «Клубок ниток».

Тема 6. Простейшие построения: линия, колонка (2ч)

Практика: Перестроение из колонны в шеренгу и обратно. Перестроение из круга в колонну, в линию, (на задний, передний план)

Тема 7. Простейшие построения: линия, колонка. Продолжение. (2ч)

Практика: Перестроение из колонны в шеренгу и обратно. Перестроение из круга в колонну, в линию, (на задний, передний план)

Тема 8. Перестроения рисунков (2 ч)

Практика: Рисунок танца «Змейка»: горизонтальная, вертикальная. Рисунок танца «Воротца.

Тема 9. Перестроения рисунков. Продолжение (2 ч)

Практика: Рисунок танца «Змейка»: горизонтальная, вертикальная. Рисунок танца «Воротца.

Тема 10. Свободное перемещение по залу с последующим построением (2 ч)

Практика: Перестроение из диагонали в клин; из змейки в круг; из звездочки в шеренгу и т.д.

Раздел 8. Техника прыжков и элементы из классического, народного и балльного танцевального репертуара. (14 часов)

Тема 1. Основы прыжков (2 ч)

Практика: Изучение базовых прыжков на месте и с продвижением. Координация прыжков на правой и левой ноге.

Тема 2. Хореографические шаги (2 ч)

Практика: Цапельки» (шаги с высоким подниманием бедра).

Тема 3. Техника бега в танце (2 ч)

Практика: Бег «лошадки» (с высоким подниманием бедра). Бег со сгибанием ног сзади на полупальцах. Бег боком (приставной шаг) и его вариации.

Тема 4. Введение в балльные танцы (2 ч)

Теория: История происхождения и развития танцев.

Практика: Движения подготовки на технику исполнения танцев «стандарта».

Тема 5. Элементы классического танца. (2 ч)

Практика: Изучение позиций классического танца. Основные элементы и комбинации классического стиля.

Тема 6. Элементы народного танца. (2 ч)

Практика: Освоение характерных движений народного танца. Работа над ритмом и выразительностью.

Тема 7. Комбинации и связки. (2 ч)

Практика: Соединение изученных элементов в танцевальные комбинации. Отработка связок между различными танцевальными стилями.

Раздел 8. Работа над танцевальным номером (42 часа)

Тема 1. Разучивание танцевального номера (2ч)

Теория: Знакомство с танцевальным номером, прослушивание композиции, анализ (характер, темп, музыкальные фразы).

Тема 2. Эмоциональность исполнения танца. (2 ч)

Практика: Мимика и жесты в танце.

Тема 3. Создание определенного художественного образа в танце.(2 ч)

Практика: Основы сценического движения.

Тема 4. Создание определенного художественного образа в танце. Продолжение(2 ч)

Практика: Основы сценического движения.

Тема 5. Разучивание 1 связки. «Выход» (2 ч)

Теория: Знакомство с танцевальным номером, прослушивание композиции, анализ

(характер, темп, музыкальные фразы).

Практика: Разучивание

Тема 6. Разучивание 1 связки. «Выход». Продолжение (2 ч)

Теория: Знакомство с танцевальным номером, прослушивание композиции, анализ (характер, темп, музыкальные фразы).

Практика: Разучивание

Тема 7. Разучивание связок 2-8. (2 ч)

Практика: Разучивание связок 2-8.

Тема 8. Разучивание связок 2-8. Продолжение (2ч)

Практика: Разучивание связок 2-8.

Тема 9. Отработка техники танцевального номера 1 и 2 связки. «Выход» (2ч)

Теория: Техника в танце, отработка ног, рук, корпуса.

Практика: Отработка техники

Тема 10. Отработка техники танцевального номера 1 и 2 связки. «Выход».

Продолжение (2ч)

Теория: Техника в танце, отработка ног, рук, корпуса.

Практика: Отработка техники

Тема 11. Отработка техники танцевального номера связок 3-8. (2ч)

Практика: Отработка техники связок 3-8

Тема 12. Отработка техники танцевального номера связок 3-8. Продолжение (2ч)

Практика: Отработка техники связок 3-8

Тема 13. Работа над образом 1 и 2 связки. «Выход» (2ч)

Теория: Характер образа, специфика поз (руки, корпус, голова). Выразительность в танце.

Практика: Отработка выразительности танцевального номера

Тема 14. Работа над образом 1 и 2 связки .«Выход». Продолжение (2ч)

Теория: Характер образа, специфика поз (руки, корпус, голова). Выразительность в танце.

Практика: Отработка выразительности танцевального номера

Тема 15. Работа над образом связок 3-8. (2ч)

Практика: Отработка выразительности танцевального номера связок 3-8

Тема 16. Работа над образом связок 3-8. Продолжение (2ч)

Практика: Отработка выразительности танцевального номера связок 3-8

Тема 17. Отработка техники танцевального номера (2ч)

Теория: Техника в танце.

Практика: Отработка техники танцевального номера состоящего из восьми связок.

Тема 18. Отработка техники танцевального номера. Продолжение. (2ч)

Теория: Техника в танце.

Практика: Отработка техники танцевального номера состоящего из восьми связок

Тема 19. Отработка техники поклонов. (2 ч)

Практика: Отработка техники поклонов

Тема 20. Работа над образом: характер образа, специфика поз (2 ч)

Теория: Выразительность в танце.

Практика: Отработка выразительности танцевального номера состоящего из восьми связок.

Тема 21. Работа над образом: характер образа, специфика поз. Продолжение. (2 ч)

Теория: Выразительность в танце.

Практика: Отработка выразительности танцевального номера состоящего из восьми связок.

Итоговое занятие. (2ч)

Показательное выступление

Утвержден
приказом от «___» _____ 20__ г. № ____

Календарно-тематический план
2026/2027 год

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Палитра танца»

Группа № _____ 1_ год обучения

Расписание: _____

Педагог дополнительного образования: _____

№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Тип занятия	Формы контроля	Дата проведения	
					план	факт
1	Вводное занятие. Комплектование групп	2	Подача нового материала	Беседа		
2	Требования техники безопасности	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
3	История танца	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
4	Основные понятия. Запрещенные движения	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
5	Организация рабочего места	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
6	Сценический этикет: нормы поведения на сцене и за кулисами.	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
7	Правила поведения в пространстве танца: зрительный зал и репетиционное помещение	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
8	Пара как танцевальная единица	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
9	Совместная творческая работа партнёров: методы и приёмы	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
10	Общеразвивающие упражнения	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
11	Общеразвивающие упражнения. Продолжение.	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
12	Общеразвивающие упражнения. Продолжение.	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
13	Общеразвивающие упражнения. Продолжение.	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
14	Общеразвивающие упражнения. Продолжение.	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
15	Общеразвивающие упражнения. Продолжение.	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
16	Общеразвивающие упражнения. Продолжение.	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
17	Выполнение наклонов	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
18	Выполнение поворотов туловища	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
19	Музыкально-ритмическая деятельность	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		

20	Движения под музыку	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
21	Движения под музыку. Продолжение	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
22	Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
23	Всевозможные сочетания движений рук, ног	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
24	Всевозможные сочетания движений рук, ног. Продолжение.	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
25	Упражнения на координацию движений	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
26	Упражнения на координацию движений. Продолжение	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
27	Упражнения на выработку правильной осанки	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
28	Упражнения на выработку правильной осанки. Продолжение	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
29	Упражнения на расслабление мышц	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
30	Игры для сплочения коллектива	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
31	Игры для сплочения коллектива. Продолжение	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
32	Игры для сплочения коллектива. Продолжение	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
33	Игры для сплочения коллектива. Продолжение	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
34	Шахматный порядок	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
35	Круг, полу-круг	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
36	Диагональ, клин, квадрат	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
37	Построение в пары и обратно на места	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
38	Построение в пары и обратно на места. Продолжение	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
39	Простейшие построения: линия, колонка	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
40	Простейшие построения: линия, колонка. Продолжение.	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
41	Перестроения рисунков	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
42	Перестроения рисунков. Продолжение	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		

43	Свободное перемещение по залу с последующим построением	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
44	Основы прыжков	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
45	Хореографические шаги	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
46	Техника бега в танце	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
47	Введение в балльные танцы	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
48	Элементы классического танца	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
49	Элементы народного танца	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
50	Комбинации и связки	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
51	Разучивание танцевального номера	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
52	Эмоциональность исполнения танца	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
53	Создание определенного художественного образа в танце	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
54	Создание определенного художественного образа в танце. Продолжение	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
55	Разучивание 1 связки. «Выход»	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
56	Разучивание 1 связки. «Выход». Продолжение	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
57	Разучивание связок 2-8	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
58	Разучивание связок 2-8. Продолжение	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
59	Отработка техники танцевального номера 1 и 2 связки. «Выход»	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
60	Отработка техники танцевального номера 1 и 2 связки. «Выход». Продолжение	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
61	Отработка техники танцевального номера связок 3-8.	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
62	Отработка техники танцевального номера связок 3-8. Продолжение	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
63	Работа над образом 1 и 2 связки. «Выход»	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
64	Работа над образом 1 и 2 связки .«Выход». Продолжение	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
65	Работа над образом связок 3-8.	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		

66	Работа над образом связок 3-8. Продолжение	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
67	Отработка техники танцевального номера	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
68	Отработка техники танцевального номера. Продолжение	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
69	Отработка техники поклонов.	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
70	Работа над образом: характер образа, специфика поз	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
71	Работа над образом: характер образа, специфика поз. Продолжение.	2	Комбинированное	Беседа, наблюдение, творческая работа		
72	Итоговое занятие.	2	Применение полученных знаний и навыков	Показательное выступление		

Оценочные и методические материалы

Способы определения результативности освоения общеразвивающей программы

Методы отслеживания успешности овладения содержанием программы:

- наблюдение.

Формы контроля и оценки результатов достижения поставленных целей:

- показ;
- проведение итогового выступления в конце учебного года.

Этапы контроля:

- текущий контроль;
- промежуточный контроль (декабрь);
- подведение итогов реализации программы (май).

Оценочные материалы.

Диагностические методики, определяющие достижения учащимися планируемых результатов и уровень развития личности ребёнка отражены в приложении.

ПРОТОКОЛ

результатов промежуточной аттестации обучающихся

20__/20__ учебный год

Дополнительная общеобразовательная программа «Палитра танца»

ФИО педагога дополнительного образования (тренера-преподавателя): _____

№ группы: _____ Дата проведения: _____

Форма проведения контроля: _____

Критерии оценки результатов: по баллам

Результаты промежуточной аттестации

№ п/п	Фамилия, имя обучающегося	Критерии и параметры оценки			Сумма баллов	Уровень обученности
		Предметные	Метапредметн	Личностн		

Критерии уровня обученности по сумме баллов:

от 20 и более – высокий уровень;

от 13 до 19 баллов – средний уровень;

до 12 баллов – низкий уровень.

По результатам итогового контроля

- высокий уровень обученности имеют ____ чел. (____ %)

- средний уровень обученности имеют ____ чел. (____ %)

- низкий уровень обученности имеют ____ чел. (____ %)

- отсутствовало _____ чел.

По результатам итогового контроля ____ (____ %) обучающихся окончили обучение в полном объеме по дополнительной общеобразовательной программе «_____»

Педагог дополнительного образования (тренер-преподаватель) _____ / _____

Заведующий отделом _____ / _____

Методист _____ / _____

Список информационных источников

Список литературы для педагога

1. Российская Федерация. Законы. Об образовании в Российской Федерации : Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ : [принят Государственной думой 21 декабря 2012 года : одобрен Советом Федерации 26 декабря 2012 года] : ред. от 08.03.2026 // Официальный интернет-портал правовой информации. — 2012. — 30 декабря.

2. Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»: постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 // Официальный интернет-портал правовой информации. — 2020. — 29 сентября.

3. Несина, О. В. Образовательная программа дополнительного образования детей «Танец, творчество, искусство» / О. В. Несина — Осинниковский городской округ, 2012. — 11 лет.

4. Рабочая программа «Хореография» детского сада общеразвивающего вида №16

«Ручеёк» 2014г., разработана в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей. В основу положена программа «Ритмическая мозаика», разработанная А.И. Бурениной 2010г., рекомендованная Министерством образования Российской Федерации в качестве программы воспитания, обучения и развития детей дошкольного и младшего школьного возраста.

5 .Федеральная целевая программа развития дополнительного образования детей в России.

Список литературы для детей

1.Лисицкая, Т.С., Сиднева, Л.В. Хореография в аэробике.

2.Термины основных шагов аэробики и их разновидностей.

3.Е. В. Горшкова «От жеста к танцу». Книга включает музыкальный репертуар к танцевальным упражнениям, этюдам и спектаклям. Пособие для музыкальных руководителей ДОУ.

4.Ж. Е. Фирилева, Е. Г. Сайкина «Са-Фи-Дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие.