



Автономная некоммерческая профессиональная образовательная организации
«Многопрофильная Академия непрерывного образования»
Факультет дополнительного образования

Принято
Решением Педагогического совета
АНПОО «МАНО»
Протокол № 01-01/11 от 27.08.2026

Утверждено
Ректор АНПОО «МАНО»



В.И. Гам

Программа дополнительного образования

«Танцевальная студия»

Направленность:

художественная

Возраст обучающихся: 6-12 лет

Срок реализации: 1 год

Омск – 2026

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	4
2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	7
3. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	8
4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА	9
5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	11
6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	13

ВВЕДЕНИЕ

Программа дополнительного образования «Танцевальная студия» (далее – программа) составлена для работы одноимённого детского объединения.

Направленность программы: художественная.

Целевая группа: учащиеся 6-12 лет.

Продолжительность образовательного процесса 1 год, трудоемкость 80 часов.

Форма реализации: очная.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Общая характеристика программы

Направленность программы является художественной.

Содержание учебного материала базируется на современных представлениях об истории художественного образования и современных научных разработках в области эстетического воспитания и художественного образования и ориентировано на создание основы для самообразования и интеграции знаний в профессиональную деятельность.

Социальный танец направлен на художественное развитие вкуса, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия танцем прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

Искусство танца – это средство воспитания и развития личности учащегося, которое способно создать благотворную почву для раскрытия потенциальных возможностей маленького человека. Занятия танцем развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.). Танец способствует обучению правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству. Содержание программы создаёт условия для самореализации личности, раскрытия её творческого потенциала в группе.

Структура занятий выстроена с учетом здоровьесберегающих технологий. Занятия проводятся при постоянной смене деятельности.

Форма обучения – очная.

Режим занятий – 1 раз в неделю по 2 академических часа.

Программа рассчитана на один год обучения в объеме 80 часов. Освоение программы происходит в группе до 10 человек. Зачисление на обучение по программе осуществляется в течение всего учебного года по заявлению родителей (законных представителей) без предварительного экзамена.

Формы и режим занятий: групповые и индивидуальные формы занятий – теоретические, практические, комбинированные. Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций – и практическую часть. Работа программы строится на принципах: систематичности, доступности, индивидуальности, последовательности, учёта уровня развития интересов учащихся и возрастных особенностей, формирования основ здорового образа жизни.

Каждое занятие включает:

- организационную часть;
- теоретические основы;
- разминку;
- общефизическую подготовку;
- ритмические упражнения;
- изучение базовых танцевальных элементов;
- подведение итогов занятия.

1.2 Цель и задачи программы, планируемые результаты – требования к результатам освоения программы

Содержание программы направлено на достижение следующей **цели**: укрепление физического и психического здоровья учащихся, обучение начальным навыкам танцевального искусства, воспитание хореографической культуры, формирование навыков выполнения физических и танцевальных упражнений.

Задачи программы:

- формировать навыки физического самосовершенствования, самоконтроля;
- совершенствовать физические качества: развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей;
- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений;
- способствовать формированию личности инициативной, целеустремленной, воспитывать чувство коллективизма.

Освоение содержания программы обеспечивает достижение следующих **результатов**:

1. Личностные

Обучающийся научится:

- чувству ритма, эмоциональной отзывчивости на музыку, выразительности движений;
- ориентироваться в пространстве (в хореографическом зале);
- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами, передавать несложный музыкальный ритмический рисунок;
- дисциплине, проявлению ответственности и выдержки на протяжении всего занятия.

2. Метапредметные:

Обучающийся научится:

- саморегуляции (самоконтролю);
- развивать различные части тела;
- развивать двигательную память, моторику, координацию и пластику движений;

– применять полученные знания, умения, навыки в практической деятельности для решения конкретных задач вместе с другими учащимися.

3. По направлению (профилю) программы

– выполнять танцевальные движения: поочерёдное выбрасывание ног в прыжке, полуприседание с выставлением ноги на пятку, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперёд и на месте;

– ритмично двигаться в соответствии с характером и динамикой музыки;

– самостоятельно инсценировать содержание песен, хороводов;

– придумывать движения к пляскам, танцам, составлять композицию танца, проявляя самостоятельность в творчестве;

– изменять движения с изменением характера музыки;

– создавать музыкально – двигательный образ;

– выполнять движения с предметами;

– выполнять пространственные задания по замыслу;

– выполнять роль ведущего по замыслу;

– видоизменять одно и то же движение в зависимости от характера музыки;

– изменять направление движения в соответствии с характером музыки;

– импровизировать под любое музыкальное сопровождение;

– выполнять элементы партерной гимнастической и общефизической подготовки;

– соединять отдельные движения в хореографической композиции;

– исполнять базовые танцевальные движения;

– правильно исполнять основные элементы упражнений;

– выразительно двигаться под музыку;

– реагировать на музыкальное вступление;

– слышать ритмический рисунок мелодии;

– правильно исполнять ритмические комбинации;

– ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;

– исполнять движения в парах, в группах;

– держаться правильно на сценической площадке;

– ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;

– исполнение движения в парах, в группах.

2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ темы	Наименование тем	Количество часов
1.	Вводное занятие: знакомство с кружковцами. Ознакомление с правилами техники безопасности. Танцевальная разминка. Просмотр видео с танцами	2
2.	Вводная беседа о танце «Кто придумал первый танец?» Круг – символ солнца. Постановка корпуса. Позиции головы, корпуса. Упражнения для головы (повороты, наклоны). Упражнения для корпуса (наклоны вперед, назад, в сторону, круговые движения)	4
3.	Позиции ног. Упражнения для ног. Позы классического танца. Разучивание позиций ног: «бабочка», «стрекоза», «ёлочка», «стрелочка», «лодочка»	4
4.	Позиции рук. Разучивание позиций рук: «луна», «кораблик», «звездочка», «солнце»	2
5.	Основные шаги танца. Разучивание видов шагов: спокойная ходьба, «топотушки», боковой приставной шаг, шаги с припаданием. Танцевальные элементы. Полуприседания и полное приседание.	4
6.	Танец «Маме». Позиции ног, рук. Танцевальные позы. Разучивание элементов танца. Положение корпуса и головы. Работа над техникой исполнения танцевальных движений. 16-Постановка танца. Костюмы.	4
7.	Танец «Стирка». Повторение	2
8.	Танец «Полька».	2
9.	Русский народный танец.	2
10.	Русский народный танец. Прыжки на двух ногах: подскок на правой и левой ноге, прыжки с отбрасыванием ног назад и выбрасыванием ног вперед, подскоки, галоп	4
11.	Танцевальные движения: пружинка, пружинка с поворотом, подскок с притопом на месте. Танцевальные движения: притоп - веселый каблучок, «ковырялочка» на прыжке	4
12.	Разучивание хлопков. Хлопки в парах. Прыжки с попеременным выбрасыванием ног вперед. Соединение прыжков и хлопков по одному и в парах	4
13.	Танцевальные движения: притоп - веселый каблучок, «ковырялочка» на прыжке, «три притопа». Прыжки на двух ногах (совершенствование); ознакомление: боковой галоп лицом и спиной в круг по-одному и в парах	4
14.	Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца	2
15.	Дробные выстукивания. Вращения	2

16.	Прыжки на одной ноге: «часики», галоп вперед, простая моталочка. Танцевальные движения: «расчесочка», «ковырялочка» на прыжке, выбрасывание на подскоке носка, пятки, ковырялочка на подскоке	4
17.	Танцевальные движения: закрепление «пружинка», «пружинка» с поворотом, притоп – веселый каблучок, «ковырялочка» на прыжке	4
18.	Закрепление видов шагов и прыжков, приставной шаг с пружинкой, переменный шаг	4
19.	Танец «Солнышко». Позиции ног, рук. Танцевальные позы. Разучивание элементов танца. Положение корпуса и головы. Работа над техникой исполнения танцевальных движений. Постановка танца. Костюмы	4
20.	Танец «Музыкальный». Осн. Шаги. Шассе-проход. Поворот под рукой. Повороты в теневую позицию и обратно. Раскручивание и закручивание по руке	4
21.	Полька. Галоп, хлопущки по одному и в парах. Каблучные. «Раскрылись-закрылись». Три шага – галоп, точка. Два шага – разошлись, сошлись, вправо, влево. Повороты на подскоках. Поворот в паре и по одному	4
22.	Вальс. Балансе. Перемена по одному и в паре. Правый и левый повороты. Спин-поворот. Каблучный поворот. Повороты под рукой	4
23.	Танец с цветами	2
24.	Танец с шарами	2
25.	Выступление	2
Всего		80

3. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ темы	Наименование тем	Кол-во часов	Дата проведения
1.	Вводное занятие: знакомство с кружковцами. Ознакомление с правилами техники безопасности. Танцевальная разминка. Просмотр видео с танцами	2	1-4 сентября
2.	Вводная беседа о танце «Кто придумал первый танец?» Круг – символ солнца. Постановка корпуса. Позиции головы, корпуса. Упражнения для головы (повороты, наклоны). Упражнения для корпуса (наклоны вперед, назад, в сторону, круговые движения)	4	7-18 сентября
3.	Позиции ног. Упражнения для ног. Позы классического танца. Разучивание позиций ног: «бабочка», «стрекоза», «ёлочка», «стрелочка», «лодочка»	4	21 сентября -2 октября
4.	Позиции рук. Разучивание позиций рук: «луна», «кораблик», «звездочка», «солнце»	2	6-9 октября
5.	Основные шаги танца. Разучивание видов шагов: спокойная ходьба, «топотушки», боковой приставной шаг, шаги с припаданием. Танцевальные элементы. Полуприседания и полное приседание.	4	12-23 октября
6.	Танец «Маме». Позиции ног, рук. Танцевальные позы. Разучивание элементов танца. Положение корпуса и головы. Работа над техникой исполнения танцевальных движений. 16- Постановка танца. Костюмы.	4	26 октября - 6 ноября
7.	Танец «Стирка». Повторение	2	9-13 ноября
8.	Танец «Полька».	2	16-20 ноября
9.	Русский народный танец.	2	23-27 ноября
10.	Русский народный танец. Прыжки на двух ногах: подскок на правой и левой ноге, прыжки с отбрасыванием ног назад и выбрасыванием ног вперед, подскоки, галоп	4	30 ноября-11 декабря
11.	Танцевальные движения: пружинка, пружинка с поворотом, подскок с притопом на месте. Танцевальные движения: притоп - веселый каблучок, «ковырялочка» на прыжке	4	14-25 декабря
12.	Разучивание хлопков. Хлопки в парах. Прыжки с попеременным выбрасыванием ног вперед. Соединение прыжков и хлопков по одному и в парах	4	28 декабря -15 января

13.	Танцевальные движения: притоп - веселый каблучок, «ковырялочка» на прыжке, «три притопа». Прыжки на двух ногах (совершенствование); ознакомление: боковой галоп лицом и спиной в круг по-одному и в парах	4	18-29 января
14.	Ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца	2	1-5 февраля
15.	Дробные выстукивания. Вращения	2	8-12 февраля
16.	Прыжки на одной ноге: «часики», галоп вперед, простая моталочка. Танцевальные движения: «расчесочка», «ковырялочка» на прыжке, выбрасывание на подскоке носка, пятки, ковырялочка на подскоке	4	15-26 февраля
17.	Танцевальные движения: закрепление «пружинка», «пружинка» с поворотом, притоп – веселый каблучок, «ковырялочка» на прыжке	4	1-12 марта
18.	Закрепление видов шагов и прыжков, приставной шаг с пружинкой, переменный шаг	4	15-26 марта
19.	Танец «Солнышко». Позиции ног, рук. Танцевальные позы. Разучивание элементов танца. Положение корпуса и головы. Работа над техникой исполнения танцевальных движений. Постановка танца. Костюмы	4	29 марта – 9 апреля
20.	Танец «Музыкальный». Осн. Шаги. Шассе-проход. Поворот под рукой. Повороты в теневую позицию и обратно. Раскручивание и закручивание по руке	4	12-23 апреля
21.	Полька. Галоп, хлопушки по одному и в парах. Каблучные. «Раскрылись-закрылись». Три шага – галоп, точка. Два шага – разошлись, сошлись, вправо, влево. Повороты на подскоках. Поворот в паре и по одному	4	26 апреля -7 мая
22.	Вальс. Балансе. Перемена по одному и в паре. Правый и левый повороты. Спин-поворот. Каблучный поворот. Повороты под рукой	4	11-21 мая
23.	Танец с цветами	2	24-28 мая
24.	Танец с шарами	2	31 мая -4 июня
25.	Выступление	2	7-11 июня

4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

Контроль и оценка уровня образовательных результатов освоения программы осуществляется педагогом в процессе проведения занятий.

Основными видами контрольно-оценочных средств являются педагогическое наблюдение за деятельностью обучающихся.

При отслеживании диагностических результатов освоения программы используются различные методы: опрос, беседа, творческие зачетные задания, выставки. При этом учитываются психолого-возрастные особенности детей. Для отслеживания диагностических результатов освоения программы выработаны оценочные критерии, участие в выставках, конкурсах и т.д.).

Определение результативности реализации образовательной программы проводится при анализе результатов входящей, промежуточной и итоговой диагностики.

С момента поступления учащегося в студию танцев проводится педагогический мониторинг с целью выявления уровня обучения и развития, формирования хореографических способностей, определения задач индивидуального развития:

- первичная диагностика;
- промежуточная аттестация;
- итоговая аттестация.

Вводный контроль (первичная диагностика) проводится в начале учебного года для определения уровня подготовки учащихся. Форма проведения – педагогическое наблюдение.

Текущий контроль уровня теоретических знаний, практических навыков и умений осуществляется на каждом занятии: наблюдение педагога за практической деятельностью, просмотры и контрольные упражнения, взаимооценка, оценка педагогом, выполненной учащимся работы.

Уровень умений и навыков учащихся проверяется по результатам практической деятельности в соответствии со степенью их усвоения. Важным видом текущего контроля является контроль техники исполнения движений, который производит педагог совместно с учащимся в процессе занятий.

Промежуточный контроль (промежуточная аттестация) проводится один раз в год (декабрь) в форме открытого занятия

Итоговый контроль Итоговая аттестация проходит в виде итогового занятия с использованием устного опроса с целью выяснения усвоенных теоретических понятий и выполнением разученных комплексов гимнастических упражнений. Формы итоговой аттестации – открытое занятие, участие в концертной программе.

Формы выявления полученных знаний: практические задания, творческие задания, открытые занятия, концерты, участие в конкурсах и фестивалях различного уровня, мероприятиях, посвященных знаменательным и памятным датам.

5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

5.1. Материально-техническое обеспечение

Для проведения занятий по имеется музыкальный зал, оснащенный следующим оборудованием:

- музыкальный центр;
- мультимедийное оборудование;
- фортепиано;
- CD и DVD диски;
- ковровое покрытие;
- детские стульчики;
- костюмы для танцев;
- элементы костюмов;
- реквизит к танцам (куклы, зонты, бубны, платки, ленты и др.);
- гимнастические палки.

5.2 Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее образование или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки «Образование и педагогические науки» или высшее образование, либо среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы.

К реализации программы также допускаются лица, обучающиеся по образовательным программам высшего образования по специальностям и направлениям подготовки «Образование и педагогические науки» и успешно прошедшие промежуточную аттестацию не менее чем за три года обучения, или обучающиеся по образовательным программам высшего образования по специальностям и направлениям подготовки, соответствующим направленности дополнительных общеобразовательных программ, и успешно прошедшие промежуточную аттестацию не менее чем за два года обучения.

5.5 Организация образовательного процесса

В основе программы лежат следующие основные принципы:

- последовательности и системности (от простого к сложному);
- доступности (соответствие возрастным и индивидуальным особенностям детей);
- наглядности (таблицы, схемы, фотографии, методические разработки);
- научности обучения.

В ходе реализации программы предполагается использование следующих образовательных технологий:

- технология индивидуализации обучения;
- технология критического мышления;
- здоровьесберегающие технологии;
- технология сотрудничества;

- информационно-коммуникативные технологии.

6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативно-правовые источники

Программа разработана в соответствии с:

1. Конвенция о правах ребенка
2. Конституция Российской Федерации
3. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
4. Указ Президента РФ от 7 мая 2024 г. № 309 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»
5. Федеральные проекты, входящие в национальный проект «Молодежь и дети», утвержденные протоколом заседания проектного комитета по национальному проекту «Молодежь и дети» от 12 сентября 2024 г.
6. "Концепция общенациональной системы выявления и развития молодых талантов", утв. Президентом РФ 03.04.2012 № Пр-827
7. Постановление Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. №1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования».
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».
9. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»
11. Приказ Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413 (ред. от 12.08.2022) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 07.06.2012 № 24480)
12. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»
13. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»
14. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

15. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 N 1726-р» (вместе с «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года») с изменениями на 15 мая 2023 года

16. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2030 года».

17. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 февраля 2016г №326-р «Стратегия государственной культурной политики на период до 2030 года»

18. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 21.04.2023 № 302 "О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. № 467" (Зарегистрирован 24.05.2023 № 73417)

19. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».