

Министерство образования Самарской области
Юго-Западное управление министерства образования
Самарской области
ГБОУ СОШ с. Майское
Пестравский филиал
государственного бюджетного общеобразовательного учреждения
Самарской области средней общеобразовательной школы с. Майское
м.р. Пестравский Самарской области
Дом детского творчества с. Пестровка

Программа рассмотрена и
принята на основании
решения методического совета
Протокол № 4
от «10» июня 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ СОШ с. Майское
_____ Л.М.Власова
Приказ № 72
«10» июня 2026 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ХОРЕОГРАФИЯ»

Направленность: художественная
Возраст обучающихся: 8-14 лет
Срок реализации: 1 год

Разработчик:
Мельникова Елена Геннадьевна,
педагог дополнительного образования

с. Пестровка, 2026 г.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность

Среди множества форм художественно - эстетического воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие. В сравнении с музыкой, пением, изобразительным искусством, имеющим свое постоянное место в сетке школьного расписания, танец, несмотря на усилия известных педагогов, хореографов, психологов, искусствоведов, так и не смог войти в число обязательных предметов образования ребенка. Между тем, хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного социального развития ребенка, для его гармоничного духовного и физического совершенствования. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует художественный вкус, свое собственное высоконравственное "я", так как специфика занятий данным видом деятельности базируется на больших трудовых и нравственных усилиях, что в свою очередь, формирует физическую и психическую выносливость, развивает работоспособность и привычку систематически следить за своим состоянием здоровья.

Новизна программы: направлена не только на формирование умений и навыков в искусстве хореографии, но и развитие творческого аспекта личности ребенка и формирование его активной жизненной позиции.

Педагогическая целесообразность:

Данная программа рассчитана на детей, не имеющих предварительной хореографической подготовки. Тогда как многие базовые образовательные программы рассчитаны на занятия с детьми, подготовленными к занятиям по хореографии. Программа предусматривает изучение в системе основ классического, народного и современного танца. В данной программе проработаны критерии оценки эффективности проведения хореографических занятий. Большое внимание уделяется всестороннему - эстетическому,

физическому и социально-культурному развитию личности ребенка, что включают:

- формирование эстетической оценки (способность анализировать эстетические объекты - хореографические движения, художественные образы в музыке, умение сопоставлять характер музыки и движений, способность обосновывать свой выбор и др.);

- технику и грамотность исполнения танцевальных движений и комбинаций; - творчество в исполнительском мастерстве (умение находить нужную мимику, взгляд), сочинять хореографические комбинации;

- умение подбирать необходимые формы социального общения, как среди сверстников, так и среди взрослых.

Обязательным условием реализации программы является индивидуальная работа с детьми, требующими особого педагогического внимания: одаренные дети; дети, плохо усваивающие учебный материал; часто болеющие; дети, поступившие в группу позже всех занимающихся.

Отличительной особенностью: Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует художественный вкус, свое собственное высоконравственное «я», так как специфика занятий данным видом деятельности базируется на больших трудовых и нравственных усилиях, что в свою очередь, формирует физическую и психическую выносливость, развивает работоспособность и привычку систематически следить за своим состоянием здоровья.

Цель: раскрытие обучающимися через танец красоты окружающего мира, многообразие и эстетику движения людей, умение слушать и воспринимать музыку, передавать в движении ее образы, эмоциональное состояние.

Задачи:

Воспитательные:

- воспитывать потребность к музыкально – танцевальной двигательной деятельности;

- вырабатывание навыков сольного и ансамблевого исполнения;

Развивающие:

- развивать художественное воображение и ассоциативную память;
- развивать приём самоконтроля и взаимоконтроля.

Обучающие:

- научить детей навыкам правильного и выразительного движения в области классической, народной и современной хореографии;
- научить детей приёмам актёрского мастерства;
- научить развивать силу, выносливость, гибкость, координации движения;
- укрепление здоровья;
- научить радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех.

Планируемые образовательные результаты обучающихся.

Личностные результаты:

- быть целеустремлёнными, ответственными и трудолюбивыми;
- быть толерантными и отзывчивыми;
- воспитать духовно-нравственные ценности;
- развивать творческий потенциал путем активизации воображения и фантазии;

Метапредметные результаты:

1. Познавательные:

- уметь решать творческие задачи,
- уметь соотнести темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;

2. Регулятивные:

- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
- уметь в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;

- уметь планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей;

- уметь действовать по плану и планировать свою деятельность,

- уметь контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок,

3. Коммуникативные:

- учиться координировать свои усилия с усилиями других;

- уметь задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций,

- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);

- формулировать собственное мнение и позицию;

- уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;

Предметные результаты

Обучающиеся будут знать:

- специальную терминологию;

- основные способы деления пространства класса;

- основные сведения по истории возникновения танца, музыки;

- основные стили и жанры хореографии;

- современные формы, стили и техники танца;

будут уметь:

- исполнять основные движения классического, народного, современного танца;

- исполнять движения и комбинации артистично и музыкально;

- самостоятельно создавать художественный образ;

- создавать пластический образ;

- радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех;
- импровизировать.

Характеристика образовательного процесса

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография» имеет художественную направленность.

Программа состоит из 3 модулей и рассчитана на полную реализацию в течение одного года:

- 1 модуль «Классический танец» - 36 часов
- 2 модуль «Современный танец» - 36 часов
- 3 модуль «Танцевальные композиции для концертов» - 36 часов. Всего – 108 часов в год.

Режим занятий: 2 раза в неделю – по 1,5 академических часа, всего на группу - 3 академических часа в неделю.

Возраст детей 8-14 лет. Наполняемость в группе 12 -15 человек.

Состав групп разных возрастов: 8-10 лет и 11-14 лет.

Условия приема детей в объединение: набор детей происходит на основании заявления родителей или их законных представителей.

Формы организации деятельности обучающихся на занятиях:

- Занятие.
- Репетиция.
- Концерт.
- Импровизация.

Методами обучения является практический метод, **технологии** – здоровьесберегающие, встречных усилий, личностно-ориентированные, технология раскрытия творческого потенциала ученика.

Деятельность организуется в форме практических занятий, бесед о здоровом образе жизни, видеопросмотров материалов об истории искусства, высокохудожественных произведений современных мастеров и материалов

хореографических конкурсов с анализом и выводами. Работа коллективная, в группах и индивидуально.

Основные направления деятельности:

- 1) спортивно-оздоровительное;
- 2) художественно-эстетическое

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план ДОП «Хореография»

№ п/п	Наименование модуля	Количество часов	Из них	
			Теория	Практика
1	Классический танец	36	5	31
2	Современный танец	36	4	32
3	Танцевальные композиции для концертов	36	6	30
	ИТОГО	108	15	93

1 модуль «Классический танец»

Цель: развитие опорно-двигательного аппарата, формирование осанки и навыков координации.

Задачи модуля:

- научить правилам постановки корпуса;
- научить определять опорную ногу и рабочую;
- развивать мышление, память, внимание;
- развивать координацию движений, чувство тела, музыкально ритмические способности;
- воспитывать интерес к искусству классического танца;
- воспитывать художественно-эстетический вкус;

Планируемые результаты

К концу обучения по модулю «Классический танец» обучающиеся:

будут знать:

- правила постановки корпуса;
- опорную ногу и рабочую.

будут уметь:

- артистично и музыкально двигаться под музыку;
- самостоятельно создавать художественный образ.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование тем	Количество часов	Из них	
			Теория	Практика
1	Введение в программу.	1	1	-
2	Введение в хореографическое искусство. Разминка.	3	-	3
3	Знакомство с партерной гимнастикой.	8	-	8
4	Партерная гимнастика.	15	2	13
5	Постановочная работа.	7	1	6
6	«Мы в танце».	2	1	1
	Итого	36	5	31

Содержание модуля

1. Введение в программу.

Теория: Значение хореографического и танцевального искусства в жизни человека. Техника безопасности при занятиях хореографией.

2. Введение в хореографическое искусство. Разминка.

Практика: Комплекс упражнений на разные участки тела: плечевой пояс. Комплекс упражнений на разные участки тела: спина, руки и ноги. Разминка по кругу, танцевальный шаг, бег, голоп, шаг на полупальцах, марш на полупальцах.

3. Знакомство с партерной гимнастикой.

Практика: Комплекс упражнений на гибкость: сидя (работа на спину, натянутость стоп, растяжка). Комплекс упражнений на гибкость: лежа на спине (работа на пресс, натянутость ног). Комплекс упражнений на гибкость: лежа на животе (работа на спину, руки, гибкость, выворотность тазобедренного сустава)

4. Партерная гимнастика.

Теория: Беседа: «Партерная гимнастика как средство развития

природных физических данных детей.

Практика: Постановка танца. Комплекс упражнений направленный на улучшение эластичности мышц и связок, повышение гибкости суставов. «Бабочка», «Лягушка», «Корзиночка», «Жгут». «Солнышко», «Чемоданчик», «Гармошка», «Велосипед», «Березка», «Змейка», «Самолетик», «Чемоданчик в парах», «Бабочка в парах», «Полушпагат», «Шпагат».

5. Постановочная работа.

Теория: Обсуждение тематики постановочного танца.

Практика: Подбор музыкальной композиции. Зарисовка танца. Постановочная и репетиционная работа. Действенный анализ созданного произведения. Подбор сценического костюма.

6. «Мы в танце».

Теория: Проверка практических умений и навыков.

Практика: Показ танцев.

2 модуль «Современный танец»

Цель: развитие танцевально-исполнительских и художественно эстетических способностей обучающихся

Задачи модуля:

- познакомить с историей возникновения и развития современного танца в мире и России;
- обучать основным элементам современного танца;
- обучать правильно управлять своим телом, слушать музыку, ритм;

Планируемые результаты

будут знать:

- историю возникновения и развития современного танца;
- правила исполнения изучаемых движений;
- правила ТБ на занятиях;
- основные термины и элементы современного танца;

будут уметь:

- правильно управлять своим телом, слышать простейший ритм, музыку;
- двигаться по кругу различными ходами, сохранять интервалы;
- музыкально исполнить выученные эпизоды, композиции;
- импровизировать.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование тем	Количество часов	Из них	
			Теория	Практика
1	История современного танца.	2	1	1
2	Элементы гимнастики.	9	1	8
3	Танцевальные комбинации.	15	1	14
4	Импровизация.	8	1	7
5	«Мир танца».	2	-	2
	Итого	36	4	32

Содержание модуля

1. История современного танца.

Теория. Стили и виды современных танцев и их особенности.

Практика: Импровизация. Наблюдение, опрос.

2. Элементы гимнастики.

Теория. Занятия направлены на формирование у обучающихся знаний о методиках растяжки, приобретении гибкости, выносливости.

Практика. Упражнения для позвоночника: «Кошечка», «Коробочка», «Кольцо», Vodi-roll (волны: вперед, назад, в сторону). Элементы гимнастики: Партерная гимнастика, упражнения «складка», «лягушка», «уголок», мостик. Стойка на руках. Колесо. Упражнения стрейч-характера (растяжки, шпагаты). Силовые упражнения: отжимания, качание пресса.

3. Танцевальные комбинации.

Теория. Средства создания композиции танца. Строение танцевальной комбинации. Формообразование танца.

Практика. Отработка танцевальных комбинаций.

4. Импровизация.

Теория: Объяснение и демонстрация педагогом основ техники. Расслабление, дыхание. Импровизация с движениями, ритмами. Импровизация с пространством, уровнями. Контактная импровизация.

Практика: Исследование своего тела, бодиворк, каждое движение построено на дыхании. Импровизация с пространством класса, смена уровней, ракурсов. Импровизация с музыкой, ритмом. Контактная импровизация, контакт (этюд «продолжи движение в дуэте»).

5. «Мир танца».

Практика: Показательное выступление.

3 модуль «Танцевальные композиции для концертов»

Цель: творческий потенциал обучающихся средствами хореографии (через знакомство с различными направлениями современной хореографии).

Задачи модуля:

- формировать интерес к танцевальному искусству;
- развить музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- развить воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- развивать художественный вкус.

будут знать:

- базовые термины по предмету;

будут уметь:

- давать характеристику музыкальному и танцевальному материалу;
- согласовывать свои движения с музыкой;
- выполнять движения на пластику, ритмику, с простейшей координацией;

- находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование тем	Количество часов	Из них	
			Теория	Практика
1.	Разминка.	3	1	2
2.	Рисунок танца.	5	1	4
3.	Танцевальные композиции.	12	2	10
4.	Репетиционно - постановочная работа.	14	1	13
5.	«Цвет настроения – танцы».	2	1	1
	Итого	36	6	30

Содержание модуля

1. Разминка

Теория: Значение разминки. Координация, память и внимание, умение «читать» движения, увеличение степени подвижности суставов и укрепление мышечного аппарата. Профилактика травматизма.

Практика: Постановка корпуса. Изоляция головы, плеч, грудной клетки. Изоляция бедер, ног. Движения на координацию. На основании основных упражнений составляются комбинации.

2. Рисунок танца.

Теория: Правила и логика построений и перестроений по заданным вариантам (линии, колонны, круг, диагональ, шахматный порядок.)

Практика: Упражнения на ориентацию и координацию в пространстве. Движения в продвижении по диагонали, по линиям.

3. Танцевальные композиции.

Теория: Знакомство с различными танцевальными направлениями (модерн, джаз, хип-хоп и др).

Практика: Танцевальные комбинации.

4. Репетиционно - постановочная работа.

Теория: Основы композиции и постановки танца.

Практика: Постановка сценических танцев «Кукушка», «Выше», «Море», «Рил», Майский вальс.

5. «Цвет настроения – танцы».

Теория: Сценическая культура.

Практика: Показ танцевальных номеров «Цвет настроения - танцы».

3. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Материально-техническое:

- актовый зал;
- аудио средства (музыкальное сопровождение практических занятий);
- компьютер для просмотра видеоматериалов по различным жанрам танца;
- флеш – носители;

Методическое:

- УМК (мастер-классы, диагностические материал по каждому модулю программы для отслеживания результатов обучения и развития личности обучающихся);
- Дидактические средства;
- Методические рекомендации по обучению детей ритмике и танцу, театральному мастерству, методические разработки открытых занятий;
- Инструкции: по технике безопасности, по охране труда и др.

- Информационное:

Список литературы для педагогов:

1. Абдоков Ю. Музыкальная поэтика хореографии: пластическая интерпретация музыки в хореографическом искусстве. Взгляд композитора. - Москва: МГАХ: РАТИ-ГИТИС, 2009.
2. Адеева Л.М. Пластика. Ритм. Гармония. – СПб., 2006.
3. Бобкова Д. Е. Волшебная сила танца или Программа оздоровления: практическое руководство к действию. – Самара: Офорт, 2005.
4. Баглай В.Е. Этническая хореография народов мира. – Ростов на/Д: Феникс, 2007.
5. Браиловская Л.В., Володина О.В. и др.: Танцуют все!: Клубные, бальные, восточные танцы. - Ростов на/Д: Феникс, 2007
6. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2007.

7. Вашкевич Н.Н. История хореография всех веков и народов. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2009.

8. Громов Ю.И. Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера. - СПб.: Лань, 2011.

Список литературы для обучающихся

1. Альберт Г. Александр Пушкин. Школа классического балета - М.: «Артист. Режиссер. Театр», 2004.

2. Барышникова Т. К. Азбука хореографии. - М.: Айрис–пресс, 2000.

3. Библия для детей. – М.: изд – во Белый Город, 2015.

4. Бородина, А.В. Основы православной культуры. /А.В.Бородина. – М.: Православная педагогика, 2004.

5. Вихрева И. А. Экзерсис на полу для подготовки к занятиям классическим танцем. – М.: Театралис, 2004.

6. Ли Лора. Балет. История, музыка и волшебство классического танца. Детская энциклопедия. – АСТ. 2015.

7. Шарова Н.И. Детский танец. СПб.: Лань: Планета музыки, 2016.

Электронные образовательные ресурсы:

- Статья «Классический танец, как основа всей хореографии» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://infourok.ru/statya-klassicheskiy-tanec-kak-osnova-vsey-horeografii-1216345.html>;

- Статья «Классический танец. Словарик терминов (помощь ученикам). [Электронный ресурс]. http://www.liveinternet.ru/users/anna_bale/post143266743 .

Кадровое: педагог дополнительного образования.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Результативность освоения программного материала отслеживается систематически в течение года, с учетом уровня знаний и умений обучающихся на начальном этапе обучения. С этой целью используются разнообразные виды контроля:

- предварительный контроль (проводится в сентябре, когда комплектуется группа). Если к педагогу приходит ребенок в течение учебного года, он так - же проходит через это испытание. Задача педагога – установить, на каком уровне находится воспитанник к началу занятий. Проводится в форме собеседования и просмотра;

- текущий контроль (проводится на каждом занятии). В ходе занятия педагог следит за активностью обучающихся, оценивает их реакцию, заинтересованность, внимание, продуктивность деятельности. Текущий контроль позволяет педагогу увидеть имеющиеся недоработки и вовремя скорректировать работу с детьми;

- промежуточный контроль (контроль освоения содержания тем программы в середине учебного года). Проводится в форме промежуточной аттестации, студийной записи, открытых занятий).

- итоговый контроль (заключительная проверка знаний, умений, навыков в конце каждого модуля). Сопоставляя начальный уровень развития ребенка и конечный (результаты итоговой аттестации), можно судить о достигнутых результатах. Сопоставление исходного и конечного уровня обучения воспитанников в целом позволяет судить о качестве образования. Проводится на итоговых занятиях в виде отчётных концертов, итоговой аттестации.

Формы контроля

Для подведения итогов обучения по программе используются разнообразные формы контроля:

- концертные программы;

- открытые занятия;
- промежуточная и итоговая аттестации;
- • анализ продуктов деятельности (своих выступлений и выступлений товарищей).

Любое публичное выступление воспитанников является формой подведения итогов работы и лично каждого воспитанника и коллектива в целом.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативные документы:

1. 1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
3. Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
4. Стратегия реализации молодежной политики в Российской Федерации на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 17.08.2024 № 2233-р (ред. от 08.05.2025));
5. Постановление Правительства РФ от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19 «Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
9. Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441);

10. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

11. Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»).

Основная литература:

12. Аркина Н. «Языком танца». – М., 2013г. <https://search.rsl.ru/ru/record/01006906615> (03.08.2020г)

13. Бежар М. «Танцевальная жизнь». – М., 2011г. (<https://e-catalog.nlb.by/Record/BY-NLB-br0000805807>) (07.07.2020г)

14. Красовская В. Русский балетный театр начала 20 века. – Л.: «Искусство», 2012г. (<https://search.rsl.ru/ru/record/01006799403>) (16.07.2020г.)

15. Красовская В. Западноевропейский балетный театр. – Л.: «Искусство», 2013г. (<https://search.rsl.ru/ru/record/01004149013>) (01.08.20г)

16. Косяченко Г.С., Черникова Н.М. «Танец модерн-джаз» – Самара: СИПКРО, 2013г. (<http://www.taberik.org/en/mediatreck/books/88-nikitin-modern-jazz.html>) (10.06.20г)

17. Мустафина В.Г. Джаз-танец как вид современного танца // Вестник Казанского государственного университета культуры и искусств. - №1. М., 2014г. с. 84-86. (https://stud-wiki.turbopages.org/stud.wiki/s/culture/2c0a65635b2ad68a5c43a89521206d26_0.html) (21.07.20г)

18. Немов Р.С. Психология танца. – М., 2012г. т. 1,2. (<https://search.rsl.ru/ru/record/01001799462>) (24.08.20г)

19. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2013г. (<https://search.rsl.ru/ru/record/01000985833>) (05.08.20г)
20. Сидоров В. Современный танец. – М., 2013г., 300 с. (<https://search.rsl.ru/ru/record/01009159637>) (28.07.20г)
21. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. – М.: «Искусство», 2012г. (<https://search.rsl.ru/ru/record/01001301436>) (30.07.20г)