

Управление образования Администрации Верхнесалдинского муниципального округа  
Свердловской области  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 3»

Программа рассмотрена  
на педагогическом совете  
МБОУ «СОШ №3»  
Протокол № 1 от «29» 08 2025



**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом директора  
МБОУ «СОШ №3»  
№ 1 от «29» 08 2025  
С.В. Патрушева

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА  
«Мир танца»**

**Направленность:** художественная  
**Возраст обучающихся:** 8-15  
**Срок реализации:** 1 год

**Автор-составитель программы:**  
педагог дополнительного образования  
Забродина Дарина Вячеславовна

Верхняя Салда

2025

## Пояснительная записка

**Направленность (профиль) общеразвивающей программы:** (художественная).

**Актуальность общеразвивающей программы** данной образовательной программы обусловлена спросом родителей и обучающихся на подобного рода развивающие программы художественной направленности.

Программа «Мир танца» помогает решать целый комплекс вопросов, связанный с формированием творческих навыков, удовлетворением индивидуальных потребностей в нравственном, художественном, интеллектуальном совершенствовании подростков, организации их свободного времени.

В процессе занятий обучающийся получает профессиональные навыки владения своим телом, изучает основы хореографии; получает возможность для самовыражения в актерской пластике; учится преодолевать физические трудности; познает способы существования в коллективе.

Программа учебного предмета «Мир танца» разработана с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка и уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно, усложняются творческие задания, и так же целенаправленно возрастает уровень ответственности детей. Учебно-воспитательный процесс ориентирован на личность ребенка, его индивидуальные склонности, способности и особенности, что позволяет выстроить в коллективе особую атмосферу сотрудничества, взаимодействия и заинтересованности в творческой активности каждого ученика.

**Педагогическая целесообразность** программы определена тем, что планируемый учебно-воспитательный процесс нацелен на изучение воспитанниками выразительной палитры движений танца; избавление от физических зажимов; развитие физической выносливости и творческой активности, средствами свободной импровизации; расширение кругозора в стилях и современных течениях музыкальной культуры. А так же, занятия улучшают душевное состояние учащегося, формируют характер, наделяя его лучшими качествами: упорством, терпением, дисциплинированностью, чувством ответственности, умением преодолевать трудности. Все эти необходимые качества приобретаются на занятиях и переносятся учениками из танцевального класса в другие сферы деятельности детей.

**Адресат общеразвивающей программы**

- 8-15 лет;

**Режим занятий**

Продолжительность одного академического часа - 40 мин. Общее количество часов в неделю – 2 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу

**Объём учебного времени**

- общее количество учебных часов по учебному плану - 68 часов,

- срок освоения программы общеразвивающей программы – 1 год;

Количество часов указывается в академических часах.

**Перечень форм обучения**

Групповая.

**Перечень видов занятий**

Беседа, практическое занятие

**Перечень форм подведения итогов реализации общеразвивающей программы:** Творческий отчет, открытое занятие.

## **Цели и задачи общеразвивающей программы**

**Цель программы:** Развитие пластических, танцевальных способностей и творческого потенциала обучающихся посредством овладения техниками танца.

### **Задачи программы:**

#### **Обучающие:**

– выработать у обучающихся комплекс навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями современной хореографии;

– познакомить с историей танца, различными танцевальными культурами;

#### **Развивающие:**

– раскрыть и развить творческие способности обучающихся, способность к импровизации;

– развить мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности обучающихся.

#### **Воспитательные:**

– привить интерес к танцевальному творчеству;

– приобщить к здоровому образу жизни;

## **Планируемые результаты**

### **Личностные результаты**

- Развитие мотивации к творчеству;

- Сформирован устойчивый интерес к танцевальному искусству как форме самовыражения.

- Воспитание волевых качеств:

- Развитие дисциплинированности, ответственности и самоконтроля на занятиях.

### **Метапредметные результаты**

- Координация: Улучшение чувства ритма, темпа, умения согласовывать движения различных частей тела.

- Внимание: Умение концентрироваться на задании педагога, быстро переключаться между различными упражнениями.

- Память: Развитие двигательной и музыкальной памяти (запоминание последовательности движений в комбинации).

### **Предметные результаты**

- Знание основных направлений движения в пространстве (по линии, по кругу, диагонали).

- Практическая подготовка:

- Освоение базовой техники у станка и на середине зала:

### Содержание общеразвивающей программы

№ п/п	Наименование раздела/темы	Всего часов
1.	<b><u>Ритмика</u></b>	1
	Упражнения на дыхание. Физиологическая разминка по принципу сверху вниз.	1
	Поднимание рук и ног одновременно и поочередно. Поднимание ног, махи ногами.	1
	Движения в образах. Пантомима.	1
	Пластичные упражнения.	1
	Поочередное расслабление всех мышц тела	1
	Продвижения с прыжками, бег, поскоки	1
	Перестроение из одной фигуры в другую	1
	Ритмические движения. Импровизация	1
Связка танцевальных движений	1	
2.	<b><u>Элементы русского народного танца</u></b>	1
	Постановка корпуса, поклон. Танцевальные шаги – с каблука, боковые.	1
	Шаг с притопом, бег. Притопы- одинарный, двойной, тройной.	1
	Построение в круг. Движения по кругу.	1
	«Ковырялочка». «Моталочка». «Гармошка».	1
	Повороты. Прыжки.	1
	Комбинации	1
	Построение в фигуры (рисунок)	1
	Отработка движений танца «Плясовая»	1
	Соединение движений танца в комбинации	1
Постановка танца «Плясовая»	1	
3.	<b><u>Элементы бального танца</u></b>	1
	Основные позиции рук. Основные позиции ног. Поклон.	1
	Прямой вальсовый шаг. Прямой вальсовый шаг с поворотом.	1
	Вальсовое движение «Лодочка».	1
	Свободная композиция (работа в паре). Изучение движений танца «Вальс».	1
	Отработка движений танца «Вальс».	1
	Соединение движений танца «Вальс» в комбинации.	1
	Разводка комбинаций танца «Вальс» в сценический рисунок.	1
	Постановка танца «Вальс».	1
	Элементы бального танца.	1
	Приставные шаги. Прыжки. Повороты.	1
	Изучение движений.	1
	Отработка движений бального танца.	1
Соединение движений бального танца в комбинации.	1	
Постановка бального танца.	1	
4.	<b><u>Постановочно-репетиционная работа</u></b>	1
	Простые движения танцевального номера.	1
	Отработка простых движений	1
	Сложные движения танцевального номера.	1
	Отработка сложных движений	1
	Соединение простых движений в комбинации	1
	Соединений сложных движений в комбинации	1
	Соединение движений в комбинации	1

Разводка простых комбинаций в сценический рисунок	1
Разводка сложных комбинаций в сценический рисунок	1
Повторение элементов изученных танцев	1
Работа над простыми элементами танцев	1
Работа над сложными элементами танцев	1
Работа под счет	1
Работа с музыкальным сопровождением	1
Рисунок танцев	1
Движения по рисунку танцев	1
Отработка движений	1
Постановка танцев	1

### Календарный учебный график

№п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
1	Количество учебных недель	34
2	Количество учебных дней	170
3	Количество часов в неделю	2
4	Количество часов	68
5	Недель в 1 полугодии	16
6	Недель во 2 полугодии	18
7	Начало занятий	01.09.2025
10	Окончание учебного года	23.05.2026

### Условия реализации программы

- Оснащение: колонки, коврики, резинки для растяжки.
- Кадровое обеспечение - педагог дополнительного образования.
- Обеспечение программы методическими видами продукции, необходимыми для ее реализации – указание тематики и формы методических материалов по программе (пособия, дидактические материалы);

### Формы аттестации/контроля образовательных результатов

- Наблюдение: Педагог ведет журнал наблюдений за активностью, дисциплиной и прогрессом каждого участника.
- Творческие показы: Проведение открытых уроков для родителей в середине и в конце учебного года.
- Концертная деятельность: Участие в концертах школы.
- Контрольные занятия: Проведение мини-зачетов на исполнение изученных комбинаций.

### Информационные источники

#### Методические источники

- Документы от государственных учреждений дополнительного образования, регламентирующие подходы к обучению.
- Авторские методики преподавания: Работы известных хореографов и педагогов.
- Учебные пособия по хореографии.

#### Практические и визуальные источники

- Выступления трупп.
- Конкурсы и фестивали: Видео с международных конкурсов.

-Мастер-классы: Видеоуроки от известных хореографов и танцоров по разным стилям.

**Онлайн-ресурсы и цифровые платформы**

-Профессиональные порталы и сообщества: · Dance Interactive, Jacob's Pillow Dance

-Специализированные платформы для танцоров.

**Источники для обеспечения безопасности учебного процесса**

-Литература по спортивной медицине и физиологии: Основы предотвращения травм, принципы построения разминки и заминки.

-Правила безопасности при работе в танцевальном зале.

**Источники для административной работы**

-Нормативные документы: СанПиНы для учреждений дополнительного образования, правила лицензирования образовательных программ.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 296520261781276660661547455625433911011083524478

Владелец Патрушева Светлана Викторовна

Действителен с 09.02.2026 по 09.02.2027