

Казан шәһәре
Яңа Савин районының
«401нче катнаш төрдәге балалар
бакчасы» муниципаль автономия
лемәктәпкәчә белеем учреждениесе

420103, Казан шәһәре,
Ф.Амирхан ур.,39 йорт
тел./факс: (843) 521-72-38



Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение «Детский сад
№401 комбинированного вида»
Ново-Савиновского района г.Казани

420103, город Казань,
ул. Ф.Амирхана, дом 39
тел./факс: (843) 521-72-38

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
МАДОУ «Детский сад № 401»
Протокол от 27.08.2025 № 1

УТВЕРЖДЕНА

Заведующим МАДОУ «Детский сад
№401 комбинированного вида»

Шикмакова Г.Н.

Приказ № 1 ДПУ от 01.09.2025 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «АКАДЕМИЯ ТАНЦА»

Возраст воспитанников: 5- 7 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Мусина Е.Р., педагог
дополнительного образования

г.Казань, 2025год

Раздел 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность и отличительная особенность программы

Спортивный танец в настоящее время – это один из наиболее массовых и быстро развивающихся видов спорта и хореографического искусства. На протяжении последнего десятилетия интерес к спортивному танцу неуклонно возрастал, делая данный вид танца привлекательным и интересным как для взрослых, так и для детей.

Кружок спортивного танца является общедоступной и массовой формой занятий, приобщая, таким образом, обучающихся к искусству танца, эстетике движения под музыку и этике отношений с противоположным полом.

В системе эстетического воспитания подрастающего поколения значительная роль принадлежит современной хореографии. Её синтетичность, неразрывная связь с музыкой и другими искусствами, эмоциональная и яркая образность, возникающие в её процессе взаимоотношения выгодно выделяют танец среди других искусств.

Танцевальное воспитание детей предполагает не только приобретение ими навыков и знаний в области современной хореографии, умение красиво и свободно двигаться, танцевать, но и формирование их художественного вкуса, эстетическое и физическое развитие. Занятия балльными танцами развивают фантазию и образную память детей, обогащая их представление об искусстве.

Спортивные танцы для дошкольников помогают развивать пластику, координацию движения и осанку. Ребенок 5-7 лет, занимающийся спортивными танцами, развивает ножные мышцы и мышцы корпуса, пластику рук. Во время занятий работают все группы мышц, что способствует развитию координации, устойчивости, позволяет ребенку быть гибким, выносливым и ловким. При занятии спортивными танцами, ребенок получает правильное физическое развитие, у него улучшается работа сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Танцующие дети обладают ритмичностью, пластичностью, имеют правильное дыхание. Занятия спортивными танцами являются инструментом самовыражения, а так же способствуют собранности и воспитание ответственности у ребенка.

Занятия танцем выполняют и другие важные функции: они развивают наблюдательность учащихся, дисциплинируют, сплачивают их в дружный, объединенный общими интересами коллектив, способствуют росту их общей культуры. В свою очередь рост культуры поведения начинает сказываться не только во время занятий, но и в быту, где приобретённые

полезные навыки легко и естественно ими применяются. Дети начинают понимать и чувствовать эстетику поведения в быту, подтянутость и вежливость в отношениях с окружающими становятся нормой их поведения. Они заботливо следят за своей внешностью, за чистотой, аккуратностью и изяществом своего костюма и причёски.

Новизна и отличительные особенности программы

Новизна дополнительной образовательной программы заключается в распределении учебного материала в ходе занятий таким образом, что на начальных этапах обучения сложный материал непосредственно спортивных танцев был органично связан с более легким и интересным материалом диско-танцев, тем самым облегчая его восприятие и повышая степень интереса обучающихся к занятиям бальными танцами.

Особенностью предлагаемой программы является то, что она является комплексной – на занятиях помимо хореографии большое внимание уделяется общефизическому развитию детей. Данная программа сочетает тренировочные упражнения и изучение танцевального репертуара. Данная программа сочетается с занятиями сценического искусства, музыки, помогает понять художественные связи всех жанров искусства.

Программа разработана с учетом нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Письмо Минобрнауки от 18.11.2015г № 09-3442 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 года № 1008 « Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

Цель и задачи программы

Цель программы: развитие художественно-творческих способностей обучающихся посредством обучения спортивным бальным танцам, воспитание гармоничной, социально активной личности.

Основные задачи программы

Обучающие:

- знакомство с историей спортивных бальных танцев;
- обучение технике исполнения спортивных бальных танцев.

Развивающие:

- развитие хореографических способностей – гибкости тела, шага, легкости прыжка и др.;
- развитие навыков координации движений, формирование музыкально-ритмической координации движений;
- развитие художественно-творческих способностей – артистизма, эмоциональности.

Воспитательные:

- воспитание дисциплины, трудолюбия, чувства коллективизма;
- воспитание силы, выносливости, укрепление нервной системы;
- воспитание стремления к здоровому образу жизни.

Уровень сложности и направленность

Стартовый уровень предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации обучения, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

Направленность соответствует содержанию программы.

Возраст воспитанников

Возраст обучающихся: от 5 до 7 лет.

Объем и срок реализации

Программа рассчитана на 1 год. Общая продолжительность реализации дополнительной общеразвивающей программы составляет 63 часа в год.

Условия реализации программы

Заниматься спортивными танцами могут все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Во время приема и формирования учебных групп проводится первичная диагностика способностей обучающихся (знаний, умений, навыков и музыкальных данных).

Форма и режим занятий

Форма проведения занятий – групповые занятия.

Занятия проводятся в следующем режиме: 2 раза в неделю по 25 минут. Во время занятий предусмотрены: 15 минут – для организационной работы, беседы с детьми и родителями, а также 10 минутные перерывы для снятия напряжения и отдыха.

Количество обучающихся в группах: до 10 - 15 человек.

Планируемые результаты освоения программы 5-6 лет

знать	иметь представление	уметь
Квадрат А.Я.Вагановой.	О классическом танце.	Ориентироваться в танцевальном зале.
Положения и движения рук классического танца.	О port de bras (классического танца).	Правильно переводить руки из одного положения в другое.
Положения и движения ног классического танца: (позиции – выворотные, танцевальные шаги, элементы классического экзерсиса).	Об экзерсисе классического танца (на середине зала).	Правильно выполнять все элементы классического танца (соответствующие данному возрасту).
Положения и движения рук народного танца: (положение кисти на талии, port de bras характерного танца, хлопки в ладоши, «полочка» и др.)	О русском народном танце.	Правильно сменять одно положение рук народного танца на другое и выполнять хлопки в ладоши.
Положения рук в паре.	О работе партнеров в паре.	Исполнять повороты и различные танцевальные движения в паре.
Движения ног народного танца.	О русском народном танце. (мальчики) – о присядке.	Исполнять различные виды шагов, элементы народного экзерсиса и танцевальные движения народного танца, соответствующие данному возрасту. Правильно выполнять резкое и плавное

		приседание (подготовка к присядке), подскоки на двух ногах.
Упражнения на ориентировку в пространстве.	О танцевальных рисунках.	Безошибочно перестраиваться из одного танцевального рисунка в другой: - «звездочка»; - «корзиночка»; - «ручеек»; - «змейка».
Движения бального танца.	Об историко-бытовом танце.	Уметь выполнять шаги бального танца, двигаться в паре и знать основные положения рук в паре. Уметь чувствовать своего партнера.
Этюды.	О различных танцевальных направлениях.	Безошибочно исполнять поставленные тренировочные этюды, передавая характер музыки.

6-7 лет

знать	иметь представление	уметь
Элементы классического экзерсиса на середине.	О классическом танце.	- port de bras; - demi – plie; - battement tendu; - passé; - releve.
Элементы народного танца.	О русском народном танце.	- поклон в русском характере; - различные виды шагов; - танцевальные движения; (мальчики): - присядку; - виды хлопков; - «гусиный шаг»; (девочки): - вращение на полупальцах.

Элементы балльных танцев.	О танцах: - «Полька»; - «Вальс»; - «Полонез»; - «Рок-н-ролл».	Исполнять танцевальные движения различных танцев. Отличить движение «Вальса» от «Полонеза» или «Польки» от «Рок-н-ролл».
Этюды.	О различных танцевальных направлениях.	Безошибочно танцевать тренировочные этюды, передавая характер и темп музыкального сопровождения.

Раздел 2 . СОДЕРЖАНИЕ

Учебный план

5-6 лет

№ п/п	Тематическое планирование.
1.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.
2.	<u>Классический танец :</u> 1. <i>Повтор 1 года обучения.</i> 2. <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - положение прямо (анфас), полуоборот; - свободное размещение по залу, пары, тройки; - квадрат А.Я.Вагановой. 3. <i>Положения и движения рук:</i> - перевод рук из одного положения в другое. 4. <i>Положения и движения ног:</i> - позиции ног (выворотные); - шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад; - танцевальный шаг назад в медленном темпе; - шаги с высоким подниманием ноги, согнутой в колени вперед и на полупальцах (вперед, назад). - releve по 1,2,3 позициям (муз. раз. 1/2 ,1/4, 1/8); - demi-plie по 1,2,3 поз.; - demi-plie с одновременной работой рук; - сочетание полуприседания и подъема на полупальцы; - saute по 1,2,6 поз.;

	- saute в повороте (по точкам зала). 5. <i>Танцевальные комбинации.</i>
4.	<u>Народный танец :</u> 1. <i>Повтор 1 года обучения.</i> 2. <i>Положения и движения рук:</i> - положение на поясе – кулачком; - смена ладони на кулачок; - переводы рук из одного положения в другое (в характере рус. танца); - хлопки в ладоши – двойные, тройные; - руки перед грудью – «полочка»; - «приглашение». 3. <i>Положение рук в паре:</i> - «лодочка» (поворот по руку); - «под ручки» (лицом вперед); - «под ручки» (лицом друг к другу); - сзади за талию (по парам, по тройкам). 4. <i>Движения ног:</i> - шаг с каблука в народном характере; - простой шаг с притопом; - простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта); - простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременным открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию); - battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной поз., в сочетании с demi-plie; - battement tendu вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной поз., в сочетании с притопом; - притоп простой, двойной, тройной; - простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу; - простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад; - простой дробный ход (с работой рук и без); - танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга); - простой бытовой шаг по парам под ручку вперед , назад; - простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под руку противоположными руками; - танцевальный шаг по парам, тройками (положение рук сзади за талию); - прыжки с поджатыми ногами; - «шаркающий шаг»; - «елочка»; - «гармошка»; - поклон на месте с руками;

	- поклон с продвижением вперед и отходом назад; - боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции; - «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; - «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции. <u>(мальчики)</u> - подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции); - подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция). <u>(девочки)</u> - простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями) - маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка»; - бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка»; 5. <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - диагональ; - простейшие перестроения: колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре; - «звездочка»; - «корзиночка»; - «ручеек»; - «змейка». 6. <i>Танцевальные комбинации.</i>
5.	<u>Бальный танец:</u> 1. <i>Постановка корпуса, головы, рук и ног.</i> 1. <i>Движения ног:</i> - шаги: бытовой, танцевальный; - поклон и реверанс; - боковой подъемный шаг (par eleve); - « боковой галоп» простой, с притопом (по кругу, по линиям); - «пике» (одинарный, двойной) в прыжке; - легкий бег на носках по кругу по парам лицом и спиной вперед. 2. <i>Движения в паре:</i> - (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика; - « боковой галоп» вправо, влево; - легкое покачивание лицом друг к другу в правую сторону. 3. <i>Положения рук в паре:</i> - основная позиция; - «корзиночка». 4. <i>Танцевальные комбинации.</i>
6.	<u>Этюды:</u> - сюжетные танцы к праздничным утренникам.

7.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
8.	Итоговое контрольное занятие.
9.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.
ИТОГО: 72 часа	

6-7 лет

№ п/п	Тематическое планирование.
1.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.
2.	<u>Классический танец:</u> 1. <i>Повтор 2 года обучения.</i> 2. <i>Движения рук:</i> - port de bras. 3. <i>Движения рук:</i> - demi-plie ; - battement tendu; - passé; - releve. 4. <i>Танцевальные комбинации.</i>
3.	<u>Народный танец:</u> 1. <i>Повтор 2 года обучения.</i> 2. <i>Положения и движения рук:</i> - переводы рук из одного положения в другое; - скользящий хлопок в ладоши, «тарелочки»; - скользящий хлопок по бедру по голени (мальчики); - взмахи платочком (девочки). 3. <i>Движения ног:</i> - поклон в русском характере; - кадрильный шаг с каблука; - шаркающий шаг (каблуком, полупальцами по полу); - пружинящий шаг; - хороводный шаг; - хороводный шаг с остановкой ноги сзади; - хороводный шаг с выносом ноги вперед на носок; - переменный ход вперед, назад; - «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук); - ковырялочка с подскоком; - боковое «припадание» по 3 поз.; - «припадание» в повороте; - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции на месте и с

	продвижением в сторону; - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука (на месте или с отходом назад); - подготовка к «веревочке»; - «веревочка»; - прыжок с поджатыми; <u>(девочки):</u> - вращение на полупальцах; <u>(мальчики):</u> - присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком, руки перед грудью «полочка»); - присядка по 6 поз. с выносом ноги вперед на всю стопу; - присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги на носок или каблук; - скользящий хлопок по бедру, по голени; -одинарные удары по внешней и внутренней стороне голени с продвижением вперед и назад; - «гусиный шаг». 4. <i>Движения в паре:</i> - соскок на две ноги лицом друг к другу; - пружинящий шаг под ручку (в повороте). 6. <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «воротца»; - «карусель». 5. <i>Танцевальные комбинации.</i>
4.	<u>Бальный танец:</u> 1. <i>Повтор 2 года обучения.</i> 2. <i>Положения и движения ног:</i> <i>Полька:</i> - раг польки (по одному, по парам); - раг польки в сочетании с подскоками; - «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад); - прыжок из 6 во 2 позицию на одну ногу; - «подскоки» в повороте (по одному и по парам). <i>Вальс:</i> - раг вальса (по одному, по парам); - раг balance (на месте, с продвижением вперед, назад). <i>Полонез:</i> - раг полонеза; - раг полонеза в парах по кругу. <i>Рок-н-ролл:</i> - основное движение – «рок-н-ролла»; - открывание ноги с точкой вперед, в сторону, с продвижением вперед,

	назад, с поворотом; - пружинящий шаг с открыванием рук в стороны. 3. <i>Движения в паре:</i> - легкий бег на полупальцах по парам лицом и спиной вперед с поворотом через середину; - легкий бег по парам на полупальцах по кругу (девочка исполняет поворот под руку на сильную долю такта). 4. <i>Танцевальные комбинации.</i>
5.	Этюды:
6.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.
7.	Итоговое контрольное занятие.
8.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.
ИТОГО: 72 часа	

Календарный учебный график

5-6 лет

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С	<u>Занятие 1.</u>	<u>Занятие 3.</u>	<u>Занятие 5.</u>	<u>Занятие 7.</u>
Е	<i>Диагностика</i>	<i>(к.т.)</i>	<i>(к.т.)</i>	<i>(к.т.)</i>
Н	<i>уровня</i>	<i>Повторение 1</i>	<i>Упражнения на</i>	<i>Упражнения</i>
Т	<i>музыкально-</i>	<i>года обучения.</i>	<i>ориентировку в</i>	<i>на</i>
Я	<i>двигательных</i>	<i>Положения и</i>	<i>пространстве:</i>	<i>ориентировку</i>
Б	<i>способностей</i>	<i>движения ног.</i>	<i>-положение</i>	<i>в</i>
Р	<i>детей на начало</i>	<u>Занятие 4.</u>	<i>прямо (анфас),</i>	<i>пространств</i>
Ь	<i>года.</i>	<i>(к.т.)</i>	<i>полуоборот,</i>	<i>е:</i>
	<u>Занятие 2.</u>	<i>Повторение 1</i>	<i>профиль.</i>	<i>- квадрат</i>
	<i>Повторение 1</i>	<i>года обучения.</i>	<u>Занятие 6.</u>	<i>А.Я.Ваганово</i>
	<i>года обучения.</i>	<i>Положения и</i>	<i>(к.т.)</i>	<i>й;</i>
	<i>Упражнения на</i>	<i>движения рук.</i>	<i>Положения и</i>	<i>Положения и</i>
	<i>ориентировку в</i>		<i>движения ног:</i>	<i>движения</i>
	<i>пространстве.</i>		<i>- позиции</i>	<i>ног:</i>
			<i>ног(выворотны</i>	<i>- saute по</i>
			<i>е);</i>	<i>1,2.6 позиции</i>
			<i>- releve по 1,2,3</i>	<i>по точкам</i>
			<i>позициям.</i>	<i>зала.</i>
				<u>Занятие 8.</u>
				<i>(к.т.)</i>
				<i>Положения и</i>
				<i>движения</i>

				ног: - sette в повороте (по точкам зала).
О К Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 9.</u> (к.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - demi – plie по 1,2,3 позициям. - сочетание маленького приседания и подъема на полупальцы. <u>Занятие 10.</u> (к.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад. - танцевальный шаг назад в медленном темпе.	<u>Занятие 11.</u> (к.т.) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - свободное размещение по залу, пары, тройки. <i>Положения и движения ног:</i> - шаги с высоким подниманием ноги согнутой в колене вперед и назад на полупальцах. <u>Занятие 12.</u> (к.т.) <i>Положения и движения ног:</i> - demi-plie с одновременной работой рук.	<u>Занятие 13.</u> (к.т.) <i>Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.</i> <u>Занятие 14.</u> (к.т.) <i>Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.</i>	<u>Занятие 15.</u> (к.т.) <i>Сюжетный танец .</i> <u>Занятие 16.</u> (к.т.) <i>Сюжетный танец .</i>
Н О Я Б Р Ь	<u>Занятие 17.</u> (н.т.) <i>Повторение 1 года обучения.</i> Положения и движения ног. <u>Занятие 18.</u> (н.т.) <i>Повторение 1 года обучения.</i> Положения и движения рук.	<u>Занятие 19.</u> (н.т.) <i>Повторение 1 года обучения.</i> Положения и движения ног. <u>Занятие 20.</u> (н.т.) <i>Положения и движения рук:</i> - положение рук на поясе – кулачком; - смена ладони на кулачок.	<u>Занятие 21.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - шаг с каблук в народном характере; - простой шаг с притопом. <u>Занятие 22.</u> (н.т.) <i>Положения и движения рук:</i> - переводы рук из одного положения в	<u>Занятие 23.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта). <u>Занятие 24.</u> (н.т.)

			другое (в характере русского танца).	<i>Движения ног:</i> - простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременной открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию).
Д Е К А Б Р Ь	<u>Занятие 25.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной позиции, в сочетании с demi-plié. <u>Занятие 26.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - притоп простой, двойной, тройной; - battement tendu вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной позиции, в сочетании с притопом.	<u>Занятие 27.</u> (н.т.) <i>Положения и движения рук:</i> - «приглашение». <i>Движения ног:</i> - простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу. <u>Занятие 28.</u> (н.т.) <i>Положения и движения рук:</i> - хлопки в ладоши – двойные, тройные; - руки перед грудью – «полочка».	<u>Занятие 29.</u> (н.т.) <i>Положения рук в паре:</i> - «лодочка» (поворот под руку). <u>Занятие 30.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> Простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад.	<u>Занятие 31.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - простой дробный ход (с работой рук и без). <u>Занятие 32.</u> (н.т.) <i>Положения рук в паре:</i> - «под ручки» (лицом вперед). <i>Движения ног:</i> - простой бытовой шаг по парам под ручку вперед, назад; - танцевальный шаг по парам (на последнюю долю

				приседание и поворот корпуса в сторону друг друга).
Я Н В А Р Ь	<u>Занятие 33.</u> (н.т.) <i>Положение рук в паре:</i> - «под ручки» (лицом друг к другу). <i>Движения ног:</i> - простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под ручку противоположными руками. <u>Занятие 34.</u> (н.т.) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - простейшие перестроения : колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре.	<u>Занятие 35.</u> (н.т.) <i>Положения рук в паре:</i> - сзади за талию (по парам, тройкам). <i>Движения ног:</i> - танцевальный шаг по парам, тройкам (положение рук сзади за талию). <u>Занятие 36.</u> (н.т.) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - диагональ.	<u>Занятие 37.</u> (н.т.) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «змейка»; - «ручеек». <u>Занятие 38.</u> (н.т.) <i>Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.</i>	<u>Занятие 39.</u> (н.т.) <i>Танцевальная комбинация, построенная на шагах народного танца.</i> <u>Занятие 40.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - прыжки с поджатыми ногами.
Ф	<u>Занятие 41.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - «шаркающий шаг». <u>Занятие 42.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - «елочка»; (мальчики): - подготовка к присядке	<u>Занятие 43.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - «гармошка»; (девочки): - простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями).	<u>Занятие 45.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - поклон на месте с руками; - поклон с продвижением вперед и отходом назад. <u>Занятие 46.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i>	<u>Занятие 47.</u> (н.т.) <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i> - «звездочка». <u>Занятие 48.</u> (н.т.) <i>Упражнения</i>

Е В Р А Л Ь	(плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции).	<u>Занятие 44.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; (девочки): - маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка».	(мальчики): - подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция); (девочки): - бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка».	на ориентировку в пространстве: - «корзиночка».
М А Р Т	<u>Занятие 49.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции. <u>Занятие 50.</u> (н.т.) <i>Движения ног:</i> - «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции.	<u>Занятие 51.</u> (н.т.) <i>Танцевальная комбинация, построенная на движениях народного танца.</i> <u>Занятие 52.</u> (н.т.) <i>Танцевальная комбинация, построенная на движениях народного танца.</i>	<u>Занятие 53.</u> (н.т.) <i>«Кадриль».</i> <u>Занятие 54.</u> (н.т.) <i>«Кадриль».</i>	<u>Занятие 55.</u> (б.т.) <i>Постановка корпуса, головы, рук и ног.</i> <i>Движения ног:</i> - шаги: бытовой и танцевальный. <u>Занятие 56.</u> (б.т.) <i>Движения ног:</i> - поклон, реверанс.
А П Р Е Л	<u>Занятие 57.</u> (б.т.) <i>Движения ног:</i> - «боковой галоп» простой (по кругу). <u>Занятие 58.</u> (б.т.) <i>Движения ног:</i> - «боковой галоп» с притопом (по линиям).	<u>Занятие 59.</u> (б.т.) <i>Движения ног:</i> - «пике» (одинарный) в прыжке. <u>Занятие 60.</u> (б.т.) <i>Движения ног:</i> - «пике» (двойной) в прыжке.	<u>Занятие 61.</u> (б.т.) <i>Положения рук в паре:</i> - основная позиция. <i>Движения ног:</i> - легкий бег на полупальцах по кругу по парам лицом и спиной вперед.	<u>Занятие 63.</u> (б.т.) <i>Движения в паре:</i> - «боковой галоп» вправо, влево. <u>Занятие 64.</u> (б.т.) <i>Движения в паре:</i> - легкое

Б			<u>Занятие 62.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения в паре:</i> - (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика.	покачивание лицом друг к другу; - поворот по парам.
М А Й	<u>Занятие 65.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - боковой подъемный шаг. <u>Занятие 66.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Положения рук в паре:</i> - «корзиночка».	<u>Занятие 67.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, построенная на элементах бального танца.</i> <u>Занятие 68.</u> <u>(б.т.)</u> <i>Танцевальная комбинация, построенная на элементах бального танца.</i>	<u>Занятие 69.</u> <u>Подготовка к контрольному итоговому занятию.</u> <u>Занятие 70.</u> <u>Итоговое контрольное занятие.</u>	<u>Занятие 71.</u> <u>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.</u> <u>Занятие 72.</u> <u>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.</u>

6-7 лет

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С Е Н Т Я Б Р Ь	<u>Занятие 1.</u> <i>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.</i> <u>Занятие 2.</u> <i>Повторение 2 года обучения. Классический танец (упражнения на ориентировку в пространстве,</i>	<u>Занятие 3.</u> <i>Повторение 2 года обучения. Классический танец (положения и движения ног).</i> <u>Занятие 4.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Движения рук:</i> - port de bras.	<u>Занятие 5.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - releve. <u>Занятие 6.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - demi – plie.	<u>Занятие 7.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - battement tendu. <u>Занятие 8.</u> <u>(к.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - passé.

	положения и движения рук)			
О К Т Я Б Р Б	<u>Занятие 9.</u> Повторение 2 года обучения. Народный танец (положения и движения рук, положения рук в паре). <u>Занятие 10.</u> Повторение 2 года обучения. Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве).	<u>Занятие 11.</u> Повторение 2 года обучения. Народный танец (движения ног, упражнения на ориентировку в пространстве). <u>Занятие 12.</u> (н.т.) Положения и движения рук: - переводы рук из одного положения в другое.	<u>Занятие 13.</u> (н.т.) Движения ног: - поклон в русском характере. <u>Занятие 14.</u> (н.т.) Движения ног: - хороводный шаг.	<u>Занятие 15.</u> (н.т.) Движения ног: - хороводный шаг с остановкой ноги сзади. <u>Занятие 16.</u> (н.т.) Движения ног: - хороводный шаг с выносом ноги на носок вперед.
Н О Я Б Р Б	<u>Занятие 17.</u> (н.т.) Движения ног: - переменный ход вперед, назад. <u>Занятие 18.</u> (н.т.) Положения и движения рук: - скользящий хлопок в ладоши - «тарелочки»; (девочки): - взмахи платочком.	<u>Занятие 19.</u> (н.т.) Упражнения на ориентировку в пространстве: - «воротца»; - «карусель». <u>Занятие 20.</u> (н.т.) Движения ног: - боковое «припадание» по 3 позиции.	<u>Занятие 21.</u> (н.т.) Движения ног: - «припадание» в повороте. <u>Занятие 22.</u> (н.т.) Положения и движения рук: - скользящий хлопок по бедру, по голени.	<u>Занятие 23.</u> (н.т.) Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная). <u>Занятие 24.</u> (н.т.) Танцевальная комбинация, основанная на движениях народного танца (хороводная).
	<u>Занятие 25.</u> (н.т.) Движения ног: - кадильный шаг с каблука.	<u>Занятие 27.</u> (н.т.) Движения ног: - шаркающий шаг	<u>Занятие 29.</u> (н.т.) Движения ног: - «ковырялочка»	<u>Занятие 31.</u> (н.т.) Движения ног: - перескоки с ноги на ногу по

Д Е К А Б Р Ь	<u>Занятие 26.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - шаркающий шаг (каблуком по полу).	(полупальцами по полу). <u>Занятие 28.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - пружинящий шаг.	(с притопом, с приседанием, с открыванием рук). <u>Занятие 30.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> «ковырялочка» с подскоком.	3 свободной позиции на месте. <u>Занятие 32.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - перескоки с ноги на ногу по 3 свободной позиции с продвижением в сторону.
Я Н В А Р Ь	<u>Занятие 33.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука на месте. <u>Занятие 34.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - поочередное выбрасывание ног перед собой или крест на крест на носок или ребро каблука с отходом назад.	<u>Занятие 35.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - подготовка к «веревочке». <u>Занятие 36.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - «веревочка».	<u>Занятие 37.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - прыжок с поджатыми; <u>(мальчики):</u> - присядка «мячик» (руки на поясе – кулачком). <u>Занятие 38.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> <u>(мальчики):</u> - присядка «мячик» (руки перед грудью «полочка»); <i>Движения в паре:</i> - соскок на две ноги лицом друг другу.	<u>Занятие 39.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - пружинящий шаг под ручку по кругу; <u>(мальчики):</u> - присядка по 6 позиции с выносом ноги вперед на всю стопу. <u>Занятие 40.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Движения ног:</i> - пружинящий шаг под ручку в повороте; <u>(мальчики):</u> - присядка по 1 свободной позиции с выносом ноги вперед на всю стопу или каблук.
	<u>Занятие 41.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i>	<u>Занятие 43.</u> <u>(н.т.)</u> <i>Упражнения на ориентировку в пространстве:</i>	<u>Занятие 45.</u> «Русская плясовая». <u>Занятие 46.</u> «Русская	<u>Занятие 47.</u> <i>Повтор 2 года обучения.</i> Бальный танец (движения ног,

Ф Е В Р А Л Ь	- «воротца». <u>Движения ног:</u> (мальчики): - одинарные удары ладонями по внутренней или внешней стороне голени с продвижением вперед и назад. <u>Занятие 42.</u> (н.т.) <u>Движения ног:</u> (девочки): - вращение на полупальцах; (мальчики): - «гусиный шаг».	- «карусель». <u>Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца</u> (плясовая). <u>Занятие 44.</u> (н.т.) <u>Танцевальная комбинация, основанная на основе движений народного танца</u> (плясовая).	плясовая».	положения рук в паре, движения в паре). <u>Занятие 48.</u> (б.т.) <u>Движения ног:</u> <u>Полька:</u> - раг польки (по одному); - раг польки (по парам).
М А Р Т	<u>Занятие 49.</u> (б.т.) <u>Движения ног:</u> <u>Полька:</u> - «подскоки» (по одному, по парам); - «подскоки» в повороте. <u>Занятие 50.</u> (б.т.) <u>Движения ног:</u> <u>Полька:</u> - раг польки в сочетании с «подскоками».	<u>Занятие 51.</u> (б.т.) <u>Движения ног:</u> <u>Полька:</u> - «пике» с одинарным и двойным ударом о пол (с продвижением назад). <u>Занятие 52..</u> (б.т.) <u>Движения ног:</u> <u>Полька:</u> - прыжок из 6 позиции во 2 позицию на одну ногу.	<u>Занятие 53.</u> (б.т.) <u>Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца</u> («Полька»). <u>Занятие 54.</u> (б.т.) <u>Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца</u> («Полька»).	<u>Занятие 55.</u> (б.т.) <u>Движения ног:</u> <u>Вальс:</u> - раг вальса (по одному, по парам). <u>Занятие 56.</u> (б.т.) <u>Движения ног:</u> <u>Вальс:</u> - раг balance (на месте, с продвижением вперед, назад).
	<u>Занятие 57.</u> (б.т.) <u>Движения в паре:</u> - легкий бег на полупальцах по	<u>Занятие 59.</u> (б.т.) <u>Движения ног:</u> <u>Полонез:</u> - раг полонеза; - раг полонеза	<u>Занятие 61.</u> (б.т.) <u>Движения ног:</u> <u>Рок-н-ролл:</u> - основное движение «Рок-	<u>Занятие 63.</u> (б.т.) <u>Движения ног:</u> <u>Рок-н-ролл:</u> - шаги в сторону

А П Р Е Л Ь	парам, лицом и спиной вперед (с поворотом через середину); - легкий бег по парам на полупальцах по кругу (девочка выполняет поворот под руку на сильную долю такта). <u>Занятие 58.</u> (б.т.) <i>Танцевальная комбинация, основанная на движениях бального танца («Вальс»).</i>	(в парах, по кругу). <u>Занятие 60.</u> (б.т.) <i>Танцевальная комбинация, построенная на основных шагах («Полонез»).</i>	н-ролл». <u>Занятие 62.</u> (б.т.) <i>Движения ног:</i> <i>Рок-н-ролл:</i> -прыжки в стороны «гармошка»	«буратино». <u>Занятие 64.</u> (б.т.) <i>Движения ног:</i> <i>Рок-н-ролл :</i> - хоппы «танцующие петушки».
М А Й	<u>Занятие 65.</u> (б.т.) <i>Движения ног:</i> <i>Рок-н-ролл:</i> - буги вперед-назад «лесенка». <u>Занятие 66.</u> (б.т.) <i>Движения ног:</i> <i>Рок-н-ролл:</i> - пяточки ,большие пяточки «щгаем через лужу».	<u>Занятие 67.</u> «Рок-н-ролл». <u>Занятие 68.</u> «Рок-н-ролл».	<u>Занятие 69.</u> Подготовка к контрольному итоговому занятию. <u>Занятие 70.</u> Итоговое контрольное занятие.	<u>Занятие 71.</u> Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей. <u>Занятие 72.</u> Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.

Организационная модель образовательного процесса

В процессе образовательной программы используются следующие *методы* обучения:

- Перцептивные методы (передача и восприятие информации посредством органов чувств);
- Словесные (рассказ, объяснение и т.п.);
- Наглядные (выполнение упражнений, ориентируясь на образец, копируя предложенной образец);
- Иллюстративно-демонстративные;
- Практические (опыт, упражнения, самостоятельное выполнение заданий, освоение технологий);
- Логические (организация логических операций – аналогия, анализ, индукция, дедукция);
- Гностические (организация мыслительных операций – проблемно-поисковые, самостоятельная работа, проблемные ситуации и пробы);
- Диалог между преподавателем и обучающимся, между обучающимися.

Методы, способы и приемы педагогического мониторинга: педагогический отзыв; журнал учета; отметка; шкала оценивания результатов и др.

Методы, способы и приемы стимулирования и мотивации детской деятельности:

- *Эмоциональные методы*: поощрение, порицание, создание ярких наглядно-образных представлений, создание ситуаций успеха, стимулирующее оценивание, удовлетворение желаний быть значимой личностью.
- *Познавательные методы*: опора на жизненный опыт, познавательный интерес, создание проблемной ситуации, побуждение к поиску альтернативных решений, выполнение творческих заданий.
- *Волевые методы*: предъявление учебных требований, информирование об обязательных результатах обучения, самооценка деятельности и коррекция, рефлексия поведения, прогнозирование деятельности.
- *Социальные методы*: развитие желания быть полезным, создание ситуации взаимопомощи, поиск контактов и сотрудничество, заинтересованность в результатах, взаимопроверка.

Примерный план занятия

1. Вводная часть.
2. Коллективно-порядковые и ритмические упражнения.
3. Упражнения для развития техники танца.
4. Элементы, танцевальные комбинации, танцы.

5. Заключительная часть.

Продолжительность каждой части занятия и распределение учебного материала могут изменяться в зависимости от степени подготовленности, способности обучающихся, сложности материала, т.к. занятия проводятся с обучающимися, не имеющими танцевальной подготовки, то необходимо больше времени уделить вводной части и тренировочным упражнениям. По мере увеличения количества разучиваемых танцев появляется необходимость уделять больше времени повторению танцевального материала и совершенствованию стиля и манеры исполнения.

Каждая часть занятия решает свою задачу и имеет определённую цель.

1. **Вводная часть** помогает лучше организовывать учащихся и подготовить их к основной танцевальной части занятий. В краткой беседе педагог должен познакомить детей с содержанием и основными задачами предстоящего занятия. На первых занятиях он знакомит учащихся с организационными моментами (распорядок занятия, требования к одежде, внешнему виду и т.д.). Каждое занятие должно начинаться с организованного входа учащихся в танцевальный зал и их поклона педагогу.

2. **Коллективно–порядковые и ритмические упражнения** содействуют выработке навыков движения и перестроения, знакомят учащихся с такими понятиями как шеренга, колонна, интервал, дистанция а так же учат перестраиваться в круг, квадрат, змейку, спираль и т.д. Эти упражнения выполняются в движении и на месте и в движении по одному, парами, четвёрками. При этом следует уделять внимание осанке детей, походке, умению держать голову и руки.

Ритмические упражнения помогают детям воспринимать музыку в движении: начинать движение вместе с музыкой, двигаться в характере и темпе музыки, заканчивать движение с концом музыкальной фразы.

3. **Упражнения по развитию техники танца** (тренировочные) необходимы для приобретения детьми лёгкости, танцевальности и грациозности. Они состоят из упражнений классического танца, которые сочетаются с элементами современного танца.

Учащиеся знакомятся с основными положениями корпуса, головы, позициями рук, ног, которые исполняются в естественной позиции, т.е. полувыворотной, в соответствии с требованиями современного танца.

Все упражнения тренажа разучиваются и выполняются на середине зала в построении колоннами или шахматном порядке.

4. **Разучивание элементов, комбинаций и фигур, исполнение танцев в целом** – основная часть занятия.

Освоение элементов танца, танцевальных комбинаций и фигур, из которых состоят композиции современных танцев, является началом их разучивания.

Разучиваемые элементы танца исполняются вначале в медленном темпе, а по мере усвоения материала темп ускоряется. Следует чередовать медленные и быстрые движения. Новые движения вводятся постепенно, но не более 2-3 в одно занятие.

Элементы танца целесообразно разучивать в построении колоннами (по 4 человека в ряд – девочка- мальчик и т.д.), на месте. По мере усвоения материала они исполняются с продвижениями в разных направлениях: вперёд, в сторону, в повороте направо и налево, по кругу, по одному и парами.

Необходимо постепенно добиваться координации ног, рук, корпуса и головы. На каждом занятии нужно отдавать предпочтение элементам того танца, который предусмотрен программой данного урока.

Повторяя на последующих занятиях выученный танцевальный материал, желательно разнообразит сочетания движений, чтобы тренировать сообразительность и быстроту реакции восприятия у детей.

Приступая к разучиванию нового танца, указывая на связь движений с музыкой, подкрепив это показом.

От детей следует постепенно добиваться верного характера и стиля, выразительности и непринуждённости в исполнении танца.

Для лучшего усвоения материала рекомендуется на занятиях чередовать спокойные и лирические танцы с более подробными и подвижными, а трудные – с лёгкими и т.п.

5. В заключительной части занятия задачи педагога – нормализовать работу сердца и дыхания у детей.

Заканчивая занятия, педагогу необходимо сказать ученикам о результате проведённого занятия. Высказать свои замечания, как всей группе, так и индивидуально, осторожно и очень конкретно указать на недостатки (несовершенство движений, неправильное понимание характера танца, заносчивость в отношениях с товарищами и др.), при необходимости похвалить за поведение на занятии и усвоение пройденного материала. Затем дети исполняют поклон и уходят из танцевального зала.

Серьёзное внимание на всех этапах занятия следует уделять музыкальному материалу.

Ритмическое строение музыки, равномерное чередование метрических ударений, логическое членение музыки на части и фразы составляют как бы

каркас, основу движений, помогают танцующим распределить их во времени.

В этом отношении большую помощь оказывают применение на занятиях музыкально-ритмических упражнений, разучивая и исполняя которые, дети знакомятся со средствами музыкальной выразительности и музыкальной терминологией.

Прежде всего, программа нацелена на воспитание социально-активной, гармонически развитой личности. Разучивая и исполняя которые, дети знакомятся со средствами музыкальной выразительности и музыкальной терминологией.

№ п/п	Наименование темы	Методическое обеспечение
1.	Вводное занятие	Инструкция по технике безопасности; Видео ролик по спортивным бальным танцам
2.	Ритмические упражнения	Показ упражнения на картинке/планшете
3.	Тренировочные упражнения	Показ упражнения на картинке/планшете; Видео
4.	Изучение танцевальных элементов и соединений фигур	Видео; Методическое пособие
5.	Подготовка концертных выступлений на основе разучиваемых танцев	Сценарий концертного выступления; Видео
6.	Итоговые занятия	Планы итоговых занятий

Раздел 3. Организационно-педагогические условия

Кадровые условия - педагог имеет профессиональную переподготовку.

Материально-технические условия: имеется музыкальный зал, отвечающий санитарно-гигиеническим нормам, оборудование - наличие музыкального центра с различными носителями (компакт-диски, USB - носители, провод AUX), компьютер.

Форма одежды воспитанников: спортивная одежда, чешки.

Методическое обеспечение программы

1. Алекс Мур. Пересмотренная техника европейских танцев 1993г. (перевод Ю.С. Пина)
2. Периодическое издание Журнал «Звезды над паркетом»
3. Уолтер Лайред. Техника латинских танцев (перевод и редакция Л.Д. Весновского)
4. Technique of Ballroom Dancing & Basic Principles Guy Howard 2011 г. (в переводе Ю.С. Пина от 2013)

Раздел 4. Оценка качества освоения программы

Для отслеживания динамики освоения данной дополнительной общеобразовательной программы и анализа результатов образовательной деятельности разработан педагогический мониторинг.

Мониторинг осуществляется в течение всего учебного года и включает первичную диагностику, а также промежуточную и итоговую аттестацию.

Предварительный контроль освоения программы проводится в начале учебного года (сентябрь) для определения уровня подготовки воспитанников. Форма проведения – собеседование.

Текущий контроль осуществляется в процессе проведения каждого учебного занятия. Направлен на закрепление теоретического и практического материала по изучаемой теме. Позволяет выявить уровень имеющихся знаний и на их основе строить дальнейшее изучение материала. Форма контроля: опрос, беседа, обсуждение с детьми правильности исполнения и демонстрация изученных движений.

Итоговый контроль проводится в мае на открытом занятии.

Формы контроля:

- контрольные занятия;
- открытые занятия для родителей и педагогов;
- участие в концертах, конкурсах, фестивалях.

Критерии уровня освоения программного материала

Низкий уровень	Учебный материал усваивается бессистемно. Обучающейся овладел менее $\frac{1}{2}$ объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой. Работоспособность крайне низкая. Есть недостатки также в личностных качествах: ребёнок эмоционально неустойчив, проявляет недоверие к окружающим, боится общения. Часто наблюдаются негативные реакции на просьбы взрослых, капризы.
Средний уровень	Ребёнок овладел не менее $\frac{1}{2}$ объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой. Личностные качества соответствуют «средним», «нормальным»: у ребёнка преобладает эмоционально-положительное настроение, приветлив с окружающими, проявляет активный интерес к словам и действиям сверстников и взрослых.
Высокий уровень	Обучающейся показывает высокий уровень знаний теоретического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой. Осваивает задания повышенной трудности. Проявляет активный интерес к творчеству. Личностные характеристики соответствуют нормам поведения детей данного возраста: ребёнок сохраняет жизнерадостное настроение, проявляет активность.