

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА ИРКУТСКА  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №69  
(МАОУ г. Иркутска СОШ №69)**

---

664053, Иркутская область, город Иркутск, улица Летописца Нита Романова, 23.  
тел./факс 8 (3952) 488680, e- mail: school69\_irk@mail.ru

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Искусство танца»  
для младшего школьного возраста  
(художественная направленность)**

Срок реализации: 4 года  
Возраст обучающихся: 7-11 лет  
Составила: педагог  
дополнительного образования  
Крохман Алёна Андреевна

Иркутск 2024 г

## Содержание

<b>ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА</b> .....	3
<b>Объем, содержание программы</b> .....	3
<b>Планируемые результаты</b> .....	4
<b>Учебный план</b> .....	4
<b>Календарный учебный график</b> .....	5
<b>МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ</b> .....	10

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Искусство танца» разработана с целью обучения детей младшего школьного возраста основам хореографии.

Хореографическое искусство – массовое искусство доступное всем. Благодаря систематическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства.

Занятия хореографией способствуют развитию общекультурного кругозора, формируют определенные эстетические принципы и ценности, а также позитивные физиологические показатели человека: физическое здоровье и выносливость, гармоничное телосложение.

Хореография способствует гармоничному развитию детей, учит их красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость.

Предмет прививает детям любовь к танцу, формирует их танцевальные способности. Развивает чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку, танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве, воспитывает художественный вкус, интересы.

Нормативная часть программы является официальным документом, в соответствии с которым планируется учебная работа в МАОУ СОШ № 69. Данная программа составлена с учетом условий школы.

Направленность программы – художественная направленность.

Срок освоения программы – 4 года.

Формы обучения – очная.

Целью программы: постановка хореографического произведения для детей младшего школьного возраста.

### Объем, содержание программы

Программа разработана на 4 года:

- первый год обучения – ознакомление с основами хореографии;
- второй год обучения – изучение основ хореографии;
- третий год обучения – закрепление основ хореографии;
- четвертый год обучения – совершенствование основ хореографии.

Продолжительность занятий в неделю:

1 раз в неделю по 1 часу

36 часов в год

144 часа общий объем программы

Возраст обучающихся от 7 до 11 лет.

## Планируемые результаты

Год обучения	Цель	Задачи
Первый	выявить интересы, склонности и способности каждого ребенка к хореографии	Рассказать правила техники безопасности; Обучить: основам партерной гимнастики, элементам музыкальной грамоты, основным позициям рук и ног, простейшим элементам классического, эстрадного танца. Сформировать умение: грамотно исполнять основные движения партерной гимнастики; координировать движения своим телом; общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; различать характер и темп музыки; ориентироваться в пространстве.
Второй	сформировать навыки выполнения танцевальных движений	Обучить: основам классического экзерсиса у станка и на середине зала, эстрадного танца; правилам перестроения в танце, физически сложным элементам партерной гимнастики, комплексу ритмических упражнений, отличиям основных направлений хореографии. Сформировать умение: различать характер и темп музыки, ориентироваться в пространстве в танцевальном зале и на сцене, выполнять координационно сложные движения, работать в коллективе, исполнять движения музыкально.
Третий	изучение более сложных танцевальных движений, требующих соответствующей координации в исполнении и силовой нагрузки	Обучить: новым элементам классического и эстрадного танца, навыкам ансамблевого исполнения, культуре общения с партнёром, комплексу упражнений по партерной гимнастике, комплекс экзерсиса у станка по классическому танцу. Сформировать умение: самостоятельно составлять комбинации на координацию, взаимодействовать с партнером, грамотно исполнять движения экзерсиса, эмоционально исполнять танцевальные этюды, зрительно воспринимать и понимать видеоматериал.
Четвертый	формирование и реализация компетенций обучающихся в эстетическом, художественном, физическом образовании и воспитании средствами танцевальной культуры.	Обучить: отличительным особенностям классического и эстрадного танца, элементам партерной гимнастики, терминологии классического тренажа. Сформировать умение: вносить в движения нюансы, характеризующие музыкально-двигательный образ, выделять отличительные признаки музыкально-танцевальных жанров и мелодий, свободно выполнять правила пространственной ориентации в рамках изучаемых перестроений, самостоятельно оценивать хореографическое произведение.

## Учебный план

1 год:

№п/п	Название раздела	Количество часов		Всего часов
		теория	практика	
1	Введение	2	0	2
2	Партерная гимнастика	1	10	11
3	Классический танец	1	10	11
4	Эстрадный танец	1	10	11
5	Контрольные занятия	0	1	1
6	Итого	5	31	36

2 год:

№п/п	Название раздела	Количество часов		Всего часов
		теория	практика	
1	Введение	2	0	2
2	Партерная гимнастика	1	10	11
3	Классический танец	1	10	11
4	Эстрадный танец	1	10	11
5	Контрольные занятия	0	1	1
6	Итого	5	31	36

3 год:

№п/п	Название раздела	Количество часов		Всего часов
		теория	практика	
1	Введение	2	0	2
2	Партерная гимнастика	1	10	11
3	Классический танец	1	10	11
4	Эстрадный танец	1	10	11
5	Контрольные занятия	0	1	1
6	Итого	5	31	36

4 год:

№п/п	Название раздела	Количество часов		Всего часов
		теория	практика	
1	Введение	2	0	2
2	Партерная гимнастика	1	10	11
3	Классический танец	1	10	11
4	Эстрадный танец	1	10	11
5	Контрольные занятия	0	1	1
6	Итого	5	31	36

### Календарный учебный график

Период занятий	Дата		Продолжительность	
	Начало	Окончание	Количество рабочих недель	Количество рабочих дней
1 полугодие	03.09.2024	22.01.2025	18	18
2 полугодие	21.01.2025	31.05.2025	18	18
Итого в 2024/2025 году	03.09.2024	31.05.2025	36	36

Каникулярный период	Дата		Продолжительность каникул, праздничных дней
	Начало	Окончание	
Зимние каникулы	31.12.2024	6.01.2025	7
Праздничные дни	4.11.2024	4.11.2024	5
	23.02.2025	23.02.2025	
	08.03.2025	08.03.2025	
	01.05.2025	01.05.2025	
	09.05.2025	10.05.2025	
Замещающие дни			0

Режим занятий:

Занятие (минут)	40 минут
Перерыв между занятиями	10 минут
Промежуточная аттестация	1 раз в год, в мае

## Тематическое планирование

### 1 год обучения

№	Тема занятия	Кол-во часов	Примечание
1.	Инструктаж техники безопасности на занятиях по хореографии	1	
2.	Знакомство с различными направлениями хореографического искусства	1	
3.	Упражнения «Лодочка»	1	
4.	Упражнения «Корзинка»	1	
5.	Упражнения вытягивание и сокращение стопы	1	
6.	Упражнения круговые движения стопой	1	
7.	Упражнения «Кошечка»	1	
8.	Упражнения «Улитка»	1	
9.	Упражнения «Качели»	1	
10.	Упражнения «Уголок»	1	
11.	Упражнения «Ножницы»	1	
12.	Упражнения «Бабочка»	1	
13.	Упражнения «Лягушка»	1	
14.	Постановка корпуса в 1-й,2-й позиции	1	
15.	Позиции ног - 1-я, 2-я.	1	
16.	Экзерсис у станка (лицом к станку) Demi plié по 1-й, 2-й позициям.	1	
17.	Экзерсис у станка (лицом к станку) Demi plié по 1-й, 2-й позициям.	1	
18.	Экзерсис у станка (лицом к станку) Grand plié по 1-й и 2-ой позициям	1	
19.	Экзерсис у станка (лицом к станку) Grand plié по 1-й и 2-ой позициям	1	
20.	Экзерсис у станка (лицом к станку) Battement tendu из 1-ой позиции крестом	1	
21.	Экзерсис у станка (лицом к станку) Battement tendu из 1-ой позиции крестом	1	
22.	Экзерсис у станка (лицом к станку) Releve по позициям (1-й, 2-й).	1	
23.	Экзерсис у станка (лицом к станку) Releve по позициям (1-й, 2-й).	1	
24.	Экзерсис у станка (лицом к станку) Grand battement по 1-ой позиции крестом	1	
25.	Спортивная разминка	1	
26.	Спортивная разминка	1	
27.	Танцевальный блок	1	
28.	Танцевальный блок	1	
29.	Элементы эстрадного танца на месте	1	
30.	Элементы эстрадного танца на месте	1	
31.	Элементы эстрадного танца в продвижении	1	
32.	Элементы эстрадного танца в продвижении	1	
33.	Соединение элементов эстрадного танца в комбинации	1	
34.	Соединение элементов эстрадного танца в комбинации	1	
35.	Соединение элементов эстрадного танца в комбинации	1	
36.	Итоговое занятие и концертное выступление	1	
		36 часов	

## 2 год обучения

№	Тема занятия	Кол-во часов	Примечание
37.	Инструктаж техники безопасности на занятиях по хореографии	1	
38.	Знакомство с различными направлениями хореографического искусства	1	
39.	Упражнения «Корзинка»	1	
40.	Упражнения «Полумостик»	1	
41.	Упражнения «Мостик»	1	
42.	Упражнения Разворот стопы из VI позиции в I позицию	1	
43.	Упражнения «Плуг»	1	
44.	Упражнения «Уголок»	1	
45.	Упражнения «Лягушка» во всех положениях	1	
46.	Упражнения «Шпагат» продольный с обеих ног	1	
47.	Упражнения «Шпагат» продольный с обеих ног	1	
48.	Упражнения «Шпагат» поперечный	1	
49.	Упражнения «Шпагат» поперечный	1	
50.	Экзерсис на середине: постановка корпуса в 1-й и 2-й позициях	1	
51.	Экзерсис на середине: позиции ног - 1-я, 2-я, 3-я,5-я	1	
52.	Экзерсис на середине: позиции рук - подготовительная, 1-я, 2-я, 3-я	1	
53.	Экзерсис на середине: подготовительное, 1-е и 2-е portdebras.	1	
54.	Экзерсис на середине: постановка корпуса в 1-й и 2-й позициях	1	
55.	Экзерсис на середине: позиции ног - 1-я, 5-я	1	
56.	Экзерсис на середине: Demi plié по 1-й, 2-й позициям	1	
57.	Экзерсис на середине: Grand plié по 1-й и 2-ой позициям	1	
58.	Экзерсис на середине: Battement tendu из 1-ой позиции крестом	1	
59.	Экзерсис на середине: Releve по позициям (1-й, 2-й)	1	
60.	Экзерсис на середине: Grand battement по 1-ой позиции крестом	1	
61.	Спортивная разминка	1	
62.	Спортивная разминка	1	
63.	Движения по диагонали	1	
64.	Движения по диагонали	1	
65.	Блок махов	1	
66.	Блок махов	1	
67.	Танцевальный блок	1	
68.	Танцевальный блок	1	
69.	Элементы эстрадного танца на месте	1	
70.	Элементы эстрадного танца в продвижении	1	
71.	Соединение элементов эстрадного танца в комбинации	1	
72.	Итоговое занятие и концертное выступление	1	
		36 часов	

### 3 год обучения

№	Тема занятия	Кол-во часов	Примечание
73.	Инструктаж техники безопасности на занятиях по хореографии	1	
74.	Знакомство с различными направлениями хореографического искусства	1	
75.	Упражнения «Солнышко»	1	
76.	Упражнения «Бабочка»	1	
77.	Упражнения поднятие ног	1	
78.	Упражнения «Велосипед»	1	
79.	Упражнения «Берёзка»	1	
80.	Упражнения «Уголок»	1	
81.	Упражнения «Лягушка» во всех положениях	1	
82.	Упражнения Шпагат лежа	1	
83.	Упражнения «Бабочка» в парах	1	
84.	Упражнения «Полушпагат» во все стороны	1	
85.	Упражнения «Шпагат» во все стороны	1	
86.	Экзерсис у станка (лицом к станку) Demi и grand plié по 1-й и 2-ой позиции	1	
87.	Экзерсис у станка (лицом к станку) Battement tendu из 1-й позиции в сторону, вперёд и назад	1	
88.	Экзерсис у станка (лицом к станку) Rond de jambe par terre en dehors en dedan с Passe par terre	1	
89.	Экзерсис у станка (лицом к станку) Releve по позициям (1-й,2-й) и с demi pié	1	
90.	Экзерсис у станка (лицом к станку) Battement tendu jete из 1-й позиции в сторону	1	
91.	Экзерсис у станка (лицом к станку) Grand battement по 1-ой позиции крестом	1	
92.	Экзерсис на середине: Portdebras- 1-е, 2-е и 3-е	1	
93.	Экзерсис на середине: Demi и grand plié по 1-й, 2-й позициям	1	
94.	Экзерсис на середине: Battement tendu из 1-й позиции в сторону, вперёд и назад	1	
95.	Экзерсис на середине: Rond de jambe par terre en dehors en dedan	1	
96.	Экзерсис на середине: Battement tendu jete из 1-й позиции в сторону, вперед и назад	1	
97.	Спортивная разминка	1	
98.	Спортивная разминка	1	
99.	Движения по диагонали	1	
100.	Движения по диагонали	1	
101.	Упражнения на растяжку	1	
102.	Блок махов	1	
103.	Танцевальный блок	1	
104.	Танцевальный блок	1	
105.	Элементы эстрадного танца на месте	1	
106.	Элементы эстрадного танца в продвижении	1	
107.	Соединение элементов эстрадного танца в комбинации	1	
108.	Итоговое занятие и концертное выступление	1	
		36 часов	



## 4 год обучения

№	Тема занятия	Кол-во часов	Примечание
109.	Инструктаж техники безопасности на занятиях по хореографии	1	
110.	Знакомство с различными направлениями хореографического искусства	1	
111.	Упражнения «Солнышко»	1	
112.	Упражнения «Бабочка»	1	
113.	Упражнения поднятие ног	1	
114.	Упражнения «Велосипед»	1	
115.	Упражнения «Берёзка»	1	
116.	Упражнения «Лягушка»	1	
117.	Упражнения «Корзинка»	1	
118.	Упражнения Шпагат лежа	1	
119.	Упражнения «Бабочка» в парах	1	
120.	Упражнения «Полушпагат» во все стороны	1	
121.	Упражнения «Шпагат» во все стороны	1	
122.	Экзерсис у станка (лицом к станку) Demi и grand plié по 1-й и 2-ой и 5-ой позиции	1	
123.	Экзерсис у станка (лицом к станку) Battement tendu из 1-й позиции в сторону, вперёд и назад	1	
124.	Экзерсис у станка (лицом к станку) Rond de jambe par terre en dehors en dedan с Passe par terre	1	
125.	Экзерсис у станка (лицом к станку) Releve по позициям (1-й,2-й,5-й) и с demi pié	1	
126.	Экзерсис у станка (лицом к станку) Battement tendu jete из 1-й позиции в сторону	1	
127.	Экзерсис у станка (лицом к станку) Grand battement по 1-ой позиции крестом	1	
128.	Экзерсис на середине: Portdebras- 1-е, 2-е и 3-е	1	
129.	Экзерсис на середине: Demi и grand plié по 1-й, 2-й и 5-ой позициям	1	
130.	Экзерсис на середине: Battement tendu из 1-й позиции в сторону, вперёд и назад	1	
131.	Экзерсис на середине: Rond de jambe par terre en dehors en dedan	1	
132.	Экзерсис на середине: Saute по позициям (1-й, 2-й, 5-й	1	
133.	Спортивная разминка	1	
134.	Движения по диагонали	1	
135.	Различные виды вращений	1	
136.	Движения по диагонали	1	
137.	Упражнения на растяжку	1	
138.	Блок махов	1	
139.	Упражнения на растяжку	1	
140.	Танцевальный блок	1	
141.	Элементы эстрадного танца на месте	1	
142.	Элементы эстрадного танца в продвижении	1	
143.	Соединение элементов эстрадного танца в комбинации	1	
144.	Итоговое занятие и концертное выступление	1	
		36 часов	

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

### Методический материал по подготовке и проведению занятий по хореографии

В зависимости от педагогических задач занятия по хореографии классифицируются на:

**обучающее;** Основная задача - усвоение отдельных элементов, связок, соединений. Решаются задачи физического развития, воспитание музыкальности, выразительности.

**тренировочное;** Главная задача - подготовка организма к предстоящей работе, сохранение достигнутого уровня танцевального мастерства.

**контрольное;** Задача - подытожить освоение очередного раздела (приёма, элемента) хореографической подготовки.

**занятие - разминка;** В период непосредственной подготовки к выступлениям рекомендуется выполнить стабильный комплекс упражнений, цель которого — разогревание организма и снятие излишней психологической напряжённости. Этому способствуют привычные упражнения, которые по мере необходимости могут выполняться детьми самостоятельно.

**показательное – открытое занятие;** Открытое занятие является определённым этапом, завершающим период занятий. Главная задача - показать достижения ребёнка к данному моменту по сравнению с предыдущим открытым занятием, зрелищность, слаженность движений в композициях и комбинациях.

#### Структура занятия.

- 1 Подготовительная часть,
- 2 Основная часть,
- 3 Заключительная части.