

Управление образования Березовского муниципального округа
Березовское муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования «Центр детского творчества»

ПРИНЯТО:

На педагогическом совете

БМАУДО ЦДТ

Протокол № 6 от 01.07.2026 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор БМАУДО ЦДТ

Е.В. Комарова Е.В. Комарова

Приказ № 109 от 01.07.2026г.

Рабочая программа педагога
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
художественной направленности
«Искусство танца»

модуль 1 «Азбука хореографии»

Возраст учащихся: 7-18 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель программы:

Шульмина Виктория Анатольевна
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Модуль «Азбука хореографии» предполагает освоение азов ритмики, изучение простейших элементов партерной гимнастики, изучение танцевальных элементов, применяя игровые технологии, исполнение простых танцевальных композиций и танцев. Предоставляет широкие возможности обучения основам танцевального искусства, дает возможность ввести детей в мир хореографии, познакомить с некоторыми хореографическими жанрами, видами и стилями, поможет обучающимся творчески самовыразиться и проявить себя посредством пластики, ритмики и импровизации.

Цель и задачи модуля

Гармоничное развитие детей посредством танцевального искусства, через приобретение базовых знаний, творческих качеств, навыков исполнительства.

Задачи:

Обучающие:

- обучить основам партерной гимнастики;
- поэтапное овладение основам классического экзерсиса у палки и на середине зала;
- обучить простейшим элементам классического и народного танца;
- обучить элементам музыкальной грамоты;
- познакомить детей с историей возникновения и развития танца.

Развивающие:

- способствовать снятию мышечного и психологического торможения посредством танцевального движения;
- формировать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка;
- 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;
- развить познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
- развивать художественный вкус.

Воспитательные:

- воспитать культуру поведения и общения;
- воспитать умение ребенка работать в коллективе;
- заложить основы становления эстетически развитой личности;
- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

Приемы и методы организации образовательного процесса:

- словесный (устное изложение, беседа и т. д.);
- наглядный (показ видеоматериалов, иллюстрации, наблюдение, показ педагогом);
- практический (упражнения).

Приемы:

- игра;
- беседа;
- показ видеоматериалов;
- показ педагогом;
- наблюдение.

Дидактический материал, используемый в процессе организации занятий:

Фотографии, литература по хореографии, ритмике, пластике, танцу, видео – аудиозаписи, правила поведения на сцене, словари терминов.

По окончании 1 модуля обучающиеся приобретают предметные компетенции:

Знать:

- позиции рук и ног;
- программные элементы классического, народного, историко-бытового танца;

Уметь:

- усвоить основы правильной постановки корпуса;
- владеть центром тяжести тела;
- ориентироваться в пространстве;
- отражать в движениях характер музыки;
- правильно двигаться в такт музыке, сохраняя красивую осанку;
- исполнять простейшие элементы классического экзерсиса у станка и танцевальные элементы на середине зала;
- исполнять несложные танцевальные комбинации;
- навыки актерской выразительности: уметь изобразить в танцевальном шаге повадки зверей, птиц, выразить образ в разном эмоциональном состоянии (веселый котенок, грустная птица и т.д.).

Учебно-тематический план

№	Наименование тем	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Ритмика	9	45	54
2	Партерная гимнастика	9	45	54
3	Основные танцевальные движения	9	45	54
4	Прыжки	9	45	54
5	Промежуточная аттестация			
Итого		36	180	216

Календарно-тематическое планирование модуля 1 «Азбука хореографии»

Месяц	Название темы	Содержание занятий	Часы	Примечание
сентябрь	Ритмика	Развитие интереса и любви к музыке, потребности в её слушании, движение под музыку в свободных играх. Самостоятельно находить свободное место в зале,	2	
сентябрь	Ритмика	Построение в круг и в пары друг за другом	2	
сентябрь	Ритмика	Построение в колонну и шеренгу	2	
сентябрь	Партерная гимнастика	Сгибание и разгибание ног, в положении лёжа на животе и спине	2	
сентябрь	Партерная гимнастика	Наклоны корпусом вправо, влево и вперёд, ноги вертикально разведены не менее чем на 90 градусов;	2	

сентябрь	Партерная гимнастика	Упражнения для подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц	2	
сентябрь	Основные танцевальные движения	Танцевальные шаги с носка	2	
сентябрь	Основные танцевальные движения	Простой шаг вперёд и переменный шаг	2	
сентябрь	Основные танцевальные движения	Притоп-удар всей стопой, шаг с притопом в сторону, тройной притоп	2	
сентябрь	Прыжки	На 2-х ногах, высокие и низкие	2	
сентябрь	Прыжки	Разные по длительности и в сочетании между собой	2	
сентябрь	Прыжки	Высокие с акцентом наверх с сильно натянутыми носками на 2-х и на 1-ой ноге	2	
октябрь	Ритмика	Танцевальные шаги: ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах.	2	
октябрь	Ритмика	Танцевальные шаги на каблуках, топающим шагом вперёд и назад (спиной)	2	
октябрь	Ритмика	Танцевальные шаги с высоким подниманием колена	2	
октябрь	Партерная гимнастика	Основные правила движений при партерной гимнастике	2	
октябрь	Партерная гимнастика	Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного и тазобедренного суставов	2	
октябрь	Партерная гимнастика	Упражнения для гибкости позвоночника	2	
октябрь	Основные танцевальные движения	Выведение ноги на каблук и носок и свободной первой позиции, приведение исходной позиции	2	
октябрь	Основные танцевальные движения	«Ковырялочка»	2	
октябрь	Основные танцевальные движения	Хлопушки(одинарные)- в ладоши и по бедру	2	
октябрь	Прыжки	Перескоки с ноги на ногу	2	
октябрь	Прыжки	Шаг с подскоком	2	
октябрь	Прыжки	Прыжки по прямой позиции	2	
октябрь	Ритмика	Развитие интереса и любви к музыке, потребности в её слушании, движение под музыку в свободных играх. Самостоятельно находить свободное место в зале.	2	
ноябрь	Ритмика	Построение в круг и в пары друг за другом	2	
ноябрь	Ритмика	Построение в колонну и шеренгу	2	

ноябрь	Партерная гимнастика	Сгибание и разгибание ног, в положении лёжа на животе и спине	2	
ноябрь	Партерная гимнастика	Наклоны корпусом вправо, влево и вперёд, ноги вертикально разведены не менее чем на 90 градусов;	2	
ноябрь	Партерная гимнастика	Упражнения для подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц	2	
ноябрь	Основные танцевальные движения	Танцевальные шаги с носка	2	
ноябрь	Основные танцевальные движения	Простой шаг вперёд и переменный шаг	2	
ноябрь	Основные танцевальные движения	Притоп-удар всей стопой, шаг с притопом в сторону, тройной притоп	2	
ноябрь	Прыжки	На 2-х ногах, высокие и низкие	2	
ноябрь	Прыжки	Разные по длительности и в сочетании между собой	2	
ноябрь	Прыжки	Высокие с акцентом наверх с сильно натянутыми носками на 2-х и на 1-ой ноге	2	
ноябрь	Открытое занятие	Контрольно-показательное	2	
декабрь	Ритмика	Танцевальные шаги: ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах.	2	
декабрь	Ритмика	Танцевальные шаги на каблуках, топающим шагом вперёд и назад (спиной)	2	
декабрь	Ритмика	Танцевальные шаги с высоким подниманием колена	2	
декабрь	Партерная гимнастика	Основные правила движений при партерной гимнастике	2	
декабрь	Партерная гимнастика	Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного и тазобедренного суставов	2	
декабрь	Партерная гимнастика	Упражнения для гибкости позвоночника	2	
декабрь	Основные танцевальные движения	Выведение ноги на каблук и носок и свободной первой позиции, приведение исходной позиции	2	
декабрь	Основные танцевальные движения	«Ковырялочка»	2	
декабрь	Основные танцевальные движения	Хлопушки(одинарные)- в ладоши и по бедру	2	
декабрь	Прыжки	Перескоки с ноги на ногу	2	
декабрь	Прыжки	Шаг с подскоком	2	

декабрь	Прыжки	Прыжки по прямой позиции	2	
декабрь	Промежуточная аттестация	Концерт	2	
январь	Ритмика	Общеразвивающие упражнения на различные группы мышц и различный характер	2	
январь	Ритмика	Упражнения на плавность движений, махи, пружинность	2	
январь	Партерная гимнастика	Упражнения, для тазобедренных суставов эластичности мышц, бедра	2	
январь	Партерная гимнастика	Упражнения для подвижности коленных суставов	2	
январь	Основные танцевальные движения	Бег с поднятыми коленями вверх «лошадка»	2	
январь	Основные танцевальные движения	Прямой и боковой галоп.	2	
январь	Прыжки	По первой и второй позиции ног	2	
январь	Прыжки	Sotte по шестой позиции	2	
январь	Ритмика	Развитие умения передавать в пластике разнообразный характер музыки	2	
январь	Ритмика	Развитие умения передавать различные оттенки настроения (весёлое - грустное, шаловливое, спокойное, радостное, беспокойное и т. д.).	2	
февраль	Ритмика	Понятие сильной и слабой доли	2	
февраль	Партерная гимнастика	Упражнения, связанное с сокращением и вытягиванием стоп	2	
февраль	Партерная гимнастика	Упражнения, развивающие подвижность локтевого сустава, повышающий эластичность мышц плеча и предплечья;	2	
февраль	Партерная гимнастика	«велосипед», «лодочка», «бабочка», «лягушка», «мостик», «свеча», «гора», «корзиночка», «качели», боковые приседания	2	
февраль	Основные танцевальные движения	Бег с сильным захлёстом ног назад	2	
февраль	Основные танцевальные движения	Ход на полупальцах	2	
февраль	Основные танцевальные движения	Подготовка к «ра polike»	2	
февраль	Прыжки	Ра eshape по прямой позиции	2	
февраль	Прыжки	Комбинированные прыжки sotte-лошадка	2	

февраль	Ритмика	Танцевальные шаги: ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах.	2	
февраль	Ритмика	Танцевальные шаги на каблуках, топающим шагом вперед и назад (спиной)	2	
март	Ритмика	Танцевальные шаги с высоким подниманием колена на полупальцах	2	
март	Партерная гимнастика	Основные правила движений при партерной гимнастике	2	
март	Партерная гимнастика	Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного и тазобедренного суставов	2	
март	Партерная гимнастика	Releve lian (медленное поднимание ноги) упражнения для гибкости позвоночника	2	
март	Основные танцевальные движения	Выведение ноги на каблук и носок и свободной первой позиции, приведение исходной позиции	2	
март	Основные танцевальные движения	«Ковырялочка» Этюд «Рыбки»	2	
март	Основные танцевальные движения	Хлопушки(одинарные)- в ладоши и по бедру Комбинированные движения.	2	
март	Прыжки	Перескоки с ноги на ногу	2	
март	Прыжки	Шаг с подскоком	2	
март	Прыжки	Прыжки по прямой позиции	2	
март	Ритмика	Танцевальные шаги: ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах. В выворотном положении ног.	2	
март	Ритмика	Понятие начало и конец музыкальной фразы, танцевальные шаги на каблуках, топающим шагом вперед и назад (спиной)	2	
апрель	Ритмика	Танцевальные шаги с высоким подниманием колена на полупальцах	2	
апрель	Партерная гимнастика	Основные правила движений при партерной гимнастике	2	
апрель	Партерная гимнастика	Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного и тазобедренного суставов	2	
апрель	Партерная гимнастика	Releve lian (медленное поднимание ноги) упражнения для гибкости позвоночника	2	
апрель	Основные танцевальные движения	Выведение ноги на каблук и носок и свободной первой позиции, приведение исходной позиции	2	
апрель	Основные танцевальные движения	Этюд «Рыбки» работа в парах	2	
апрель	Основные танцевальные движения	Хлопушки(одинарные)- в ладоши и по бедру Комбинированные движения.	2	

апрель	Прыжки	Перескоки с ноги на ногу	2	
апрель	Прыжки	Шаг с подскоком	2	
апрель	Прыжки	Прыжки по прямой позиции	2	
апрель	Прыжки	По точкам класса по прямой позиции	2	
апрель	Ритмика	Танцевальные шаги: ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах.	2	
апрель	Ритмика	Танцевальные шаги на каблуках, топающим шагом вперёд и назад (спиной)	2	
май	Ритмика	Танцевальные шаги с высоким подниманием колена на полупальцах	2	
май	Партерная гимнастика	Основные правила движений при партерной гимнастике	2	
май	Партерная гимнастика	Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного и тазобедренного суставов	2	
май	Партерная гимнастика	Releve lian (медленное поднимание ноги) упражнения для гибкости позвоночника	2	
май	Основные танцевальные движения	Выведение ноги на каблук и носок и свободной первой позиции, приведение исходной позиции	2	
май	Основные танцевальные движения	Этюд «Фантазеры»	2	
май	Основные танцевальные движения	Хлопушки(одинарные)- в ладоши и по бедру Комбинированные движения.	2	
май	Прыжки	Перескоки с ноги на ногу	2	
май	Прыжки	Шаг с подскоком, прыжки по прямой позиции	2	
май	Основные танцевальные движения	Этюд «Фантазеры»	2	
май	Основные танцевальные движения	Этюд «Фантазеры»	2	
май	Контрольно-показательное	Отчетный концерт	2	
		ИТОГО: 216 часов.		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 646126932392126385511121901609448613269948990680

Владелец Комарова Елена Владимировна

Действителен с 03.04.2026 по 03.04.2027