

Управление образования администрации
Онежского муниципального округа Архангельской области
Филиал муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
«Открытая (сменная) общеобразовательная школа»
Муниципальный центр дополнительного образования

Принята решением
методического совета
Протокол № 7 от 16.06.2025 г.



Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Ритмика и основы хореографии»

Возраст обучающихся: 7-17 лет

Срок реализации: 1 учебный год

Автор-составитель:
Углова Анна Игоревна,
педагог дополнительного
образования

г. Онега
2025 г.

Содержание программы

1. Пояснительная записка	3
2. Учебный план	6
3. Учебно-тематический план	7
4. Содержание программы	8
5. Планируемые результаты	14
6. Календарный учебный график	15
7. Условия реализации программы	19
8. Система оценки достижения планируемых результатов	20
9. Воспитательная деятельность	22
10. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей	22
11. Формы и методы воспитания	22
12. Условия воспитания, анализ результатов	23
13. Календарный план воспитательной работы	24
14. Список информационных источников	26

1. Пояснительная записка

Среди условий повышения доступности дополнительного образования - предоставление обучающимся возможностей личностного самоопределения и самореализации в соответствии с их интересами, склонностями и ценностями.

Программа «Ритмика и основы хореографии» предполагает обучение основам хореографии и танцевальной культуры.

Актуальность программы. В ходе анализа детского и родительского спроса на дополнительные образовательные услуги установлено, формирование музыкально-эстетической культуры, обогащение двигательной активности, развитие творческих способностей обучающихся необходимо и востребовано. Решение образовательных задач программы направлено на совершенствование физического, эмоционального, творческого развития обучающихся. Освоение программы обеспечивает возможности личностной самореализации, конструктивного взаимодействия и продуктивной деятельности. Выполнение задач и заданий, трудность которых определяется новизной и необычностью, способствует появлению у обучающихся желания отказаться от образца, проявить самостоятельность, а также формированию умений работать в условиях поиска нестандартных решений.

Цель программы: развитие личностного и творческого потенциала обучающихся через обучение основам хореографии.

Задачи

Обучающие:

- формировать музыкально-ритмические навыки;
- обучать выразительности и пластичности движений;
- обучать умению свободно двигаться и ориентироваться в пространстве;
- содействовать овладению основами хореографии.

Развивающие:

- развивать внимание, музыкальную память, координацию движений;
- развивать интерес к музыкально-ритмической деятельности;
- содействовать проявлению творчества, импровизации.

Воспитательные:

- содействовать освоению знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций художественной культуры;
- формировать и развивать личностное отношение, нравственную позицию, уважение и восприимчивость к разным видам искусства;
- формировать опыт межличностных и социальных отношений, художественного творчества как социально значимой деятельности.

Отличительные особенности программы. Содержание программы предусматривает решение образовательных задач, направленных на развитие личностного и творческого потенциала обучающихся через обучение основам хореографии. Программой учтены и адаптированы к возможностям обучающихся основные направления танца и пластики, включающие гимнастику, ритмику и современный танец. С целью обеспечения ситуации успеха, развития творческих

способностей обучающихся программой предусматриваются условия для коллективного и индивидуального участия в танцевальных конкурсах, фестивалях различного уровня.

Раздел программы «Воспитательная деятельность» содержит цель, задачи, целевые ориентиры воспитания, формы, методы, условия, анализ результатов воспитательной деятельности и реализуется во взаимосвязи с содержанием всей программы.

Программа учитывает дидактические принципы педагогического взаимодействия:

- культурного обогащения содержания деятельности;
- обогащения сенсорно-чувственного опыта;
- взаимосвязи обобщенных представлений и обобщенных способов действий, направленных на создание выразительного художественного образа.

Уровень освоения программы – базовый.

Возраст и краткая характеристика обучающихся. Программа рассчитана на обучающихся от 7 до 17 лет, с разным уровнем мотивации и физической подготовки. Для детей, как младшего, так и старшего школьного возраста, характерны высокий уровень активности, потребность в движении, стремление осваивать новое.

Программой не определяются требования к одаренности, способностям, уровню физического развития и подготовленности.

К занятиям допускаются обучающиеся, не имеющие медицинских противопоказаний, что подтверждается медицинской справкой о состоянии здоровья. Количество обучающихся в группе регламентируется Уставом образовательного учреждения.

Объем программы: продолжительность образовательного процесса - 1 учебный год, количество учебных недель - 36. Количество учебных часов по программе - 144.

Форма и режим обучения. Форма обучения - очная. Форма организации образовательной деятельности: групповая. Формы проведения занятий: практические, комбинированные. Режим занятий - 4 в неделю. Продолжительность занятия определяется возрастом обучающихся в соответствии с требованиями СП 2.4. 3648-20 №28 от 28.09.2020г.

Методы обучения:

- словесные (объяснение, инструкция, беседа)
- наглядные (показ, демонстрация)
- практические (игра, упражнение, творческое задание)

Структура занятия:

1.Организационная часть. Ознакомление с правилами поведения на занятии, техникой безопасности. Построение, поклон, ход по залу, разминка.

2.Основная часть. Постановка цели и задач занятия. Создание мотивации предстоящей деятельности. Получение и закрепление новых знаний. Релаксация. Практическая работа (упражнения, разучивание музыкально-танцевальных элементов, музыкально-подвижные игры, импровизация).

3.Заключительная часть. Релаксация (упражнения на расслабление мышц, дыхательные, на укрепление осанки). Анализ работы. Подведение итогов занятия. Построение, поклон.

Планируемые результаты освоения программы. В результате освоения программы обучающиеся получают развитие личностного и творческого потенциала через обучение основам хореографии.

Формы подведения итогов реализации программы. Контроль знаний, умений и навыков осуществляется согласно «Положению о мониторинге качества образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам» МБОУ ОСОШ. Степень достижения планируемых результатов программы определяется через наблюдение, опрос, анализ деятельности. Выявление и анализ результатов освоения программы осуществляется на этапе входного, промежуточного и итогового контроля. Показатели мониторинга включают общеучебные умения и навыки, воспитательный компонент.

Оценка результатов мониторинга оформляется в форме таблицы, рекомендованной методическим советом учреждения.

2. Учебный план

№	Раздел	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие	2		2
2	Учебно-тренировочная работа	6	72	78
3	Сценическое движение	2	50	52
4	Концертная деятельность		8	8
5	Итоговое занятие		4	4
6	Всего	10	134	144

3. Учебно-тематический план

№	Раздел, тема	Количество часов			Формы, средства контроля
		Всего	Теория	Практика	
I	Вводное занятие	2	2		
1.1	Вводное занятие	2	2		Входной контроль: опрос, наблюдение
II	Учебно-тренировочная работа	78	6	72	
2.1	Партерный экзерсис	22	1	21	Промежуточный контроль: опрос, наблюдение, анализ деятельности
2.2	Азбука музыкального движения	10	1	9	
2.3	Элементы классического танца	14	2	12	
2.4	Элементы эстрадного, спортивного танца	8		8	
2.5	Элементы современного танца	16	2	14	
2.6	Работа над репертуаром	8		8	
III	Сценическое движение	52	2	50	
3.1	Музыкально-танцевальные комбинации, игры	20		20	
3.2	Творческая деятельность	32	2	30	
IV	Концертная деятельность	8		8	
4.1	Турнир «Тонус»	4		4	
4.2	Фестиваль «Юный хореограф»	4		4	
V	Итоговое занятие	4		4	Итоговый контроль: анализ деятельности
5.1	Итоговое занятие	4		4	
	Всего	144	10	134	

4. Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие (2 ч.)

1.1. Вводное занятие.

Знакомство с учреждением, новыми воспитанниками объединения. Вводный инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в центре дополнительного образования. Требования и правила освоения программы. Определение понятий «танец», «темп», «ритм», изучение поклона.

Раздел 2. Учебно-тренировочная работа (78 ч.)

2.1 Партерный экзерсис.

Теория (1 час): экзерсис на полу. Особенности и практическая значимость упражнений: сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе и парами.

Практика (21 час):

1. Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок.

Упражнение 1. Исходное положение - сесть на колени, пятки вместе, спина ровная, руки опущены вниз. Музыкальный размер 4/4. 1 такт - поднимаем колени к груди перенося вес на пятки, руки упираются в пол ладонями около бедер, спину держать прямо. 2 такт - фиксируем данное положение, растягиваем подъем. 3 такт - передвигаем ладони назад, за стопы, колени прижать к груди, опора на пальцы. 4 такт - передвигаем ладони по полу вперед, через загнутые пальцы, переходим на подъемы, опускаем колени вниз, принимаем исходное положение.

Упражнение 2. Исходное положение - сесть на пол, ноги вперед, стопы и колени сильно вытянуты. Спина ровная. Руки вытянуты в сторону, кисти на себя. Музыкальный размер 2/4. 1 такт - сохраняя натянутость колен, сокращаем пальцы стоп. 2 такт - сохраняя натянутость колен, сокращаем подъем на себя, пальцы ног и подъемы сильно тянутся к себе, растягиваем ахилл и икроножную мышцу. 3 такт - сохраняя натянутость колен и сокращенные подъемы, загибаем пальцы ног, тянемся ими к пяткам. 4 такт - сохраняя положение загнутых пальцев, вытягиваем подъемы. Натянутость колен и прямая спина сохраняется на протяжении всего упражнения. Выбатывается сила всей ноги, эластичности связок, сила спины.

Упражнение 3. Исходное положение - лечь на пол, ноги вперед, стопы и колени сильно вытянуты. Спина ровная. Руки вытянуты в сторону, кисти на себя. Музыкальный размер 2/4. 1 такт - нога открывается вверх, пятка смотрит вверх, следить за тем, чтобы колени оставались предельно вытянутыми и обе ноги сохраняли выворотность, в момент поднимания проследить чтобы спина оставалась ровной. 2 такт - положение сохраняется. 3 такт - возвращаем в исходное положение. 4 такт - положение сохраняется. Так же делаем в сторону, назад и сокращенной стопой. При выполнении назад мы делаем лежа на животе.

2. Упражнения на развитие выворотности.

Упражнение 1. «Бабочка» Исходное положение - сесть на пол, опора на руки сзади, стопы на полу, колени прижаты к себе. Музыкальный размер 4/4. 1

такт - 1и - раскрываем колени в стороны, до пола, - 2и - вернуться в исходное положение, - 3и - раскрываем колени в стороны, до пола, - 4и - колени тянутся к полу, корпус наклоняется вперед, ладони скользят по полу. Стараемся грудь положить на стопы. 2 такт - 1и – 2и - 3и – 4и - сохраняем принятое положение, расслабляя мышцы, стараемся достать коленями до пола, а грудью до стоп. 3 такт - вернуться в исходное положение. 4 такт – пауза. Научить детей расслаблять мышцы в паху, для того чтобы они поняли, что при любой растяжке не нужно напрягаться.

Упражнение 2. «Лягушка» Исходное положение - лежа на животе, ноги согнуты, колени разведены в стороны, стопы раскрыты, полностью прижаться к полу. Руки согнуты в локтях, ладони упираются в пол около плеч. Музыкальный размер 4/4. 1 такт - вытягиваем локти, поднимаем корпус, прогибаемся назад. 2 такт - сохраняем положение, бедра и стопы прижимаем к полу, сильно прогибаем спину. 3 такт - принимаем исходное положение. 4 такт - пауза. Упражнение помогает развить выворотность в бедрах и коленях, гибкость в спине.

3. Упражнения на развитие танцевального шага.

Упражнение 1. «Махи» Исходное положение - лежа на левом боку, ноги вытянуты. Рука левая вытянута вверх, ладонью вниз, правая перед корпусом. Музыкальный размер 2/4. 1 такт - 1и - правой ногой вытянутой в колене и стопе в выворотном положении резко бросить вверх к плечу, - 2и - правую ногу в исходное положение. Повторить упражнение еще 7 раз. Затем упражнение повторяется с левой ноги. Затем лежа на спине, ноги вытянуты, руки вдоль корпуса, ладони на полу. 1 такт - 1и - правой ногой вытянутой в колене и стопе в выворотном положении резко бросить вверх груди, - 2и - правую ногу в исходное положение. Повторить упражнение еще 7 раз. Затем упражнение повторяется с левой ноги.

Упражнение 2. «Выпад» Исходное положение - глубокий выпад на правой ноге, левая отведена назад, подъем натянут. Голень правой ноги строго перпендикулярна полу. Руки на поясе. Музыкальный размер 4/4. 1 такт - 1и - 2и - сильно вытянуть колено левой ноги, так чтобы оно не касалось пола, - 3и - 4и сохранить положение. Паховые мышцы расслабляются, бедра опускаются вниз к полу. 2 такт - 1и - 2и - продолжаем расслаблять паховые мышцы и опускать бедра вниз, - 3и - 4и - вернуться в исходное положение. Упражнение повторить не менее 8 раз, затем повтор с левой ноги. Необходимо проследить, чтобы вес тела был между ног, а правая голень строго перпендикулярна полу.

4. Упражнения на растяжку нижней поверхности бедра и подколенных связок.

Упражнение 1. Исходное положение - встать на левое колено, левое бедро перпендикулярно полу. Правая нога вытянута вперед, развернута в выворотное положение. Спина прямая, руки вдоль корпуса. Музыкальный размер 4/4. 1 такт - 1и - 2и - взмахнуть руками вверх, выполняем глубокий вдох, - 3и - 4и - руки опускаются вниз, одновременно корпус с прогнутой спиной наклоняется вперед, живот прижать к бедру, спина прямая, бедра ровные, правая нога сохраняет выворотное положение. Выдох через нос. 2 такт - продолжаем растяжку. 3 такт - 1и - 2и - продолжаем растяжку, - 3и - 4и - с круглой спиной через волну принять

исходное положение. Упражнение повторить не менее 4 раз. Затем повторить с левой ноги. Следить, чтобы правое бедро оставалось перпендикулярно полу. Чувствуем сильное растяжение нижней поверхности бедра и подколенных связок.

5. Упражнения для развития гибкости в спине и подвижности позвоночника.

Упражнение 1. «Рыбка» Исходное положение - лёжа на животе, ноги вместе сильно вытянуты, руки согнуты, локти в потолок, ладони прижаты к полу около плеч. Музыкальный размер 4/4. 1 такт - 1и - вытянуть локти, поднять верхнюю часть корпуса, как можно выше. Ноги сохраняют исходное положение. Затылок тянется к пяткам, - 2и - оторвать руки от пола, перевести их наверх, сильно напрягаем мышцы спины, усиливаем прогиб, - 3и - фиксируем данное положение, - 4и - мягко возвращаемся в исходное положение. Упражнение повторить не менее 8 раз. Упражнение укрепляет мышцы спины, развивает подвижность в грудном и плечевом отделе.

Упражнение 2. «Лодочка» Исходное положение - лёжа на животе, руки под грудью, ноги вытянуть. Музыкальный размер 4/4. 1 такт - 1и - 2и - отрываем руки в сторону, грудную клетку и ноги от пола наверх, колени и локти прямые, не сгибаются, - 3и - 4и - фиксируем данное положение. 2 такт - 1и - 2и - опустились на пол, - 3и - 4и - фиксируем данное положение. Упражнение повторяем 8 раз.

Упражнение 3. «Корзинка». Исходное положение - лёжа на животе, бёдра на полу, стопы взять в руки. Музыкальный размер 4/4. 1 такт - 1и - 2и - руками вытягиваем ноги наверх, пытаюсь вытянуть в коленях, - 3и - 4и - фиксируем данное положение. 2 такт - 1и - 2и - опустились на пол, - 3и - 4и - исходное положение. Упражнение повторить 8 раз.

Упражнение 4. «Колечко» Исходное положение - лёжа на животе, руки поставить возле плеч, ноги вытянуть. Музыкальный размер 4/4. 1 такт - 1и - упираемся руками назад, плечи ровные, - 2и - сгибаются колени, - 3и - пытаемся носками коснуться головы и плеч, - 4и - сохраняем положение. 2 такт - 1и - опускаем ноги на пол, - 2и - упираемся руками назад, плечи ровные, - 3и - плавно опускаем корпус, - 4и - пауза.

Упражнение 5. «Мостик» Прогнуты назад, руки упираются ладонями в пол, встать в мост. Упражнение хорошо развивает подвижность в плечевом суставе, гибкость в грудном отделе.

2.2 Азбука музыкального движения.

Теория (1 час): характер музыки. Строение. Прослушивание и просмотр видеозаписей, построение и перестроение, точки зала, ритмические упражнения с музыкальным заданием. Основные понятия: музыка, темп, такт.

Практика (9 часов): совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм). Практическое освоение понятия «мелодия и движение». Темп (быстро, медленно, умеренно). Движение в различных темпах. Ритмические упражнения с музыкальным заданием (простой ход, бег на полупальцах). Начало и окончание движения вместе с музыкой, различение музыкальных частей. Музыкальные размеры 4/4, 2/4, 3/4. Контрастная музыка: быстрая - медленная, веселая - грустная. Определение характера музыки словами и передача изменения характера в движении по точкам зала 1-8. Построения и

перестроения. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево. Построение в колонну по одному и по два, перестроение из колонны по одному в пары и обратно, на месте и на шагах. Построение в шеренгу, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в зале, построение «цепочкой», построение «воротца». Соотнесение пространственных построений с музыкой. Музыкально-пространственные упражнения.

2.3 Элементы классического танца.

Теория (2 часа): объяснение всех выполняемых движений, их особенностей. Проговаривание всех выполняемых упражнений, наглядная демонстрация. Изучение терминологии классического танца.

Практика (12 часов): начало тренировки суставно-мышечного аппарата обучающегося. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Развитие выворотности ног и силы ног. Правильная постановка рук: кисти, пальцы, локти, плечи.

Экзерсис у станка.

1. Позиции ног – I, II, III, V.
2. Позиции рук – подготовительное положение, 1, 2, 3 позиции рук.
3. Demi pliés - по I, II и V позициям.
4. Grand pliés - по I, II, и V позициям.
5. Battements tendus из I позиции, после усвоения из V позиции - вперед, в сторону, назад.
6. Plié-soutenus - вперед, в сторону, назад.
7. Battements tendus jetés из I и V позиции вперед, в сторону, назад.
8. Demi-rond de jambe и rond de jambe par terre en dehors и en dedans (вначале объясняется понятие en dehors и en dedans).
9. Положение sur le cou de pied – спереди, сзади и обхватное.
10. Battements fondus - вперед, в сторону, и назад носком в пол.
11. Battements frappés - вперед, в сторону, и назад носком в пол.
12. Battements retires sur le cou-de-pied.
13. 1-oe port de bras.
14. Battements releves lent на 45° и на 90° из I и V позиции вперед, в сторону, и назад.
15. Grands battements jetes из I и V позиций вперед, в сторону, и назад.
16. Перегибы корпуса в сторону, назад (лицом к станку).
17. Relevés на полупальцах в I, II, V позициях с вытянутых ног и с demi - plies.
18. Pas de bourrée с переменной ног (лицом к станку).

Экзерсис на середине зала.

1. Позиции ног - I, II, III, V.
2. Позиции рук - подготовительное положение, 1,2,3 позиции.
3. Demi-pliés по I, II и V позициям en face.
4. Grand plies в I и II позициям en face.

5. Battements tendus: из I и V позиций во всех направлениях; с demi-pliés во всех направлениях.
6. Plié-soutenus во всех направлениях.
7. Demi-rond de jambe par terre en dehors и en dedans.
8. Relevés в I и II позициях на полупальцах (с вытянутых ног, с demi-plies).
9. 1-e port de bras.

Allegro

Первоначально все прыжки изучаются лицом к станку.

1. Temps sauté по I, II, и V позициям.
2. Pas échappé выполняется из V позиции во II, из II в V позицию. Ноги сохраняют исходное положение.
3. Changement de pieds - это прыжок из пятой позиции в пятую со сменой ног. В максимальной точке прыжка ноги втянуты в первоначальную пятую позицию. Смена ног происходит при приземлении.
4. Трамплинные прыжки - поджатые, разножки, прыжки на одной ноге и прочие разновидности подскоков.
5. Pas balance - это танцевальный элемент, который означает «раскачивать, качели».

2.4 Элементы эстрадного, спортивного танца.

Практика (8 часов): особенности танцевальных стилей, движений танцев.

Особенности эстрадного танца. Музыка, стиль, модерн, костюмы.

Позиции рук - показ педагогом. Простейшие композиции. Работа рук, тела, головы, корпуса, в разных направлениях эстрадного танца. Работа корпуса, ног головы в современном танце. Простейшие поддержки.

Композиция из элементов эстрадного танца. Ритмические построения комбинаций.

2.5 Элементы современного танца.

Теория (2 час): виды разогрева в современном танце. Основные правила swing. Особенности работы и построения комбинаций в современном танце. Изучение основных вращений. Усложнение основных шагов. Изучение особенностей работы с полом. Правила исполнения основных позиций и положений в partner.

Практика (14 часов):

- Contractjon - контракшен (Сжатие к центру, общее и изолированное);
- Release - релиз (растяжение от центра, может быть общим и изолированным);
- Swing - Свинг (раскачивание тела и его частей);
- Plie с элементами Contemporary dance;
- Battement tendu с элементами Contemporary dance;
- Jete с элементами Contemporary dance;
- Rond с элементами Contemporary dance;
- Grand battement jete с элементами Contemporary dance;
- Этюд;
- Работа по диагонали.

2.6 Работа над репертуаром.

Практика (8 часов): постановка танцев, отработка движений, техника исполнения.

Раздел 3. Сценическое движение (52 ч.)

3.1 Музыкально-танцевальные комбинации, игры.

Практика (20 часов): танцевальные комбинации на основе выученных элементов. Вырабатывать выразительность, точность и индивидуальность в манере исполнения комбинаций. Положительно воздействовать на эмоциональное состояние обучающихся при помощи музыки. Постановка танцевальных номеров.

3.2 Творческая деятельность

Теория (2 часа): культура поведения и общения во время массовых мероприятий. Особенности и принципы создания этюдов. Музыкально-пластическая импровизация. Выразительность в сценическом движении. Синтез движений и эмоций в сценическом движении. Осанка, походка, поклон в сценическом движении.

Практика (30 часов): выступление с готовыми танцами на мероприятиях, посвященных «Дню народного единства», новогодних представлениях, «Дню защитника Отечества», «8 Марта», творческий отчет и др.

Раздел 4. Концертная деятельность (8 ч.)

Практика (8 часов): подготовка, представление хореографических постановок в рамках фестиваля «Юный хореограф», турнира аэробики «Тонус» и др.

Раздел 5. Итоговое занятие (4 ч.)

Практика (4 часа): отчетный концерт. Подведение итогов за учебный год.

5. Планируемые результаты

В результате освоения программы обучающиеся получают развитие личностного и творческого потенциала через обучение основам хореографии.

Обучающиеся будут знать:

- основные хореографические термины;
- различные танцевальные шаги, рисунки движений;
- танцевальные композиции;
- элементы классического, эстрадно-спортивного танца

Обучающиеся приобретут умения и навыки:

- музыкально-ритмические;
- различных танцевальных шагов, движений;
- классического танца, хореографических постановок;
- перестроений, танцевальных композиций.

Обучающиеся получают опыт:

- исполнения танцевальных композиций, хореографических постановок;
- проявления творчества, импровизации;
- сотрудничества.

6. Календарный учебный график

Дата	Количество часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма, средства контроля
1 неделя	2	Вводное занятие	Теоретическое, практическое	Опрос, наблюдение анализ деятельности
	2	Партерный экзерсис Танцевальный поклон		
2 неделя	4	Партерный экзерсис Танцевальный поклон	практическое	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
3 неделя	2	Азбука музыкального движения	практическое	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Музыкально-танцевальные комбинации, игры	практическое	
4 неделя	2	Элементы классического танца	практическое	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Творческая деятельность	практическое	
5 неделя	2	Элементы эстрадного, спортивного танца	практическое	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Творческая деятельность	практическое	
6 неделя	2	Партерный экзерсис	практическое	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Музыкально-танцевальные комбинации, игры		
7 неделя	2	Азбука музыкального движения	практическое	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Музыкально-танцевальные комбинации, игры	практическое	
8 неделя	2	Элементы классического танца	практическое	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Творческая деятельность	практическое	
9 неделя	2	Партерный экзерсис	практическое	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Работа над репертуаром		
10 неделя	2	Элементы эстрадного,	практическое	Наблюдение, опрос, анализ деятельности

	2	спортивного танца	еское	
		Работа над репертуаром	практич еское	
11 неделя	2	Азбука музыкального движения	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Музыкально-танцевальные комбинации, игры	практич еское	
12 неделя	2	Элементы классического танца	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Творческая деятельность	практич еское	
13 неделя	2	Партерный экзерсис	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Элементы современного танца		
14 неделя	2	Элементы эстрадного, спортивного танца	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Творческая деятельность	практич еское	
15 неделя	2	Азбука музыкального движения	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Музыкально-танцевальные комбинации, игры	практич еское	
16 неделя	2	Элементы классического танца	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Творческая деятельность	практич еское	
17 неделя	2	Партерный экзерсис	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Творческая деятельность		
18 неделя	2	Элементы эстрадного, спортивного танца	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Творческая деятельность	практич еское	
19 неделя	2	Азбука музыкального движения	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
		Музыкально-танцевальные	практич	

	2	комбинации, игры	еское	
20 неделя	2	Элементы классического танца	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Творческая деятельность	практич еское	
21 неделя	2	Партерный экзерсис	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Творческая деятельность		
22 неделя	2	Работа над репертуаром	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Партерный экзерсис		
23 неделя	2	Музыкально-танцевальные комбинации, игры	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Творческая деятельность	практич еское	
24 неделя	2	Элементы классического танца	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Работа над репертуаром		
25 неделя	2	Партерный экзерсис	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Элементы современного танца		
26 неделя	2	Элементы классического танца	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Творческая деятельность	практич еское	
27 неделя	2	Музыкально-танцевальные комбинации, игры	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Элементы современного танца		
28 неделя	2	Элементы современного танца	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Творческая деятельность		
29 неделя	2	Партерный экзерсис	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Творческая деятельность		

30 неделя	4	Концертная деятельность	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
31 неделя	2	Музыкально-танцевальные комбинации, игры	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Элементы современного танца		
32 неделя	2	Элементы современного танца	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Творческая деятельность		
33 неделя	2	Элементы современного танца	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Творческая деятельность		
34 неделя	4	Концертная деятельность	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
35 неделя	2	Музыкально-танцевальные комбинации, игры	практич еское	Наблюдение, опрос, анализ деятельности
	2	Элементы современного танца		
36 неделя	4	Итоговое занятие	практич еское	Анализ деятельности
Всего	144			

7. Условия реализации программы

Форма реализации программы - очная.

С целью реализации личностного потенциала обучающихся возможно обучение по индивидуальному образовательному маршруту.

Способы реализации индивидуального образовательного маршрута:

1. Углубленное изучение одной из тем программы.
2. Групповое консультирование по отдельному вопросу или теме программы.
3. Самостоятельное изучение отдельного вопроса или темы программы с консультацией педагога в процессе выполнения заданий, через наставничество «ученик-ученик».
4. Практическая деятельность, обеспечивающая выработку навыков самостоятельной творческой работы.

Структура индивидуального образовательного маршрута (ИОМ):

1. Название ИОМ
2. ФИО обучающегося, возраст, личностная характеристика
3. Целевой компонент: цель, задачи
4. Содержательный компонент
5. Технологический компонент
6. Диагностический компонент: ожидаемый результат, формы его отслеживания
7. Контролирующий компонент

Материально-техническое обеспечение:

1. Учебный кабинет для реализации программы, отвечающий требованиям СП 2.4. 3648-20 №28 от 28.09.2020г.
2. Специальное оборудование: фортепиано, аудиоаппаратура, видеокассеты, DVD - диски, MP3 диски, флеш-карты, мячи, скакалки, обручи, коврики.
3. Демонстрационный материал: видеоматериал, аудиоматериал.

Требования к подготовке педагога: педагогу, реализующему программу, необходимо соответствовать требованиям Профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (утв. Приказом Минтруда от 22 сентября 2021 г. № 652н).

8. Система оценки достижения планируемых результатов

Контроль знаний, умений и навыков осуществляется согласно «Положению о мониторинге качества образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам» Филиала муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Открытая (сменная) общеобразовательная школа» Муниципальный центр дополнительного образования.

Показатели и содержание мониторинга

1. Общеучебные умения и навыки.

Теоретическая подготовка: теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы). Владение специальной терминологией.

Практическая подготовка: соответствие практических умений и навыков программным требованиям. Творческие навыки.

Общеучебные умения и навыки: творческое задание. Умение слушать и слышать педагога, выступать перед группой. Умение организовать рабочее место, соблюдение правил безопасности, ответственность в работе.

2. Воспитательный компонент.

Личностные компетенции: организационно-волевые качества. Навыки самоконтроля.

Познавательная мотивация: осознанное участие обучающегося в освоении образовательной программы, интерес к занятиям.

Социальные компетенции: выполнение правил, норм поведения. Навыки сотрудничества.

Уровни освоения программы

1. Общеучебные умения и навыки.

Низкий уровень (1балл) – обучающийся овладел менее, чем $\frac{1}{2}$ объёма знаний, умений, навыков, предусмотренных программой, избегает употреблять специальные термины. Испытывает затруднения при работе, выполняет простейшие практические задания. Затрудняется в выполнении инструкций педагога, организации рабочего места, соблюдении правил безопасности.

Средний уровень (3балла) - объём усвоенных знаний, умений, навыков составляет более $\frac{1}{2}$, сочетает специальную терминологию с бытовой. Выполняет задания на основе образца. Выполняет инструкции, организует рабочее место, соблюдает правила безопасности под контролем педагога.

Высокий уровень (5баллов) - освоил практически весь объём знаний, умений, навыков, предусмотренных программой, специальные термины употребляет осознанно. Работает самостоятельно, выполняет задания с элементами творчества. Выполняет инструкции, организует рабочее место, соблюдает правила безопасности.

2. Воспитательный компонент.

Низкий уровень (1балл) – волевые качества, умения контролировать действия сформированы не в соответствии с возрастом. Требуется контроль педагога. Участие в освоении программы продиктовано извне, сам обучающийся интерес к занятиям не проявляет. Нормы поведения сформированы не в соответствии с

возрастом. Периодически провоцирует конфликты. Избегает коллективной деятельности.

Средний уровень (3балла) - волевые качества, умения контролировать действия сформированы в соответствии с возрастом. Периодически требуется контроль педагога. Участие в освоении образовательной программы продиктовано извне, сам обучающийся интерес к занятиям проявляет периодически. Нормы поведения сформированы в соответствии с возрастом. В коллективную деятельность включается под руководством педагога.

Высокий уровень (5баллов) - волевые качества, умения контролировать действия сформированы в соответствии с возрастом. Участие в освоении программы принято обучающимся самостоятельно, активно проявляет интерес к занятиям. Нормы поведения сформированы в соответствии с возрастом, может самостоятельно разрешить конфликтную ситуацию. Активный, инициативный в коллективной деятельности.

Сведения мониторинга оформляются в таблицу, рекомендованную методическим советом учреждения.

Таблица

Результаты освоения
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

ФИО обучающегося	Общеучебные умения и навыки									Воспитательный компонент									Предметные достижения				
	Теоретическая подготовка			Практическая подготовка			Общеучебные умения и навыки			Личностные компетенции			Познавательная мотивация			Социальные компетенции			ОУ	Мун.	Рег.	Фед.	Межд.
	Н	С	В	Н	С	В	Н	С	В	Н	С	В	Н	С	В	Н	С	В					

Диагностический инструментарий для изучения степени удовлетворенности обучающихся и родителей:

1.Методика изучения удовлетворенности родителей(модифицированная методика, разработанная А.А.Андреевым «Методика изучения удовлетворенности родителей работой образовательного учреждения»)

2.Методика изучения удовлетворенности обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

(разработана на основе методики «Изучение удовлетворенности учащихся школьной жизнью», авт. А.А. Андреев).

9. Воспитательная деятельность

9.1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

Задачами воспитания по программе являются:

1. Усвоение обучающимися знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций художественной культуры.
2. Формирование и развитие личностного отношения, нравственной позиции, уважения и восприимчивости к разным видам искусства.
3. Приобретение опыта межличностных и социальных отношений, художественного творчества как социально значимой деятельности.

Целевые ориентиры воспитания детей по программе (ожидаемые результаты):

1. Понимание и принятие норм духовно-нравственных ценностей, традиций художественной культуры.
2. Формирование личностного отношения, нравственной позиции, уважения и восприимчивости к разным видам искусства.
3. Освоение опыта межличностных и социальных отношений, художественного творчества как социально значимой деятельности.

9.2. Формы и методы воспитания

Усвоение знаний о нормах, духовно-нравственных ценностях, традициях обеспечивается информированием детей и организацией общения между ними. Формирование и развитие личностных отношений к нравственным нормам реализуется через вовлечение детей в различную деятельность, организацию их активностей. Опыт нравственного поведения, практика реализации нравственных позиций, обеспечивают формирование способности к нравственному отношению к собственному поведению и действиям других людей.

Основной формой воспитательной деятельности является учебное занятие. В ходе учебных занятий в соответствии с предметным и метапредметным содержанием программы обучающиеся: усваивают необходимую информацию, имеющую воспитательное значение; получают опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации; осознают себя способными к нравственному выбору; участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития, творческой самореализации.

Практические занятия: подготовка к концертам, конкурсам, турнирам - способствуют усвоению и применению правил поведения и коммуникации, формированию позитивного и конструктивного отношения к событиям, в которых они участвуют, к членам своего коллектива.

Итоговые мероприятия: выступления, фестивали, концерты - способствуют закреплению ситуации успеха, развивают рефлексивные и коммуникативные умения, ответственность, благоприятно воздействует на эмоциональную сферу детей.

Приобретению социокультурного опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений, применению полученных знаний на практике способствует привлечение обучающихся к участию в фестивалях, праздниках.

В воспитательной деятельности с детьми по программе используются **методы воспитания:**

- метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение);
- метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей);
- метод упражнений (приучения);
- методы одобрения и осуждения поведения детей, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных особенностей детей младшего возраста) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного);
- метод переключения в деятельности;
- методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании;
- методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

9.3. Условия воспитания, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского объединения на базе образовательного учреждения в соответствии с нормами и правилами работы учреждения и на других площадках, где проводятся различные мероприятия с участием детского объединения, с учетом правил и норм деятельности на этих площадках. Для достижения задач воспитания при реализации образовательной программы в учреждении создаются и поддерживаются все необходимые условия физической безопасности, комфорта, активностей детей и обстоятельств их общения, социализации, признания, самореализации, творчества.

Анализ результатов воспитания детей, результативности воспитательной деятельности в процессе реализации программы осуществляется:

- методом педагогического наблюдения (оценивается поведение и личностное отношение детей к различным ситуациям и мероприятиям, общение и отношения детей друг с другом, в коллективе, отношения с педагогом и др.)

- оценкой творческих работ (оценивается умение применять имеющиеся знания норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество, личностные результаты освоения программы и личностные качества каждого ребёнка, результаты социокультурного опыта).

Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, беседы с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Анализ результатов воспитательной деятельности направлен на получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определенных в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся и конкретного ребенка. Результаты, полученные в процессе оценки достижения целевых ориентиров воспитания используются для планирования дальнейшей работы педагога и используются только в виде обобщенных и анонимных данных.

Оценка результатов воспитательной деятельности осуществляется с помощью оценочных средств с определенными показателями и тремя уровнями выраженности оцениваемых качеств: высокий, средний и низкий уровень согласно «Положению о мониторинге качества образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам» Филиала муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Открытая (сменная) общеобразовательная школа» Муниципальный центр дополнительного образования.

9.4. Календарный план воспитательной работы

№	Название события, мероприятия	Сроки (месяц)	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события/мероприятия
1	«День открытых дверей»	сентябрь	Учебное занятие на уровне творческого объединения	Фотоматериалы в сообществе МЦДО в социальной сети, официальной группе объединения https:// vk.com/)
2	«Отражение»	октябрь	Фотоконкурс на уровне ОУ	Фотоматериалы в сообществе МЦДО в социальной сети, официальной группе объединения https:// vk.com/)
3	«Тонус»	ноябрь	Турнир по аэробике на уровне ОУ	

4	«Встреча зимним днем»	декабрь	Концерт для родителей на уровне ОУ	Фотоматериалы, информация в сообществе МЦДО в социальной сети, официальной группе объединения https:// vk.com/)
5	«Новый год из года в год»	декабрь	Праздник на уровне творческого объединения	Фотоматериалы, информация в официальной группе объединения https:// vk.com/)
6	«Весеннее настроение»	март	Концерт для родителей на уровне ОУ	Фотоматериалы, информация в сообществе МЦДО в социальной сети, официальной группе объединения https:// vk.com/)
7	«Юный хореограф»	март	Фестиваль детского творчества на уровне ОУ	Фотоматериалы, информация в сообществе МЦДО в социальной сети, официальной группе объединения https:// vk.com/)
8	«Радуга над морем»	апрель	Фестиваль детского творчества на уровне ОУ	Фотоматериалы, информация в сообществе МЦДО в социальной сети, официальной группе объединения https:// vk.com/)
9	Флешмоб «Весна Победы»	май	Мероприятие на уровне ОУ	Фотоматериалы, информация в сообществе МЦДО в социальной сети, официальной группе объединения https:// vk.com/)
10	Отчетный концерт	май	Отчетный концерт на уровне ОУ	Информация на сайте ОУ, в сообществе МЦДО в социальной сети, официальной группе объединения https:// vk.com/)

10. Список информационных источников

Нормативно-правовые документы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. № 678-р);
3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 года №629);
4. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи. СП 2.4.3648-20, утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. №28;
5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо министерства образования и науки РФ от 18.11.2015г. № 09-3242);
6. Регламент независимой оценки качества дополнительных общеобразовательных программ, утвержденный распоряжением министерства образования Архангельской области от 02 ноября 2023г. №1913;
7. Устав Муниципального бюджетного образовательного учреждения «Открытая (сменная) общеобразовательная школа г.Онеги»;
8. Положение о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах филиала Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Открытая (сменная) общеобразовательная школа г.Онеги» Муниципальный центр дополнительного образования, принято решением педсовета, протокол №8 от 20.11.2023г.;
9. Положение о мониторинге качества образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам, принято решением педсовета, протокол №8 от 20.11.2023г.

Литература для педагога:

1. Александрова Н.А.: Танец модерн. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2007.
2. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. – М., 2006
3. Барышкинова Т. Азбука хореографии. – М., 1999
4. Бочаров А.И., Лопухов А.В., Ширлев А.В. Основы характерного танца. – М., 2006
5. Ваганова А.Я., Основы классического танца. – СПб., 2003
6. Васильева-Рождественская Н.В. Историко-бытовой танец. – М., 1987
7. Захаров В.М. Танцы народов мира / В.М. Захаров. В 2 т.-М.,2001
8. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов-на-Дону, Феникс 2003
9. Золотарева А.В. Дополнительное образование детей.

10. Интегрированные занятия с детьми 6-8 лет: Книга для педагогов дополнительного образования и учителей начальных классов/Под ред. Т.С.Комаровой. – 2-е изд. – М.: АРКТИ, 2003. – 96 с. (Развитие и воспитание дошкольника).
11. Конова Е. Ритмика. – М., 1997
12. Кюль Т.: Энциклопедия танцев от А до Я. – М.:Мой мир,2008.
13. Левинсон А.Я.: Старый и новый балет. Мастера балета. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2008.
14. Лифиц И.В. Ритмика. – М., 1992
15. Никитин В. Модерн – джаз-танец: начало обучения / В.Никитин – М.,1988.
16. Пасотинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985
17. Пуртова Т.В.: Учите детей танцевать. – М.:Владос,2003
18. Ритмика и танец. – М., 1972
19. Руднева С. Фиш Э. Ритмика Музыкальное движение. – М., 1972
20. Смирнова А. Искусство балетмейстера. – М., 1984
21. Танцы для детей. – М., 1982
22. Танцы – начальный курс. – М., 2001
23. Тарасов Н. Классический танец. – СПб, 2005
24. Шипилина И.А.: Хореография в спорте. – Ростов на/Д: Феникс,2004
25. Шипилова С.Г. Танцевальные упражнения. – М., 2004
26. Школа танцев для юных. – СПб., 2003

Литература для обучающихся и родителей

1. Браиловская Л.В., Володина О.В., Цыганкова Р.В. Танцуют все. – Ростов-на-Дону 2007
2. Беликова А.Н., Пуртова Т.В., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2003
3. Белостоцкая Е.М., Виноградова Т.Ф. Каневская Л.Я. Гигиенические основы воспитания детей. – М., 1987
4. Васильева Т.К. Секрет танца. – СПб., 1997
5. Конова Е. Ритмика. – М., 1997
6. Лифиц И.В. Ритмика. – М., 1992
7. Пасотинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985
8. Танцы для детей. – М., 1982
9. Танцы – начальный курс. – М., 2001
10. Тарасов Н. Классический танец. – СПб., 2005
11. Шипилова С.Г. Танцевальные упражнения. – М., 2004
12. Шукшина З. Ритмика. – М., 1976
13. Школа танцев для юных. – СПб., 2003