

**Муниципальное казённое образовательное учреждение дополнительного  
образования «Центр творческого развития и гуманитарного  
образования «Воспитание»**

Рассмотрено  
на заседании педагогического совета  
от 27.08.2025 г.,  
протокол № 1

Утверждаю:  
Приказ № 114-од от 29.08. 2025 г  
Директор Центра «Воспитание»  
О.В.Титова



**Рабочая программа  
«Танцевальная азбука»**

Год обучения  
Возраст обучающихся: 5-8 лет  
Группы №1

Автор-составитель:  
Пухомелина Ирина Петровна,  
педагог дополнительного образования

Мещовск, 2025г.

## Пояснительная записка

1.	<b>Направленность</b> дополнительной общеразвивающей программы	Художественная
2.	<b>Уровень сложности</b> дополнительной общеразвивающей программы	Стартовый
3.	<p><b>Особенности обучения</b> в текущем учебном году по дополнительной общеразвивающей программе: особенности реализации <u>содержания, подготовка к знаменательным датам, юбилеям детского объединения, учреждения, реализация проектов</u>).</p> <p><b>Изменения содержания</b>, необходимые для обучения <u>в текущем учебном году</u> и их обоснование (информация об <u>изменении содержательной части</u> дополнительной общеразвивающей программы, обоснование изменений (причины замены тем)</p>	Направленность на формирование у учащихся основ хореографического искусства, развитие артистических, исполнительских способностей, высокого общефизического, социального, интеллектуального, нравственного уровня.
4.	<p><b>Особенности организации</b> образовательного процесса по дополнительной общеразвивающей программе с указанием:</p> <p>количества учебных часов по дополнительной общеразвивающей программе;</p> <p>количества учебных часов согласно расписанию;</p> <p>информации об изменении сроков и/или времени изучения отдельных тематических блоков (разделов, модулей) с указанием причин и целесообразности изменений, описание резервов, за счет которых они будут реализованы</p>	Учитывая требования современного дополнительного образования, данная программа реализует основные идеи и цели дополнительного образования. Адаптация и совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяет осуществить комплексную хореографическую подготовку детей к дальнейшему обучению в хореографической студии. Количество учебных часов:144 часа.
5.	<b>Цель</b> рабочей программы на <u>текущий</u> учебный год для конкретной учебной группы	Содействие всестороннему развитию личности, приобщение детей к танцевальному искусству, развитию их художественного вкуса и физического совершенства.
6.	<b>Задачи</b> на текущий учебный год для конкретной учебной группы	<b>Обучающие</b> – развить познавательный интерес к танцевальной деятельности, развить психические функции,

		<p>совершенствовать психомоторику, приобрести навыки выразительности, пластичности, приобрести навыки внимания, памяти, мышления.</p> <p><b>Развивающие</b> – развить мотивацию к музыкально-танцевальному виду деятельности, потребность к самостоятельному развитию своих физических и музыкальных способностей, развить коммуникативные навыки посредством выполнения совместных движений, развить чувство ритма, музыкальности, выразительности, развить мышечную память.</p> <p><b>Воспитательные</b> – формировать у обучающихся активные жизненные позиции, культуру общения и поведения в социуме, бережное отношение к своему здоровью, воспитать чувство коллективизма и ответственности за общее дело, воспитать чувство взаимопомощи, уважения к партнерам по танцу, воспитать этические и моральные нормы.</p>
7.	<p><b>Режим занятий в текущем учебном году</b> (указать продолжительность и количество занятий в неделю со всеми <u>вариантами и обоснованием выбора варианта</u>, продолжительность учебного часа, если она отличается от академического часа)</p>	<p>Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, продолжительность 1 академического часа установлено 40 мин. Занятия проводятся в группе с применением индивидуального подхода.</p>
8.	<p><b>Формы занятий</b> (пояснить, чем обусловлен <u>выбор конкретных форм учебных занятий и их сочетание между собой</u>)</p>	<p>Формы занятий: коллективные, групповые, индивидуальные. Занятия бывают теоретические, практические. Они в свою</p>

		очередь включают в себя контрольные, зачетные занятия, показательные выступления и концерты.
9.	<b>Ожидаемые результаты в <u>текущем учебном году</u> и <u>форма проведения промежуточной и итоговой аттестации</u></b>	<p>Учащиеся знают:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ более сложные хореографические понятия;</li> <li>✓ хореографические термины;</li> <li>✓ приемы мышечного расслабления;</li> <li>✓ понятия «пластика», «память физических действий»;</li> <li>✓ основные позиции рук, ног.</li> </ul> <p>Учащиеся умеют:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ правильно и четко исполнять выученный материал;</li> <li>✓ способны к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений;</li> <li>✓ видеть, понимать и помогать партнеру;</li> <li>✓ эмоционально и выразительно себя раскрыть;</li> <li>✓ быстро запоминать материал;</li> <li>✓ исполнять концертные номера.</li> </ul>

## 2. Календарно-тематический план

№ п/п	Название, раздел, тема	Количество часов			Дата занятий
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Раздел1. Введение</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>1.1</b>	Вводное занятие. Инструктожи	2	1	1	
	Беседа о	2	1	1	

<b>1.2</b>	хореографических дисциплинах.				
<b>2</b>	<b>Раздел 2. Музыкально ритмические упражнения</b>	<b>12</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	
<b>2.1.</b>	Упражнение для мышц спины, обеспечивающих правильную осанку	2	1	1	10.09
<b>2.2</b>	Упражнение в положении лежа, сидя.	2	1	1	17.09
<b>2.3</b>	Упражнения для развития подвижности позвоночного столба	2	1	1	19.09
<b>2.4</b>	Упражнения для позвоночника стоя, сидя, лёжа	2	1	1	24.09
<b>2.5</b>	Упражнения для развития стопы	2	1	1	26.09
<b>2.6</b>	Упражнения на развитие гибкости	2	1	1	01.10
<b>3</b>	<b>Раздел 3. Партерный экзерсис.</b>	4	2	2	
<b>3.1</b>	Упражнения на напряжение и расслабление мышц	2	1	1	09.01.2025
<b>3.2</b>	Упражнения на развитие выворотности ног, танцевального шага	2	1	1	14.01
<b>4</b>	<b>Раздел 4. Танцевальные элементы и комбинации</b>	14	7	7	
<b>4.1</b>	Танцевальный шаг с продвижением	2	1	1	20.03

	вперед, назад, в сторону.				
<b>4.2</b>	Шаги на полупальцах с продвижением.	2	1	1	25.03
<b>4.3</b>	Шаги с высоким подниманием колена на всей стопе, на полупальцах.	2	1	1	27.03
<b>4.4</b>	Бег, сгибая колени, вынося прямую ногу вперед, назад.	2	1	1	01.04
<b>4.5</b>	Подскоки.	2	1	1	03.04
<b>4.6</b>	Галоп с вытянутыми коленями и стопами	2	1	1	08.04
<b>4.7</b>	Галоп на смягченных коленях с невытянутыми стопами.	2	1	1	10.04
<b>5</b>	<b>Раздел 5. Танцевальная импровизация</b>	2	1	1	
<b>6.</b>	<b>Раздел 6. Постановка корпуса у станка и на середине зала</b>	4	2	2	13.05
<b>6.1</b>	Постановка стопы. Фиксация коленей	2	1	1	15.05
<b>6.2</b>	Упражнения на фиксацию бедер, пресса, диафрагмы, плеч, шеи, подбородка.	2	1	1	20.05
<b>7.</b>	<b>Раздел 7. Экзерсис устанка</b>	66	33	33	
<b>7.1</b>	Позиция ног - I	2	1	1	27.05
<b>7.2</b>	Позиция ног – II.	2	1	1	29.05
<b>7.3</b>	Позиция ног - III,	2	1	1	
<b>7.4</b>	Позиция ног - V	2	1	1	

<b>7.5</b>	Подготовительное положение рук.	2	1	1	
<b>7.6</b>	Позиция рук – 1.	2	1	1	
<b>7.7</b>	Позиция рук -2.	2	1	1	
<b>7.8</b>	Позиция рук – 3.	2	1	1	
<b>7.9</b>	Demi - plies по I позиции ног.	2	1	1	
<b>7.10</b>	Demi - plies по II позиции ног.	2	1	1	
<b>7.11</b>	Demi - plies по III позиции ног.	2	1	1	
<b>7.12</b>	Demi - plies V позиции ног	2	1	1	
<b>7.13</b>	Demi - plies по I, II.	2	1	1	
<b>7.14</b>	Demi - plies по I, II, III, V п, grand – plies	2	1	1	
<b>7.15</b>	grand – plies по II позиции ног.	2	1	1	
<b>7.16</b>	Demi - plies по I, II, III, V п, grand – plies	2	1	1	
<b>7.17</b>	Battements tendus с I п. в сторону.	2	1	1	
<b>7.18</b>	Battements tendus с I п.вперед.	2	1	1	
<b>7.19</b>	Battements tendus с I п назад.	2	1	1	
<b>7.20</b>	Battements tendus с V п. в сторону.	2	1	1	
<b>7.21</b>	Battements tendus с V п. Вперед.	2	1	1	
<b>7.22</b>	Battements tendus с V п. Назад.	2	1	1	
<b>7.23</b>	passe par terre (через I п.)	2	1	1	
<b>7.24</b>	Понятие направления en dehors et en dedans	2	1	1	
<b>7.25</b>	Demi - rond de jambe par terre en dehors.	2	1	1	
<b>7.26</b>	Demi - rond de	2	1	1	

	jambe par terre en dedans.				
<b>7.27</b>	Rond de jambe par terre en dehors.	2	1	1	
<b>7.28</b>	Rond de jambe par terre en dedans.	2	1	1	
<b>7.29</b>	Relevés на полупальцы в I п.	2	1	1	
<b>7.30</b>	Relevés на полупальцы во II п.	2	1	1	
<b>7.31</b>	Relevés на полупальцы в V п.	2	1	1	
<b>7.32</b>	Перегибание корпуса в сторону.	2	1	1	
<b>7.33</b>	Перегибание корпуса назад и в сторону.	2	1	2	
<b>8</b>	<b>Раздел 8. Экзерсис на середине зала.</b>	12	6	6	
<b>8.1</b>	Изучение поклона	2	1	1	
<b>8.2</b>	Позиции ног - I,II.	2	1	1	
<b>8.3</b>	Позиции ног – III V.	2	1	1	
<b>8.4</b>	Позиции рук - подготовительное положение, 1 п.	2	1	1	
<b>8.5</b>	Позиции рук - 2,3.	2	1	1	
<b>8.6</b>	Port de bras – подготовительное,I .	2			
<b>9</b>	<b>Раздел 9. Постановочная и концертная деятельность.</b>	20	7	23	
<b>9.1</b>	Техника исполнения движений (темп, ритм).	2	1	1	
<b>9.2</b>	Актерское мастерство - пространство	2	1	1	
<b>9.3</b>	Актерское	2	1	1	



	мастерство - образ				
<b>9.4</b>	Работа с репертуаром	2	-	2	
<b>9.5</b>	Работа с репертуаром	2	-	2	
<b>9.6</b>	Работа с репертуаром	2	-	2	
<b>9.7</b>	Работа с репертуаром	2	-	2	
<b>9.8</b>	Работа с репертуаром	2	1	2	
<b>9.9</b>	Работа с репертуаром	2	1	1	
<b>9.10</b>	Работа с репертуаром	2	2	-	
<b>10</b>	<b>Повторение пройденного материала.</b>	8	4	4	
<b>10.1</b>	Повторение упражнений у станка	2	1	1	
<b>10.2</b>	Повторение упражнений на середине	2	1	1	
<b>10.3</b>	Повторение танцевальных комбинаций	2	1	1	
<b>10.4</b>	Повторение танцевальных этюдов	2	1	1	
<b>11</b>	<b>Промежуточная и контрольная аттестация.</b>	4	2	2	
<b>11.1</b>	Промежуточная аттестация по итогам 1-го полугодия	2	1	1	
<b>11.2</b>	Промежуточная аттестация по итогам 2-го полугодия	2	1	1	
	<b>Итого часов:</b>	144			

### 3. Список литературы.

Список литературы для учащихся:

- Бочкарева, Н.И. Ритмика и хореография [Текст]/Н.И. Бочкарева.– Кемерово, 2000. – 101 с.
- Венгер, *Н.Ю.* Путь к развитию творчества / Н.Ю. Венгер.– М.: Просвещение, 2000.
- Горшкова, *Е.В.* О музыкально-двигательном творчестве в танце / Е.В. Горшкова. – М.: Дошкольное воспитание, 1991. – 150с.
- Зенн *Л. В.* Всестороннее развитие ребенка, средствами музыки и ритмических движений на уроках ритмики // <http://www.kindergenii.ru>
- Зимина, А.Н. Основы музыкального воспитания и развития детей младшего возраста / А.Н. Зимина. М.: Владос, 2000.
- Информационная справка по вопросам деятельности ДШИ / Багаева И.М.; Маяровская Г.В., – М.; 2007г. – 16 с.
- Киселева, Е.А. Основные концепции творческих способностей / Е.А. Киселева [Электронный ресурс] МПГУ <http://www.ucheba.com/met>
- Куцакова, Л В. Воспитание ребенка дошкольника / Л.В. Куцакова, С.И. Мерзлякова. – М.: Владос, 2003.
- Пуртова Т.В., Беликова А.Н., О.В. Кветная. Учите детей танцевать. – М.: Владос, 2003. – С.6.
- Ушакова Е.Е. Основные положения методики творческих игр на уроках ритмики <http://www.openclass.ru>

Список литературы для родителей:

1. Бочкарева, Н.И. Развитие творческих способностей детей на уроках ритмики и хореографии [Текст]/Н.И. Бочкарева.– Кемерово, 1998.– 63 с.
2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. С . – Петербург, 2000. – С5.
3. Буренина, А.И. Коммуникативные танцы – игры для детей: учебное пособие/ А.И. Буренина. – СПб.: Издательство “Музыкальная палитра”, 2004.
4. Колодницкий, Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей / Г.А. Колодницкий. – М.: Гном-Пресс, 2000. – 61с.
5. Пуляева Л.Е. Некоторые аспекты методики работы с детьми в хореографическом коллективе: Учебное пособие. Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2001. – 80 с.
6. Савенков И.А. Одаренные дети в детском саду и школе, стр. 5.
7. Содержание работы по музыкально-ритмическому воспитанию детей. <http://detsk-sad2.narod.ru>



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 652185396560566351996131268363309912619724340093

Владелец Титова Ольга Витальевна

Действителен с 17.11.2025 по 17.11.2026