

Администрация муниципального округа города Кировска
с подведомственной территорией Мурманской области

МУНИЦИПАЛЬНАЯ АВТОНОМНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «ХИБИНЫ» ГОРОДА КИРОВСКА»

Принята на заседании
педагогического совета
от «15» мая 2025 г.
Протокол № 3



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности

«Танцевальная мозаика»

Возраст обучающихся – 5-6 лет
Срок реализации программы – 1 год (144 часа)

Автор составитель
Поликанова Татьяна Ивановна
педагог дополнительного образования

г. Кировск
2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИ- ВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ.....	3
1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ.....	5
1.3 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	5
1.3.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН НА ВЕСЬ СРОК ОБУЧЕНИЯ.....	5
1.3.2 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА.....	6
1.4 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.....	6
II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	8
2.1 КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК.....	8
2.2 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	8
2.3 ФОРМА ДИАГНОСТИКИ/КОНТРОЛЯ.....	8
2.4 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.....	9
2.5 МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ.....	9
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	12
Приложение 1.....	13
Календарный учебный график на 2025-2026 учебный год.....	13

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

«Если природа наградила ребенка определенными способностями, не надо искусственно тормозить их развитие. Способности следует с детских лет развивать, а недостатки исправлять умелым руководством»
Б. Князев

Дополнительная общеразвивающая программа «Танцевальная мозаика» для детей 5-6 лет направлена на создание условий для становления, развития, совершенствования ребенка-дошкольника средствами искусства танца /художественно-эстетическая направленность/.

Танец – эффективное развивающее средство, способствующее телесно-духовному совершенствованию ребенка. Это один из факторов развития гармоничной и духовно богатой личности. Танец – это совокупность выразительных и организованных движений, подчиненных общему ритму. Он обладает большой силой и интенсивностью эмоционального воздействия, приобщая ребенка к символическому языку жестов и танцевальных движений.

Подход к пониманию природы танца осуществляется по принципу «от простого к сложному». Поэтапное развитие моторики ребенка, сенсорных и мышечных рефлексов, чувства ритма, умения подчинять движение тела музыкальной теме танца способствует и общему развитию психических функций детского организма, свойств и качеств растущей и развивающейся личности.

Направленность программы: художественная.

Уровень программы – стартовый.

Тип программы: дополнительная общеразвивающая.

Настоящая программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

Методические рекомендации по разработке разноуровневых программ дополнительного образования ГАОУ ВО «МГПУ» АНО ДПО «Открытое образование»;

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

Положение о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительных общеразвивающих образовательных программ МАОДО «ЦДТ «Хибины» г. Кировска.

Актуальность данной программы подтверждается статистическими данными медицинских учреждений города Кировска, констатирующими факт роста количества детей дошкольного и младшего школьного возраста с нарушением осанки; опорно-двигательного аппарата; заболеваний дыхательных путей. В процессе систематических занятий танцами у детей вырабатываются новые качества движений (они становятся плавными, естественными, непринужденными, выразительными), формируется грациозная фигура, правильная осанка. В процессе обучения развивается физическая сила, выносливость, ловкость и сила. Работа по программе дополнительного образования помогает также эффективно решать проблемы детской гиподинамии, избыточного веса, вызванного недостатком двигательной активности современных детей.

Новизна данной программы заключается в использовании наряду с традиционными методиками обучения хореографии методов совершенствования опорно-двигательного аппарата, коррекции осанки, технологий дыхательной гимнастики. Вспомогательные корректирующие упражнения, дыхательная гимнастика выполняются из разных положений: на спине и животе, сидя, стоя, на коленях, стоя в полный рост. Упражнения, которые выполняются лежа на полу, разгружают позвоночник, приучают детей сосредотачивать внимание на суставно-мышечных ощущениях и учат сознательно управлять мышцами своего тела. Дети осваивают также правила полного расслабления тела. В результате выполнения упражнений увеличивается гибкость суставов, эластичность мышц и связок, что позволяет ребенку уверенней чувствовать себя в выполнении танцевальных движений. Дети развиваются физически, совершенствуются двигательные навыки, развивается способность самовыражения посредством танца.

Отличительная особенность программы внеурочной деятельности заключается в том, что в ней определены универсальные учебные действия, которые будут сформированы у обучающихся в результате реализации данной программы.

Педагогическая целесообразность программы. Несмотря на то, что в городе существуют образовательные учреждения, специализирующиеся на культурном развитии ребенка, социальный заказ на данный вид услуг в структуре содержания дополнительного образования ЦДТ «Хибины» не снижается. Это объясняется, прежде всего, умелой реализацией средствами данной программы вышеизложенных принципов обучения, доступностью обучения для детей различных социальных слоев населения. Все занятия строятся по принципу общедоступности, без ущерба для качества образовательного процесса. Волнообразное построение занятий позволяет рационально чередовать трудные упражнения с легко выполнимыми. Что позволяет каждому ребенку почувствовать себя успешным в данном виде деятельности, естественным образом поддерживать мотивацию трудной, но достижимой цели.

Все выполняемые упражнения отбираются по принципу природосообразности. Соответствуют как строению тела, так и природным функциям опорно-двигательной и мышечной систем организма ребенка старшего дошкольного возраста.

Сочетание элементов классического танца с системой вспомогательных упражнений, применяемых целенаправленно и индивидуально, особенно важно в начальный период обучения, когда организм еще пластичен, податлив к тренировкам. Это позволяет в ряде случаев проводить занятия с детьми с некоторыми физическими ограничениями и успешно корректировать неблагоприятные тенденции развития. Занятия расширяют двигательные возможности ребенка, а его сфера личности обогащается положительными эмоциональными переживаниями радости достижения ранее недоступной сферы деятельности, общения с другими детьми, успешных выступлений на показательных концертах. Пережитые чувства, закрепляясь в структуре сознания, повышают самооценку ребенка, способствуют формированию положительной «Я» - концепции, создают предпосылки успешной социализации.

Адресат программы: программа рассчитана для обучающихся 5-6 лет.

Объем программы – 144 часа.

Срок освоения программы – 1 год.

Форма обучения – очная.

Возможен переход на дистанционный формат обучения через **специальную образовательную платформу ВК «Сфераум»**.

Формы организации образовательного процесса – групповое, индивидуальное.

Количество обучающихся: 12 человек

Режим занятий: Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа (академический час длится 30 минут) с перерывом в 10 минут. Режим занятий соответствует требованиям СанПиН. Соблюдается режим проветривания помещений, санитарное содержание помещений и площадок проведения занятий.

1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы – эмоциональное, физическое и творческое развитие учащихся средствами детского танца.

В соответствии с целью определены основные **задачи** программы.

Обучающие:

- ~ формирование навыков основных танцевальных движений;
- ~ приобщение к танцевальному искусству, расширение знаний о танцевальных направлениях;
- ~ формирование умения двигаться под музыку в разном ритме, темпе и характере;
- ~ обучение детей приемам самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля.

Развивающие:

- ~ развитие чувства ритма, темпа, координации и свободы движений;
- ~ развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои оригинальные движения, то есть побуждать детей к творчеству;
- ~ развитие у детей активности и самостоятельности, коммуникативных способностей.

Воспитательные:

- ~ воспитание гармонично развитой личности средствами детской хореографии;
- ~ формирование общей культуры личности ребенка;
- ~ воспитание у детей интереса к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроя.

1.3 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.3.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН НА ВЕСЬ СРОК ОБУЧЕНИЯ

№ п/н	Тема или раздел	Количество часов	Формы диагностики/контроля
-------	-----------------	------------------	----------------------------

		Всего	Теория	Прак- тика	
1	Вводное занятие	2	1	1	Входящая аттестация
2	Основы хореографии	38	6	32	Наблюдение, коррекция
3	Ритмико-гимнастические упражнения,.партерная гимнастика	34	2	32	Наблюдение, коррекция
4	Особенности русского танца	50	12	38	Наблюдение, коррекция
5	Композиция и постановка танца	12	3	9	Наблюдение, коррекция
6	Организационно-концертная де- ятельность	8	0	8	Наблюдение, коррекция
Итого часов по программе		144	24	120	

1.3.2 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Тема 1 (вводное занятие) 2 часа

теория:

-знакомство с учащимися

-правила безопасности

практика:

-разминка

-простые танцевальные упражнения

Тема 2 (Основы хореографии) 38 часов

Теория:

-точки класса

-изучение схем танца (круг,квадрат,линия,диагональ)

-Знакомство с танцевальной азбукой

-характер музыкальных произведений

Практика:

-Изучение поклона,

-Изучение позиций рук ,ног.

-позиции в паре

Тема 3 (Ритмико-гимнастические упражнения. Партерная гимнастика) 34 часа

Теория:

-понятие «партер» и его значение

-знакомство с элементами партерной гимнастики

-методика исполнения упражнений.

Практика:

-упражнения на полу:

-«бабочка»

-«лягушка»

- «корзиночка»

- « мостик»

- ходьба и бег с высоким подниманием колен
- наклоны, выпрямление и повороты головы
- круговые движения плечами
- движение рук в разных направлениях

Примерные упражнения:

- наклоны головы вправо, влево, вперед, назад, круговые движения;
- вытягивание шеи вперед из стороны в сторону;
- подъем и опускание плеч (поочередно правого, левого и синхронно обоих);
- круговое движение плечами вперед и назад поочередно правого и левого;
- наклоны корпуса вперед, назад, вправо, влево; - повороты корпуса вправо,

Тема 4 (Особенности русского танца) 50 часов

Теория:

Методика исполнения танцевальных движений

Практика:

Элементы русского танца. Простой ход на 1/4 такта.

- Народный шаркающий ход.
- Переменный шаг на всей стопе.
- Боковой ход (припадание). В упрощенном виде
- Повороты на месте
- Дробный ход (мелкие шаги с пристукиванием каблуком или всей стопой). «Притоп».
- Навыки танца с платочком.
- « гармошка»
- шаги на полупальцах
- «гармошка
- шаги на пятках
- Тройной шаг с ударом пяткой
- Припадение.
- Повороты по точкам
- Ковырялочка.
- Ковырялочка с притопом

Тема 5 (Композиция и постановки танца) 12 часов

Теория:

-методика исполнения танцевальных движений

Тема № 6 (Организационно-концертная деятельность) 8 часов

Практика:

-выступление на отчетных концертах

Танцевальная азбука.

Мелодия и движение. Темп: быстро, медленно, умеренно. Музыкальные размеры, Контрастная музыка: быстрая – медленная, веселая – грустная. Музыкально – пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаги на месте. Вокруг себя, вправо, влево. Фигурная маршировка, «змейка». Танцевальные шаги в образах. Общеразвивающие упражнения для плечевого пояса, мышц, шеи и туловища, мышц ног и т.п. Правильное дыхание во время исполнения танцевальных движений, дыхательная гимнастика.

Ритмика.

Знакомство с различным характером, темпом музыкального произведения. Точное начало и окончание музыкальной части. Движение в различных темпах, передача хлопками простейшего ритмического рисунка. Слышать и предавать в движении ярко выраженные ритмические акценты.

Постановка и композиция танца.

Связь танцевальных движений с человеческими эмоциями .Имитационно – изобразительный и ассоциативно-выразительный характер лексики в танце. Хореографическая лексика. Игровые – подражательные движения. Массовые детские танцы.

Танцевальная импровизация.

Развитие фантазии и актерских способностей детей, умение использовать полученные знания, умения, навыки. Задания на импровизацию по темам соответствующим возрасту воспитанников.

1.4 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- Знать правила безопасности при занятиях упражнениями без предметов и с предметами;
- Владеть навыками по различным видам передвижений по залу и приобрести определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;
- Уметь передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.);
- Владеть основными хореографическими упражнениями по программе обучения;
- Уметь исполнять ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку, а также двигательные задания по креативной гимнастике.

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

2.1 КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Количество учебных часов на 2025-2026 учебный год: 144 часа.

Учебный график обучения рассчитан на 36 учебных недель. Занятия по программе проводятся с 01 сентября по 31 мая учебного года, включая каникулярное время, кроме зимних каникул (праздничных дней).

Занятия и контроль обучающихся проводятся в соответствии с календарно-учебным графиком (Приложение №1).

2.2 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для занятий по программе требуется спортивный или хореографический зал с со звуко-техническим оборудованием. Зал должен быть площадью не менее 60 м². (на 12 обучающихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие, балетные станки (палки), зеркала на стене.

Необходимо предусмотреть раздевальные для обучающихся.

Комплект для занятий:

- ~ зеркало травмобезопасное;
- ~ станок хореографический двухрядный;
- ~ гимнастические коврики.

Оборудование:

- ~ музыкальный центр;
- ~ компьютер, проектор для просмотра видеоматериалов.

Требования к музыкальному оформлению занятия. Важная роль отводится музыкальному оформлению занятия. Устанавливая единый для всех темп и ритм исполнения движений, музыка несет функцию организатора. Музыкальный материал на занятиях особенно важен, т.к. музыка, являясь импульсом к движению, дает эмоциональный заряд, помогает повысить работоспособность, вырабатывает характер, четкость и законченность исполнения, то есть несет художественно-воспитательную функцию. В связи с этим высокие требования к ее выбору, предлагающему и исполняющему соответствующие учебным задачам музыкальные произведения.

2.3 ФОРМА ДИАГНОСТИКИ/КОНТРОЛЯ

Способы определения результативности:

1. Мониторинг.

В программу заложены этапы педагогического контроля:

Промежуточный контроль осуществляется в форме **контрольного занятия** внутри учебного объединения.

Итоговый контроль осуществляется по результатам обучения в форме **контрольного занятия** в формах: зачет, открытое занятие, концертное выступление.

Педагог осуществляет оценку личностного и творческого роста, учитывая выступление обучающихся в конкурсах и фестивалях (городских, региональных, всероссийских), в составе концертной группы

Оценка и освоение программного материала

Усвоения программного материала детьми, и развитие других качеств обучающихся определяются по трем уровням:

Высокий уровень – программный материал усвоен обучающимся полностью, точное

знание терминологии и правил исполнения танцевальных движений, музыкальность, выразительность исполнения танцевальных композиций, умение работать в хореографическом коллективе, техника исполнения высокая, владение навыками сольного исполнения танцевального номера, имеются высокие достижения (победы в международных, всероссийских, областных конкурсах детского творчества);

Средний уровень – неполное владение теоретическими знаниями, недостаточно точное исполнение танцевальных комбинаций, с точки зрения музыкальности, координации движений, умение работать в хореографическом коллективе, у техника исполнения низкая, участвует в фестивалях и конкурсах детского творчества на уровне образовательного учреждения, города;

Низкий уровень – слабое усвоение теоретического программного материала, техника исполнения низкая, недостаточное владение навыками работы в хореографическом коллективе, частичный ввод в репертуар ансамбля, участвует в концерте на уровне коллектива.

2.4 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

№	Параметры результативности освоения программы	Оценка педагогом результативности освоения программы		
		1 балл (низкий уровень)	2 балла (средний уровень)	3 балла (высокий уровень)
1	Опыт освоения теории			
2.	Опыт освоения практической деятельности			
3.	Опыт творческой деятельности			
4.	Опыт эмоционально-ценостных отношений			
5.	Опыт социально-значимой деятельности			
Общая сумма баллов				

Оценка педагогом результативности освоения программы в целом (оценивается по общей сумме баллов): 1-4 балла – программа в целом освоена на низком уровне; 5-10 баллов – программа в целом освоена на среднем уровне; 11-15 баллов – программа в целом освоена на высоком уровне.

2.5 МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Методические материалы.

Формы организации занятий по хореографии предусматривают

Форма проведения занятия:

1. Занятия-беседы, на которых осуществляется знакомство с народными традициями, особенностями народного костюма и т.д.;
2. Занятия-игры, на которых в игровой форме разучиваются танцевальные движения.
3. Учебно-тренировочные занятия, на которых отрабатываются основы народного и классического танца, изучается техника движения.
4. Композиционно-постановочные занятия, на которых строятся танцевальные композиции, отрабатываются элементы актерского мастерства и сценические движения.

Структура занятий включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

Подготовительная часть занятия. Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения исполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Методические особенности. Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

Основная часть занятия. Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций и т.д.

Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление (экзерсисы); хореографические упражнения; элементы классического, народного танца; танцевальные композиции; постановочная работа.

Методические особенности. На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

Заключительная часть занятия. Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени.

Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

Методические особенности. В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

При реализации программы «Танцевальная мозаика» используются следующие методы и приемы:

Метод использования слова — универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

- рассказ,
- беседа,
- обсуждение,
- объяснение,
- словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Этот метод используется на занятиях-беседах, учебно-тренировочных занятиях и других.

Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению обучающимися программы «Танцевальная мозаика», повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстра-

цию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично. Это метод используется на всех формах занятий.

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п

Игровой метод используется при проведении музыкально – ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышения ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Все вышеперечисленные методы и приемы способствуют освоению программы «Танцевальная мозаика».

Для обеспечения выполнения программы используется следующее дидактический материал:

Педагогические технологии

~ Субъектно-личностный подход – отношение к каждому ребёнку как к уникальности, несходства, неповторимости;

~ Здоровье сберегающие.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Богданов, Г. Урок русского народного танца. / Г. Богданов. – М.: Просвещение, 2015. – 150 с.
2. Голейзовский, К. Образы русской народной хореографии. / К. Голейзовский. – М.: Искусство, 2014. – 367 с.
3. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца (танцевальные движения и комбинации на середине зала). / Г.П. Гусев. – М.: ВЛАДОС, 2004. – 207 с.
4. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца (упражнения у станка). / Г.П. Гусев. – М.: ВЛАДОС, 2002. – 207 с.
5. Климов, А. Основы русского танца. / А. Климов. – М.: Искусство, 2004. – 270 с.
6. Стуколкина, Н.М. Уроки характерного танца. / Н.М. Стуколкина. – М.: Всеобщее театральное общество, 2012. – 399 с.
7. Ткаченко, Т. Народный танец. / Т. Ткаченко. – М.: Искусство, 2007. – 654 с.
8. Устинова, Т.А. Русские танцы. / Т.А. Устинова. – М.: Молодая гвардия, 2005. – 261 с.

Для обучающихся:

1. Богданов, Г. Урок русского народного танца. / Г. Богданов. – М.: Просвещение, 2005. – 150 с.
2. Голейзовский, К. Образы русской народной хореографии. / К. Голейзовский. – М.: Искусство, 2014. – 367 с.

Календарный учебный график на 2025-2026 учебный год

N п/п	Месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Сентябрь	Групповая	2	Вводное занятие. Ритмические упражнения.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	первичная диагностика
2.		Групповая	2	Изучение видов танцевальных рисунков: -Диагональ, - Зигзаги, -шеренга.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
3.		Групповая	2	Изучение видов танцевальных рисунков: -Диагональ, - Зигзаги,	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
4.		Групповая	2	Изучение видов танцевальных рисунков: -Диагональ, - Зигзаги, -шеренга.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
5.		Групповая	2	Изучение видов танцевальных рисунков: -Диагональ, - Зигзаги, -шеренга.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
6.		Групповая	2	Характер музыкальных произведений (Тихо, громко)	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
7.		Групповая	2	Характер музыкальных произведений (быстро, медленно)	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
8.		Групповая	2	Характер музыкальных произведений (грустная, веселая)	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
9.	Октябрь	Групповая	2	Музыкально-ритмические игры.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
10.		Групповая	2	Музыкально-ритмические игры. Методика исполнения танцевальных элементов.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция

11.		Групповая	2	Методика исполнения танцевальных элементов необходимых для постановки танца	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
12.		Групповая	2	Методика исполнения танцевальных элементов необходимых для постановки танца	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
13.		Групповая	2	Методика исполнения танцевальных элементов необходимых для постановки танца. Упражнения у станка.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
14.		Групповая	2	Упражнения у станка.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
15.		Групповая	2	Упражнения у станка.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
16.		Групповая	2	Упражнения у станка. Упражнения на середине зала.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
17.		Групповая	2	Упражнения на середине зала	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
18.		Групповая	2	Упражнения на середине зала. Основные позиции положения рук.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
19.		Групповая	2	Основные позиции положения рук.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
20.	Ноябрь	Групповая	2	Основные позиции положения рук.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
21.		Групповая	2	Основные позиции положения рук. Основные позиции положения головы.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
22.		Групповая	2	Основные позиции положения головы.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
23.		Групповая	2	Основные позиции положения головы.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
24.		Групповая	2	Основные позиции положения корпуса.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
25.		Групповая	2	Основные позиции положения корпуса.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция

26.		Групповая	2	Основные позиции положения корпуса. Элементы русского танца.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
27.		Групповая	2	Элементы русского танца. Приставной шаг вправо,влево	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
28.	Декабрь	Групповая	2	Элементы русского танца.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
29.		Групповая	2	Элементы русского танца. Простой ход на 1/4 такта.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
30.		Групповая	2	Элементы русского танца. Простой ход на 1/4 такта.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
31.		Групповая	2	Притопы.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
32.		Групповая	2	Повороты на месте. По точкам	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
33.		Групповая	2	Переменный шаг на всей стопе. Боковой ход (припадание). Повороты на месте.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
34.		Групповая	2	Дробный ход (мелкие шаги с пристукиванием каблуком или всей стопой). «Притоп».	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
35.		Групповая	2	Дробный ход (мелкие шаги с пристукиванием каблуком или всей стопой). «Притоп». .	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
36.	Январь	Групповая	2	Комбинации из простейших дробных движений.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
37.		Групповая	2	Шаг с каблучка	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
38.		Групповая	2	«Гармошка»	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
39.		Групповая	2	«Гармошка».	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
40.		Групповая	2	Ковырялочка	ул. Советская, 8	Наблюдение,

					Цдт «Хибины»	коррекция
41.		Групповая	2	Ковырялочка с переступанием)	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
42.		Групповая	2	Мелки шаг назад на полупальцах	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
43.		Групповая	2	Припадание. В легком виде	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
44.		Групповая	2	Припадание. В легком виде	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
45.	Февраль	Групповая	2	Припадание в повороте в легком виде	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
46.		Групповая	2	Этюды и комбинации, развивающие навыки парного танца.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
47.		Групповая	2	Этюды и комбинации, развивающие навыки парного танца. Сюжетно-игровой танец.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
48.		Групповая	2	Сюжетно-игровой танец	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
49.		Групповая	2	Сюжетно-игровой танец. Русский народный танец.	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
50.		Групповая	2	Русский народный танец	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
51	Март	Групповая	2	Игры на ориентацию в пространстве (парово-зик)	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
52		Групповая	2	Игры на ориентацию в пространстве (парово-зик)	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
53		Групповая	2	Ориентация в пространстве, марш с носка по кругу	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
54		Групповая	2	Ориентация в пространстве, марш с носка по кругу	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция

55		Групповая	2	Упражнения на развитие суставно-мышечного аппарата	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
56		Групповая	2	Упражнения на развитие суставно-мышечного аппарата	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
57		Групповая	2	Партерная гимнастика « бабочка»	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
58	Апрель	Групповая	2	Партерная гимнастика « бабочка»	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
59		Групповая	2	Партерная гимнастика « Лягушка»	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
60		Групповая	2	Партерная гимнастика « Лягушка»	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
61		Групповая	2	Партерная гимнастика « Корзинка»	ул. Советская, 8	Наблюдение, коррекция
62		Групповая	2	Партерная гимнастика « Корзинка»	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
63		Групповая	2	Партерная гимнастика « Мостик»	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
64		Групповая	2	Партерная гимнастика « Мостик»	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
65		Групповая	2	Партерная гимнастика « Лодочка»	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
66	Май	Групповая	2	Партерная гимнастика « Лодочка»	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
67		Групповая	2	Дыхательная гимнастика	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
68		Групповая	2	Дыхательная гимнастика	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
69		Групповая	2	Прыжки,движения по диагонали .Шаг медведя,лисы. зайца	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция

70		Групповая	2	Тренировка суставно-мышечного аппарата ребенка. Становление осанки, апломба, выворотности и крепости голеностопного и тазобедренного суставов	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
71		Групповая	2	Подготовка к отчетному концерту	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Наблюдение, коррекция
72		Групповая	2	Отчетный концерт	ул. Советская, 8 Цдт «Хибины»	Итоговая диагностика
Всего часов по программе		144	часа			