

Угличский муниципальный район
Управление образования
Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования детей»

Директор



«Утверждаю»

М.Л.Буцких

2025г.

от 30.09.2025

Дополнительная общеобразовательная программа -
дополнительная общеразвивающая программа
«Топотушки»
(хореография)

Срок реализации – 4 года

Направленность – художественная

Возраст детей: 5-8 лет

Автор-составитель:
Кошелева Алина Дмитриевна,
педагог дополнительного образования

г. Углич, 2025

Оглавление.

1. Пояснительная записка.....	3
2. Организация образовательного процесса.....	4
3. Принципы обучения.....	7
4. Результативность образовательного процесса.....	7
5. Учебно-тематические планы и содержание программы.....	8
6. Календарный учебный график (примерный).....	12
7. Обеспечение программы.....	18
7.1. Методическое обеспечение программы.....	18
7.2. Материально-техническое обеспечение программы.....	20
7.3. Кадровое обеспечение программы.....	20
8. Оценка результатов освоения программы.....	21
9. Информационные источники.....	25

1. Пояснительная записка

Танец существует столько же тысячелетий, сколько и человек. В танце не звучит слово, но выразительность пластики человеческого тела столь могущественна, что язык танца понятен всем, он интернационален.

Хореография – искусство, особенно любимое детьми. Движение под музыку – один из самых эффективных методов развития детской музыкальности, поскольку он основан на естественной двигательной реакции на музыку, свойственную любому ребёнку. Работать с дошкольниками – значит ежедневно отдавать им свой жизненный и духовный опыт, приобщать к миру прекрасного.

Хореографическое искусство - это деятельность, где каждый ребёнок на время становится актёром, творчески осмысливающим происходящее. Кроме этого, занятия танцами способствуют укреплению здоровья ребёнка. А ведь именно здоровье – важнейшая предпосылка правильного формирования характера, развития инициативы, воли и природных способностей. Доказано, что дошкольники, занимающиеся хореографией, к моменту поступления в школу владеют достаточно прочным запасом двигательных навыков и умений, реже болеют, обладают хорошей памятью, вниманием, фантазией. Для них характерна правильная осанка, высокая работоспособность, целеустремлённость. Всё это помогает детям быстрее адаптироваться к новым требованиям, которые предъявляются в учебной деятельности. Что, несомненно, **актуально** в современном мире.

Новизной программы является предоставление широких возможностей обучения основам танцевального искусства, которое дает возможность ввести детей в мир хореографии, с помощью игровых технологий познакомить с некоторыми хореографическими жанрами, видами и стилями.

Педагогическая целесообразность образовательной программы по хореографии определена тем, что ориентирует обучающегося на приобщение к танцевально-музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной жизни, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Цель программы: Развитие творческих способностей детей через приобщение их к хореографическому искусству.

Хореография позволяет решать задачи физического, музыкально – ритмического, эстетического и, в целом, психического развития детей.

Задачи программы:

Образовательные:

- познакомить детей с историей возникновения и развития танцевального искусства, с разнообразием танцевальных жанров;
- формировать у детей специальные умения и навыки в области хореографического искусства (основы правильной постановки рук, ног, корпуса);
- учить выполнять танцевальные движения в соответствии с программой;
- учить владеть центром тяжести тела, умению чувствовать ракурс и позу;

Воспитательные:

- воспитывать любовь к танцевальному искусству, чувство прекрасного в соприкосновении с музыкой и миром танца;
- учить бережно относиться к своему здоровью;
- воспитывать настойчивость, целеустремлённость, желание добиться поставленной цели;
- формировать внимание, собранность, творческое отношение к труду;
- воспитывать коммуникативные навыки, дружелюбие, умение работать в коллективе;

Развивающие:

- развивать силу, выносливость, ловкость, гибкость, координацию движений, умение преодолевать трудности, закалять волю;
- способствовать развитию чувства ритма, темпа, исполнительских навыков в танце и художественного вкуса;
- формировать правильную осанку, красивую походку;

- способствовать снятию мышечного и психологического зажимов; избавлять от стеснительности;
- развивать музыкальность, чувство ритма.

Программа «Топотушки» (хореография) разработана на основе существующих в дополнительном образовании программ.

Программа художественной направленности: по виду – дополнительная общеразвивающая, по типу – модифицированная.

2. Организация образовательного процесса.

Данная программа рекомендована для детей 5 – 8 лет и рассчитана на четыре года обучения. Численность детей в группах – 10 - 20 человек. Группы разнополые. Дети набираются по желанию, независимо от природных данных. Перед началом занятий родители обязаны предоставить справку от врача о допуске к занятиям хореографией.

Режим занятий:

1, 2 год обучения - 2 раза в неделю по 1 часу (72 часа в год). Длительность - 30 минут (1 год обучения), 45 минут (2 год обучения);

3 год обучения - 2 раза в неделю по 1 часа (72 часа в год). Длительность занятия - 45 минут;

4 год обучения - 2 раза в неделю по 2 часа (144 часа в год). Длительность занятия - 45 минут.

Возрастные особенности детей 5 - 6 лет: Психологические особенности позволяют ребенку лучше координировать свои действия с партнером, у детей возрастает способность к сочинению, фантазии, комбинации различных движений. Поэтому основным направлением в работе с детьми данного возраста становится взаимодействие нескольких персонажей, комбинации нескольких движений и перестроений. Задачей педагога является формирование способов отношений с несколькими персонажами, развитие умений понимать их, передавать один и тот же образ в разных настроениях, в разном характере, формировать способы комбинации различных танцевальных движений и перестроений. Детям предлагаются более сложные композиции, яркие, контрастные музыкальные произведения для восприятия и передачи музыкального образа, предлагаются более сложные схемы перестроений, комбинации танцевальных движений.

Возрастные особенности детей 6-7 лет: На 6-ом году жизни у ребенка совершенствуются основные нервные процессы возбуждения и торможения. Это благотворно сказывается на соблюдении ребенком правил поведения. Свойства нервных процессов возбуждения и торможения - сила, уравновешенность и подвижность также несколько совершенствуются. Дети быстрее отвечают на вопросы, меняют действия, движения, что позволяет увеличивать плотность занятий, включать в двигательные упражнения элементы, формирующие силу, скорость, выносливость. Но все-таки, свойства нервных процессов, особенно подвижность, развиты недостаточно. При подвижных движениях необходимо ставить точные задачи, контролировать ход занятия. К 6 годам у ребенка развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но мелкие мышцы по-прежнему слабые, особенно мышцы рук. Дети способны изменять свои мышечные усилия. Поэтому дети на занятиях могут выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить по заданию педагога от медленных к более быстрым, они относительно легко усваивают задания при ходьбе, беге, прыжках, но известные трудности возникают при выполнении упражнений, связанных с работой мелких мышц.

Возрастные особенности детей 7-8 лет: Возрастные особенности детей позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнения движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Дети способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений. Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими

партнерами. На данном этапе педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества.

Большая часть занятий проводится в игровой форме, это способствует поддержанию у детей интереса на протяжении всего процесса обучения.

Основные упражнения:

- экзерсис (у опоры и на середине зала);
- партерная гимнастика;
- танцевальные образы (упражнения на умение создавать танцевальный образ);
- слушаем и фантазируем (упражнения на умение слушать и слышать музыку);
- танцы.

Первые три группы упражнений преследуют обучающую цель, а две последние ставят своей целью – развитие творческих способностей. Движения выполняются отдельно и в простейших сочетаниях.

Элементы классического экзерсиса рекомендуется вводить постепенно. Для закрепления и обучения элементов экзерсиса используются музыкально – танцевальные игры. При обучении движениям экзерсиса используется общепринятая терминология на французском языке. Для занятий партерной гимнастикой необходимы индивидуальные коврики.

Заниматься детям следует в форме: мальчикам в футболке и шортах, девочкам в гимнастическом купальнике или футболке и короткой юбочке. На ногах – чешки или носки. Занятия проводятся в сопровождении концертмейстера, частично используются фонограммы. Перед каждым занятием необходимо проветривать зал.

Все занятия хореографией – комплексные (включающие в себя элементы различных разделов программы). Поэтому разбивка учебно – тематического плана по часам условна. На каждый год составляется учебно-календарный график.

Примерное построение занятия (1,2 год обучения):

1. Поклон – приветствие.
2. Вводная часть. Марш с определённым музыкально – ритмическим заданием;
3. Экзерсис: у опоры, на середине зала
4. Слушаем и фантазируем
5. Музыкально – ритмические игры
6. Партерная гимнастика
7. Танцы. Поклон – прощание.

Примерное построение занятия (3 год обучения):

1. Поклон – приветствие.
2. Вводная часть. Марш с определённым музыкально – ритмическим заданием;
3. Экзерсис у опоры, на середине зала.
4. Слушаем и фантазируем.
5. Музыкально – ритмические игры.
6. Партерная гимнастика.
7. Танцы, танцевальные композиции.
8. Поклон – прощание.

Примерное построение занятия (4 год обучения):

1. Поклон – приветствие. Опрос обучающихся по ритмической части материала предыдущего занятия.

2. Вводная часть. Повторение: марш вдоль станков, шаг бытовой и танцевальный, размер 4/4, $\frac{3}{4}$, $\frac{2}{4}$.

3. Изучение нового материала: маршировка по залу в различных темпах и ритмах, вспомогательные упражнения на полу на укрепление брюшного пресса, на выворотность ног, на исправление сутулости, седлообразной поясницы, асимметрии лопаток.

4. Экзерсис: правильность постановки тела в 1 позиции. Рон де жамб партер.
5. Партерная гимнастика.
6. Танцы, танцевальные композиции: полька – свободная импровизация.
7. Поклон в 1 позиции в полувыворотном положении ног. Прощание.

При работе с детьми по данной программе особенно рекомендуется ходьба под музыку марша. Эти упражнения позволяют наглядно убедиться в том, как воспринимают дети счёт на четыре четверти, как чутко улавливают разницу между форте и пиано (громким и тихим звучанием музыки), между аллегро и адажио (быстрым и медленным темпом). Обучение движению следует начинать с наименования упражнения, показа педагогом и объяснения техники. Это необходимо для создания зрительного образа и последующего осмысления движений. Объяснение техники должно быть лаконичным и понятным. Вначале второстепенные детали и тонкости движения опускаются. Первый раз движение показывается с полной амплитудой, с соблюдением всех требований, к его характеру и форме. Это необходимо для того, чтобы дети поняли, каков идеал, к которому они должны стремиться. При несовершенном показе у детей создаётся неверное представление о движении, и оно заучивается с ошибками, которые могут закрепиться и перейти в навык. Далее можно демонстрировать отдельные части движения с меньшей амплитудой или в более медленном темпе, сосредоточивая внимание на важных деталях. После первого исполнения упражнения детьми педагог разъясняет, были ли допущены ошибки и какие. Затем следует вторичный образцовый показ. Педагог сам должен решить, какова по времени длительность каждого из движений, предлагаемых в течение занятия.

Аkkомпанемент к упражнениям следует выбирать с учётом поставленных задач так, чтобы он был приятен детям. А исполнение музыкальных произведений на занятиях должно быть высокопрофессиональным.

С первых минут на занятиях очень важно заинтересовать детей, вызвать у них желание заниматься. Для этого нужно с самого начала включить в занятия простые, интересные упражнения, не вызывающие особых затруднений для их восприятия и исполнения. В то же время, занятие нужно проводить в темпе, чтобы дети не устали от однообразия, а с каждым днём приобретали всё больше знаний и навыков.

На протяжении всего занятия (особенно на его начальных этапах) очень важно следить за формированием у детей правильной осанки.

Данная программа позволит дошкольникам не только научиться основам хореографии, но и даст представление об истории возникновения и развития танца, посредством игры познакомит с некоторыми видами, жанрами, стилями хореографии, а также поможет влиться в громадный мир музыки от классики до современных стилей. Путём танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способность к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передавать услышанный музыкальный образ в пластике. Для развития у малышей выразительности, артистичности, фантазии следует включать в занятия музыкальные этюды и игры.

Заканчивать занятие следует упражнениями на расслабление, несложными танцевальными комбинациями, составленными из элементарных движений небольшой амплитуды, из лёгких шагов и дыхательных упражнений. Это действует успокаивающе.

Организация занятий основами хореографии обеспечивается рядом **методических приёмов**, которые вызывают у детей желание творчества. Для каждого упражнения, игры, танца и в зависимости от подбора детей, педагог выбирает наиболее эффективный путь объяснения данного музыкально – двигательного задания.

1. Метод показа Разучивание нового движения педагог предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстаёт в законченном варианте. Дети сразу видят художественное воплощение образа.

2. Словесный метод Показ не может обойтись без словесных пояснений. Пояснения должны быть краткими, точными, образными и конкретными. С первых же занятий детей следует познакомить со специальными терминами. Очень важна интонация.

3. Музыкальное сопровождение как методический приём. Нельзя рассчитывать на то, что дети сами научатся чувствовать музыку. Педагог своими пояснениями должен помочь детям приобрести умение согласовывать движения с музыкой.

4. Импровизационный метод. На занятиях хореографией рекомендуется постепенно подводить детей к возможной импровизации, то есть свободного, непринуждённого движения, такого, как подсказывает музыка. Во время использования импровизационного метода на занятии никакого предварительного прослушивания музыки не нужно. Дети должны самостоятельно находить необходимые движения под её непосредственным воздействием. Не рекомендуется подсказывать детям вид движения и отмечать (на первом этапе) более успевающих, так как это может привести к слепому копированию

3. Принципы обучения.

Успешной реализации данной программы поможет использование педагогом следующих **принципов обучения**:

1. Принцип доступности предусматривает учёт возрастных особенностей и возможностей детей и, в связи с этим, определение посильных для них заданий.

2. Принцип индивидуализации подразумевает учёт индивидуальных особенностей ребёнка. У каждого имеются своеобразные функциональные возможности, поэтому по-разному протекает процесс усвоения движений, организм различно реагирует на физическую нагрузку. Задача педагога состоит в том, чтобы улучшить врождённые способности малыша.

3. Принцип постепенного повышения требований заключается в постановке перед ребёнком и выполнении им всё более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объёма и интенсивности нагрузок. Обязательным условием успешного обучения также является чередование нагрузок с отдыхом. Переход к новым, более сложным упражнениям должен происходить постепенно, по мере закрепления формирующихся навыков и адаптации организма к нагрузкам.

4. Принцип систематичности один из ведущих. Имеется в виду непрерывность и регулярность занятий. В противном случае наблюдается снижение уже достигнутого уровня умений. Систематические занятия дисциплинируют ребёнка, приучают его к методической и регулярной работе.

5. Принцип повторяемости материала подразумевает повторения вырабатываемых двигательных навыков. Только при многократных повторениях образуется двигательный стереотип. Если в упражнение вносятся какие – то изменения и предполагаются разнообразные методы и приёмы их выполнения, то эффективность таких занятий выше, так как они вызывают интерес, привлекают внимание детей, создают положительные эмоции.

6. Принцип наглядности. При разучивании новых движений наглядность – это безукоризненный практический показ движений педагогом

4. Результативность образовательного процесса

К концу **1 года обучения** планируется получить следующие результаты:

- умение детей следить за осанкой;
- интерес к хореографическому искусству и желание танцевать;
- наблюдательность и любознательность в течение занятия, умение слушать и слышать указания педагога;
- умение слушать музыку, понимать её характер, настроение;
- умение двигаться в соответствии с ритмом музыки, останавливаться с окончанием музыки;
- умение импровизировать;
- умение своевременно и правильно делать поклон.

К концу **2 года обучения** планируется получить следующие результаты:

- устойчивый интерес к хореографическому искусству;
- умение различать и выполнять элементы русского танца в соответствии с программой;
- умение выполнять элементы классического экзерсиса в соответствии с программой;
- умение изменять темп движения и направление движения в соответствии с музыкой и указанием педагога;

- умение импровизировать под музыку;
- умение повторить знакомые танцы;
- умение выполнить подскоки, прыжки в соответствии с программой, упражнения на гибкость «мостик», шпагат

К концу **3 года обучения** планируется получить следующие результаты:

- умение выполнять элементы классического экзерсиса в соответствии с программой;
- умение ориентироваться в стилях хореографического искусства в соответствии с программой;
- умение различать и выполнять элементы (шаги) русских танцев в соответствии с программой;
- умение выполнять подскоки, прыжки в соответствии с программой, упражнения на гибкость «мостик», кольцо;
- умение импровизировать под музыку;
- умение объективно оценивать свою работу и работу других детей.

К концу **4 года обучения** планируется получить следующие результаты:

Знать:

- основные позиции рук и ног, предусмотренные программой;
- основные понятия в соответствии с программой: «круг», «полукруг», «колонна по одному», «колонна по два», «колонна по четыре», «два круга», «шеренга», «цепочка», «змейка», «звёздочка», «корзиночка», «воротца», «карусель»;
- правила поведения в хореографическом зале и правила техники безопасности.

Уметь:

- выполнять упражнения в соответствии с программой (прыжки, галоп, подскоки па-польки и др.);
- самостоятельно выполнять под музыку знакомые движения, импровизировать;
- ускорять и замедлять движения вместе с музыкальным сопровождением;
- двигаться в такт музыке, сохраняя правильную осанку.

5. Учебно – тематический план и содержание программы.

1 год обучения

№	Тема	Кол-во часов		
		теория	практика	всего
1.	Вводное занятие	0,5	0,5	1
2.	Азбука музыкального движения	2	20	22
3.	Элементы народных танцев	1	11	12
4.	Партерная гимнастика	2	18	20
5.	Учебные танцы	2	10	12
6.	Праздники, концерты, экскурсии	-	4	4
7.	Итоговое занятие	0,5	0,5	1
Всего часов:		8	64	72

Содержание программы

1. Вводное занятие (1 час)

Теория: (0,5 ч.) Инструктаж по технике безопасности. План работы на год.

Практика: (0,5 ч.) Игры на знакомство детей друг с другом.

2. Азбука музыкального движения (22 часа)

Теория: (2 ч.) Повторение пройденного в первом году обучения.

Практика: (20 ч.) Характер музыки: весёлая, грустная и т.д. Темп музыки: медленная, быстрая, умеренная. Сильная доля в музыке. Движения в характере музыки. Начало и окончание движения под музыку. Хлопки в ладоши в соответствии с музыкой. Марш. Фигурный марш. Построение в шеренгу, колонну, круг. Ходьба змейкой. Танцевальный шаг (с носка). Шаг на

полупальцах. Приставные шаги. Лёгкий бег. Музыкальные образы зверей. Поклоны мальчиков и девочек. Музыкально – ритмические игры и упражнения.

3. Элементы народного танца (12 часов)

Теория: (1 ч.) Основные элементы народного танца.

Практика: (11 ч.) Знакомство с танцами народов мира (русский танец). Просмотр народных танцев на видео. Русский танец. Бег «взахлёт». Подскоки на месте. Шаг с подскоком. Прямой галоп. Боковой галоп. Выставление ноги на носок. Выставление ноги на пятку. Тройной притоп. Прыжки. Движения и повороты вправо, влево. Работа рук. Хоровод.

4. Партерная гимнастика (20 часов)

Теория: (2 ч.) Элементы основ классического танца: 1-ая, 2-ая и 3-я позиции ног. Элементы основ классического танца: 1-ая, 2-ая и 3-я позиции рук.

Практика: (18 ч.) Упражнения для укрепления мышц тела, развития гибкости. Упражнения на сокращение стоп. Упражнения, укрепляющие мышцы спины, шеи. Напряжение и расслабление ног. Элементы основ классического танца: 1-ая, 2-ая и 3-я позиции ног. Укрепление мышц рук. Элементы основ классического танца: 1-ая, 2-ая и 3-я позиции рук. Упражнения на растяжку. Парные растяжки.

5. Учебные танцы и танцевальные композиции (12 часов)

Теория: (2 ч.) Прослушивание и разбор музыки к танцу. Разбор движений.

Практика: (10 ч.) «Красная шапочка», «Антошка». Прослушивание и разбор музыки к танцу. Разучивание отдельных элементов. Репетиция танца.

6. Праздники, концерты, экскурсии (4 часа)

Практика (4 ч.) Экскурсии на выставки и в музеи. Выступление перед родителями. Чаепитие. Выступление на отчётном концерте.

7. Итоговое занятие (1 час)

Теория: (0,5 ч.) Подведение итогов работы за год.

Практика: (0,5 ч.) Диагностика.

2 год обучения

№	Тема	Кол-во часов		
		теория	практика	всего
1.	Вводное занятие	0,5	0,5	1
2.	Азбука музыкального движения	1	20	21
3.	Элементы классического экзерсиса	1	9	10
4.	Элементы народного танца	1	11	12
5.	Партерная гимнастика	1	9	10
6.	Учебные танцы	1	11	12
7.	Праздники, концерты, экскурсии	-	5	5
8.	Итоговое занятие	0,5	0,5	1
Всего часов:		6	66	72

Содержание программы

1. Вводное занятие (1 час)

Теория: (0,5 ч.) Инструктаж по технике безопасности. План работы на год.

Практика: (0,5 ч.) Отбор детей, комплектация групп. Танцевальные игры.

2. Азбука музыкального движения (21 час)

Теория: (1 ч.) Повторение пройденного в первом году обучения.

Практика: (20 ч.) Перестроение под музыку во время движения. Бег с высоким подниманием колена. Приставной шаг в сторону с приседанием. «Пружинки» с поворотом. Музыкально – ритмические игры и упражнения.

3. Элементы классического экзерсиса (10 часов)

Теория: (1 ч.) Что такое классический экзерсис. Постановка корпуса, ног, рук. Упражнения на осанку. Позиции ног 1, 2, 6. Положение рук «за платье» у девочек.

Практика: (9 ч.) Полуприседания (деми плие). Вытягивание ноги на носок (батман тандю). Подъём на полупальцы по 1, 2, 6 позициям. Подскоки на месте у опоры. Шаг на полупальцах (релеве).

4. Элементы народного танца (12 часов)

Теория: (1 ч.) Повторение пройденного в первом году обучения. Беседа о танцах народов мира (элементы танцев Прибалтики). Просмотр видеоматериала с танцами разных народов.

Практика: (11 ч.) Вытягивание ноги в сторону, вперёд. Перевод ноги с носка на каблук. Удары стопой по 6-ой позиции. Шаги с «пружинкой». Движение «шаг – присесть». Сужение и расширение круга. Движения и повороты вправо, влево. Работа по диагонали. Работа в парах.

5. Партерная гимнастика (10 часов)

Теория: (1 ч.) Повторение пройденного в первом году обучения.

Практика: (9 ч.) Упражнения на осанку. Упражнения, укрепляющие мышцы спины, шеи, ног, рук. Упражнения на растяжку. Упражнения на развитие гибкости. Упражнения на растяжку. Одиночные и парные растяжки. Повороты и наклоны головы. Наклоны корпуса вперёд, в сторону и назад.

6. Учебные танцы и танцевальные композиции (12 часов)

Теория: (1 ч.) Прослушивание и разбор музыки к танцу. Разбор движений.

Практика: (11 ч.) «Кузнечик», «Полька», «Смени пару», «Бульба». Разучивание отдельных элементов. Репетиция танца. Импровизация знакомых танцевальных движений под музыку.

7. Праздники, концерты, экскурсии (5 часов)

Практика: (5 ч.) Экскурсии в музей. Выступление перед родителями. Чаепитие. Выступление на отчётном концерте.

8. Итоговое занятие (1 час)

Теория: (0,5 ч.) Подведение итогов работы за год.

Практика: (0,5 ч.) Диагностика.

3 год обучения

№	Тема	Кол-во часов		
		теория	практика	всего
1.	Вводное занятие	0,5	0,5	1
2.	Азбука музыкального движения	1	10	11
3.	Элементы классического экзерсиса	1	19	20
4.	Элементы народного танца	1	11	12
5.	Партерная гимнастика	1	9	10
6.	Танцевальные композиции	1	11	12
7.	Праздники, концерты, экскурсии	-	5	5
8.	Итоговое занятие	0,5	0,5	1
Всего часов:		6	66	72

Содержание программы.

1. Вводное занятие (1 час).

Теория: (0,5 ч.) Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения на занятии. Форма для занятий.

Практика: (0,5 ч.) Укомплектация групп. Танцевальные игры.

2. Азбука музыкального движения (11)

Теория (1 ч.): Повторение пройденного в 1-м и 2-ом годах обучения.

Практика (10 ч.): Перестроение под музыку. Круг. Сужение круга. Расширение круга. До-задо. Музыкальные игры «Плетень», «Бабочка и паучок»

3. Элементы классического экзерсиса (20 часов)

Теория (1 ч.): Положение рук, ног, корпуса.

Практика (19 ч.): Деми – плие по 1-ой и 2-ой позиции лицом к станку. Battement tendu крестом из 1-ой позиции лицом к станку. Releve в 1-ой и 2-ой позиции. Прыжки по 1-ой и 2-ой позиции. Па-польки. Pas couru (мелкий бег) по кругу, диагонали. Упражнения для рук.

4. Элементы народного танца (12 часов)

Теория (1 ч.): Повторение пройденного в 1-м и 2-ом годах обучения. Беседа о танцах народов мира (украинский и белорусский танец). Просмотр видеоматериалов с выступлениями известных танцевальных коллективов.

Практика (11 ч.): Элементы русского народного танца: Русский переменный ход. Шаг с притопом. Выстукивание. Вращения. Припадания. «Ковырялочка». «Моталочка». «Верёвочка», «Ключи».

Элементы украинского народного танца: «Голубцы», «Подебаск».

5. Партерная гимнастика (10 часов)

Теория (1 ч.): Правила выполнения упражнений.

Практика (9 ч.): Упражнения, укрепляющие мышцы спины, ног, рук. Растяжки. Упражнения на развитие гибкости.

6. Танцевальные композиции (12 часов)

Теория (1 ч.): Повторение ранее изученных танцев

Практика (11 ч.): Полька. Русский танец. «Бульба» (белорусский танец). Разучивание отдельных танцевальных композиций. Репетиции и отработка танцев.

7. Праздники, концерты, экскурсии (5 часов)

Практика (5 ч.): Выступления коллектива на муниципальных праздниках. Экскурсии.

8. Итоговое занятие (1 час)

Теория (0,5 ч.): Подведение итогов работы за год.

Практика (0,5 ч.): Анализ работы группы в целом.

4 год обучения

№	Тема	Кол-во часов		
		теория	практика	всего
1.	Вводное занятие	0,5	0,5	1
2.	Азбука музыкального движения	1	9	10
3.	Элементы классического экзерсиса	1	36	37
4.	Элементы народного танца	1	39	40
5.	Партерная гимнастика	1	29	30
6.	Танцевальные композиции	1	19	20
7.	Праздники, концерты, экскурсии	-	5	5
8.	Итоговое занятие	0,5	0,5	1
Всего часов:		6	138	144

Содержание программы.

1. Вводное занятие (1 час).

Теория: (0,5 ч.) Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения на занятии. Форма для занятий.

Практика: (0,5 ч.) Укомплектование групп. Танцевальные игры.

2. Азбука музыкального движения (10)

Теория (1 ч.): Музыкальный темп. Музыкальный ритм. Музыкальный размер. Динамические оттенки музыки (форте, пиано). Строение музыкальной речи.

Практика (9 ч.): Музыкально - танцевальные импровизации. Музыкальные игры: «Угадай у кого предмет», «Ладошки», «Вейся, капуста», «Учительница».

3. Элементы классического экзерсиса (37 часов)

Теория (1 ч.): Положение рук, ног, корпуса.

Практика (36 ч.): Деми – плие из 1-ой, 2-ой позиции. Ре-ле-ве из 1,2,3 позиций. Батман тандю из 1 позиции вперёд, в сторону, назад. Гран плие из 1-ой позиции. Рон де жамб пар терр. Батман жете. Пти батман жете. Гранд батман из 1 позиции. Сюр ле ку-де-пье. Прыжки по 1-ой и 2-ой позиции. Соте. Упражнения для рук.

4. Элементы народного танца (40 часов)

Теория (1 ч.): Продолжение изучения элементов народных танцев (русский, украинский, белорусский танцы, танцы Прибалтики)

Практика (39 ч.): Ходы и переходы в русском танце. Вращения. Прыжки: с двух ног на две, с двух ног на одну, с одной ноги на другую, комбинированные. Присядки. Упражнения со свободной стопой.

5. Партерная гимнастика (30 часов)

Теория (1 ч.): Правила выполнения упражнений.

Практика (29 ч.): Упражнения, укрепляющие мышцы спины, ног, рук. Растяжки. Упражнения на развитие гибкости. Элементы акробатики (колесо, стойка на руках у стенки).

6. Учебные танцы и танцевальные композиции (20 часов)

Теория (1 ч.): Повторение танцев, изученных в 3 г.об.

Практика (19 ч.): Постановка и отработка новых танцев. Изучение вальсового шага.

7. Праздники, концерты, экскурсии (5 часов)

Практика (5 ч.): Выступления коллектива на муниципальных праздниках. Экскурсии.

8. Итоговое занятие (1 час)

Теория (0,5 ч.): Подведение итогов работы за год.

Практика (0,5 ч.): Анализ работы группы в целом.

6. Календарный учебный график к программе «Топотушки (хореография)» на 2025-2026 уч.год. 1 год обучения

7. Обеспечение программы: 7.1. Методическое обеспечение программы.

1 год обучения

№	Т Е М А	Форма проведения занятия	Форма контроля
1.	Вводное занятие	Беседа, игра	Наблюдение педагога, оценка детей
2.	Азбука музыкального движения	Показ и объяснение педагога, практическая работа	Наблюдение педагога, контрольные задания
3.	Элементы классического экзерсиса	Показ и объяснение педагога, тренинг	Наблюдение педагога, контрольные задания
4.	Элементы народного танца	Беседа, показ и объяснение педагога, практическая работа	Наблюдение педагога, контрольные задания
5.	Партерная гимнастика	Объяснение педагога, тренинг	Наблюдение педагога, контрольные задания
6.	Учебные танцы	Беседа, показ и объяснения педагога, постановка и отработка танцев	Наблюдение педагога, анализ педагогом работы детей
7.	Праздники, экскурсии, концерты	Экскурсии, беседы, выступления, чаепития, игры	Беседа, совместное обсуждение выступлений
8.	Итоговое занятие	Беседа, обсуждение итогов с родителями.	Наблюдение педагога

2 год обучения

№	Т Е М А	Форма проведения занятия	Форма контроля
1.	Вводное занятие	Беседа, игра	Наблюдение педагога

2.	Азбука музыкального движения	Показ и объяснение педагога, практическая отработка	Наблюдение педагога, контрольные задания
3.	Элементы классического экзерсиса	Показ и объяснение педагога, тренинг	Наблюдение и анализ педагога, контрольные задания
4.	Элементы народного танца	Беседа, показ и объяснение педагога, практическая отработка	Наблюдение педагога, контрольные задания
5.	Партерная гимнастика	Объяснение и показ педагога, упражнения в парах	Наблюдение педагога, оценка детей
6.	Учебные танцы и танцевальные композиции	Беседа, показ и объяснение педагога, отработка танцев	Наблюдение педагога, анализ педагогом работы детей
7.	Праздники, концерты, экскурсии	Экскурсии, беседы, выступления, чаепития, игры	Анализ педагога
8.	Итоговое занятие	Беседа, обсуждение итогов с родителями, выступление.	Наблюдение педагога

3 год обучения

№	Т Е М А	Форма проведения занятия	Форма контроля
1.	Вводное занятие	Беседа, игра	Наблюдение педагога
2.	Азбука музыкального движения	Показ и объяснение педагога, практическая отработка	Наблюдение педагога, контрольные задания
3.	Элементы классического экзерсиса	Показ и объяснение педагога, тренинг	Наблюдение и анализ педагога, контрольные задания
4.	Элементы народного танца	Беседа, показ и объяснение педагога, практическая отработка	Наблюдение педагога, контрольные задания
5.	Партерная гимнастика	Объяснение и показ педагога, упражнения в парах	Наблюдение педагога, оценка детей
6.	Учебные танцы и танцевальные композиции	Беседа, показ и объяснение педагога, отработка танцев	Наблюдение педагога, анализ педагогом работы детей
7.	Праздники, концерты, экскурсии	Экскурсии, беседы, выступления, чаепития, игры	Анализ педагога
8.	Итоговое занятие	Беседа, обсуждение итогов с родителями, выступление.	Наблюдение педагога

4 год обучения

№	Т Е М А	Форма проведения занятия	Форма контроля
1.	Вводное занятие	Беседа, игра	Наблюдение педагога

2.	Азбука музыкального движения	Показ и объяснение педагога, практическая отработка	Наблюдение педагога, контрольные задания
3.	Элементы классического экзерсиса	Показ и объяснение педагога, тренинг	Наблюдение и анализ педагога, контрольные задания
4.	Элементы народного танца	Беседа, показ и объяснение педагога, практическая отработка	Наблюдение педагога, контрольные задания
5.	Партерная гимнастика	Объяснение и показ педагога, упражнения в парах	Наблюдение педагога, оценка детей
6.	Учебные танцы и танцевальные композиции	Беседа, показ и объяснение педагога, отработка танцев	Наблюдение педагога, анализ педагогом работы детей
7.	Праздники, концерты, экскурсии	Экскурсии, беседы, выступления, чаепития, игры	Анализ педагога
8.	Итоговое занятие	Беседа, обсуждение итогов с родителями, выступление.	Наблюдение педагога

7.2. Материально-техническое обеспечение:

1. Танцевальный зал с деревянным полом
2. Хореографический станок, укрепленный в пол и стенку, из двух параллельных брусьев (высота нижнего бруса от пола 80 см., верхнего бруса 100 см.)
3. Зеркала на стене
4. Фортепиано
5. Магнитофон для выездных репетиций.
6. Аудиосистема.
7. Аудиокассеты с музыкой разных жанров: классической, народной, эстрадной, современной, детскими песнями.
8. Видеозаписи различных танцев, выступлений, концертов
9. Коврики для занятий в партере (индивидуальные на каждого ребёнка)
10. Танцевальные костюмы

7.3. Кадровое обеспечение:

1 педагог дополнительного образования, 1 концертмейстер

8. Оценка результатов освоения программы

Цель: повысить качество образовательного и воспитательного процесса посредством оценивания результатов личностного роста обучающегося.

Задачи:

1. Выявить уровень основных знаний, умений и навыков, которые приобрел обучающийся согласно требованиям данной образовательной программы;
2. Оценить уровень развития личностных качеств обучающегося.
3. Определить с помощью критериев возможные уровни выраженности каждого измеряемого показателя у обучающихся, а также степень соответствия этих показателей предъявляемым требованиям.
4. Проанализировать, систематизировать и обобщить результаты мониторинга.
5. Разработать комплекс мероприятий по результатам реализации программы мониторинга.

В течение года проводится входящий и итоговый контроль с целью определения степени достижения результатов обучения и воспитания. В ходе проведения контроля ЗУН обучающегося оцениваются баллами.

Основной метод отслеживания результатов – **педагогическое наблюдение и анализ педагога.**

Этапы контроля:

Входной мониторинг (начальный) – осуществляется на первых занятиях с помощью наблюдения (детям это не озвучивается), позволяющих определить хореографические способности каждого обучающегося. По итогам проведенного мониторинга создается целостное представление о физической подготовке каждого из участников группы, его характерных особенностях, а также о возможностях группы в целом. Исходя из этого, продумывается индивидуальный подход и корректируется программа.

Промежуточный мониторинг проводится в каждой учебной группе с помощью наблюдения.

Итоговый мониторинг. Осуществляется путём проведения открытых контрольных занятий в каждой учебной группе в конце года с помощью специальных тестов.

Эта система дает возможность проследить развитие каждого ребенка, степень усвоения программы, для того, чтобы своевременно внести в работу коррективы.

Результат мониторинга фиксируется на **3-х уровнях** (в соответствии с материалом программы):

- минимальный;
- базовый;
- повышенный;

Характеристика уровней:

минимальный – обучающийся программу освоил поверхностно, т.е. не приобрел предусмотренную учебным планом сумму знаний, умений и навыков; не выполнил задач, поставленных перед ним педагогом;

базовый – обучающийся стабильно занимается, выполняет учебную программу, свободно ориентируется в изученном материале;

повышенный - обучающийся выполняет программу, дополнительно самостоятельно занимается, проявляет ярко выраженные способности к изучаемой дисциплине.

	1 год обуч.	2 год обуч.	3 год обуч.	4 год обуч.
минимальный	5-11	6-14	7-15	7-15
базовый	12-18	15-22	16-25	16-25
повышенный	19-25	23-30	26-35	26-35

Контрольно-измерительные материалы. Критерии оценки результатов обучения (1 г. об.)

Пятибалльная система оценки.

1. Устойчивый интерес к хореографическому искусству:

- 1- посещает по настоянию родителей;
- 2- проявляет некоторый интерес к занятиям;
- 3- нравится встречаться с друзьями и танцевать;
- 4- охотно ходит на занятия;
- 5- очень нравится заниматься танцами, получает огромное удовольствие.

2. Умение слушать, чувство ритма:

- 1– 2 – нет чувства ритма
- 3– иногда попадает в ноты;

- 4– иногда допускает ошибки;
- 5– ребёнок хорошо чувствует ритм;
- 3. Умение двигаться в соответствие с музыкой, музыкальность:**
 - 1– 2 – не чувствует музыку
 - 3 – иногда попадает в ноты;
 - 4– иногда допускает ошибки;
 - 5 – ребёнок хорошо чувствует музыку;
- 4. Умение повторять за преподавателем:**
 - 1- не умеет;
 - 2- повторяет отдельные движения;
 - 3- умеет, но часто ошибается;
 - 4- повторяет с незначительными ошибками;
 - 5- отлично справляется с заданием.
- 5. Умение импровизировать под музыку:**
 - 1- не умеет;
 - 2- импровизирует, но не попадает в музыкальный ритм;
 - 3- умеет, но скудная фантазия;
 - 4- справляется, но иногда ошибается;
 - 5- отлично справляется с заданием.

Критерии оценки результатов обучения (2 г. об.)
Пятибалльная система оценки.

- 1. Устойчивый интерес к хореографическому искусству:**
 - 1 - посещает по настоянию родителей;
 - 2 - проявляет некоторый интерес к занятиям;
 - 3 - нравится встречаться с друзьями и танцевать;
 - 4 - охотно ходит на занятия;
 - 5 - очень нравится заниматься танцами, получает огромное удовольствие.
- 2. Устойчивость и знание позиций ног классического танца, выворотность:**
 - 1 – 2 - стоит неустойчиво, знает не все позиции
 - 3 - стоит не совсем устойчиво
 - 4 - знает позиции, в выполнении допускает небольшие неточности
 - 5 - ребёнок знает все позиции, стоит правильно, осанка хорошая
- 3. Подскоки, прыжки:**
 - 1 - пытается сделать;
 - 2 - подскок делает неправильно, немзыкально;
 - 3 - подскок не высокий, не музыкально;
 - 4 – делает правильно, носок не тянет;
 - 5 – ребёнок правильно делает подскоки, тянет носок, подскок высокий;
- 4. Гибкость: упражнение «мостик», шпагат:**
 - 1 – 2 – отсутствует
 - 3 – плохая;
 - 4 – недостаточно хорошая;
 - 5 – у ребёнка хорошая гибкость;
- 5. Внимательность:**
 - 1 - ребенок не внимателен;
 - 2 - часто отвлекается от занятия;
 - 3 - отвлекается от занятия не часто;
 - 4 - старается сконцентрироваться на занятии;
 - 5 - полностью погружен в занятие, внимателен к выполнению упражнений
- 6. Умение импровизировать:**
 - 1 - не умеет;

- 2 - импровизирует, но не попадает в музыкальный ритм;
- 3 - умеет, но скудная фантазия;
- 4 - справляется, но иногда ошибается;
- 5 - отлично справляется с заданием.

Критерии оценки результатов обучения (3 г. об.)

Пятибалльная система оценки.

1. Умение различать и выполнять элементы классического танца в соответствии с программой (основные позиции рук и ног):

- 1- не выполняет;
- 2- может немного повторить движения;
- 3- выполняет не совсем правильно;
- 4- в выполнении движений допускает незначительные ошибки;
- 5- отлично выполняет все движения.

2. Прыжки, легкость:

- 1- пытается сделать
- 2- музыки не слышит, прыжок неправильный, тяжелый;
- 3- прыжок не высокий, носок не тянет, но музыкально правильно;
- 4- прыжок недостаточно высокий, но носочки натянуты и в музыку;
- 5- ребёнок выполняет упражнение правильно, прыжок высокий, легкий;

3. Галоп, подскоки па – польки:

- 1- пытается сделать
- 2- музыки не слышит, подскок неправильный;
- 3- подскок не высокий, носок не тянет, но музыкально правильно;
- 4- подскок недостаточно высокий, но носочки натянуты и в музыку;
- 5- ребёнок выполняет упражнения абсолютно правильно, тянет носок, подскок высокий,

в музыку;

4. Внимательность:

- 1- ребенок не внимателен;
- 2- часто отвлекается от занятия;
- 3- отвлекается от занятия не часто;
- 4- старается сконцентрироваться на занятии;
- 5- полностью погружен в занятие, внимателен к выполнению упражнений

5. Чувство ритма, музыкальность

- 1 – 2 – не чувствует музыку, нет чувства ритма
- 3 – иногда попадает в ноты;
- 4 – иногда допускает ошибки;
- 5 – ребёнок хорошо чувствует музыку, ритм;

6. Гибкость, растяжки акробатические:

- 1 – 2 – отсутствует
- 2 – плохая;
- 4 – недостаточно хорошая;
- 5 – у ребёнка хорошая гибкость;

7. Умение импровизировать:

- 1 - не умеет;
- 2 - импровизирует, но не попадает в музыкальный ритм;
- 3 - умеет, но скудная фантазия;
- 4 - справляется, но иногда ошибается;
- 5 - отлично справляется с заданием.

Критерии оценки результатов обучения (4 г. об.)

Пятибалльная система оценки.

1. Умение различать и выполнять элементы классического танца в соответствии с программой (основные позиции рук и ног):

- 6- не выполняет;
- 7- может немного повторить движения;
- 8- выполняет не совсем правильно;
- 9- в выполнении движений допускает незначительные ошибки;
- 10 - отлично выполняет все движения.

2. Прыжки, легкость:

- 6- пытается сделать
- 7- музыки не слышит, прыжок неправильный, тяжелый;
- 8- прыжок не высокий, носок не тянет, но музыкально правильно;
- 9- прыжок недостаточно высокий, но носочки натянуты и в музыку;
- 10- ребёнок выполняет упражнение правильно, прыжок высокий, легкий;

3. Галоп, подскоки па – польки:

- 6- пытается сделать
- 7- музыки не слышит, подскок неправильный;
- 8- подскок не высокий, носок не тянет, но музыкально правильно;
- 9- подскок недостаточно высокий, но носочки натянуты и в музыку;
- 10- ребёнок выполняет упражнения абсолютно правильно, тянет носок, подскок высокий,

в музыку;

4. Внимательность:

- 6- ребенок не внимателен;
- 7- часто отвлекается от занятия;
- 8- отвлекается от занятия не часто;
- 9- старается сконцентрироваться на занятии;
- 10- полностью погружен в занятие, внимателен к выполнению упражнений

5. Чувство ритма, музыкальность

- 2– 2 – не чувствует музыку, нет чувства ритма
- 3 – иногда попадает в ноты;
- 4 – иногда допускает ошибки;
- 5 – ребёнок хорошо чувствует музыку, ритм;

6. Гибкость, растяжки акробатические:

- 3– 2 – отсутствует
- 4– плохая;
- 4 – недостаточно хорошая;
- 5 – у ребёнка хорошая гибкость;

7. Умение импровизировать:

- 1 - не умеет;
- 2 - импровизирует, но не попадает в музыкальный ритм;
- 3 - умеет, но скудная фантазия;
- 4 - справляется, но иногда ошибается;
- 5 - отлично справляется с заданием.

9. Информационные источники.

1. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. М.: «Просвещение», 1978;
2. Закон об образовании в Российской Федерации N 273-ФЗ, от 29.12.2012г.
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008 г. Москва "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей;

5. Л. Бондаренко Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях. – Киев: Музычна Украина, 1985
6. Н. В. Лифиц Ритмика. Учебное пособие. – М.: Издательский центр «Академия», 1999
7. Т. В. Пуртова, А. Н. Беликова Учите детей танцевать. М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003
8. С. Руднева, Э. Фиш Музыкальное движение. – М.: Из – во «Просвещение», 1972
9. С. Л. Слуцкая Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду. – М.: ЛИНКА – ПРЕСС, 2006.
10. Р. Л. Череховская Танцевать могут все. – Минск: Из - во «Народная асвета», 1973