



**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Медведевская средняя школа имени Чехарина Владимира Алексеевича»
муниципального образования Черноморский район Республики Крым**

СОГЛАСОВАНО
с заместителем директора по УВР
МБОУ «Медведевская средняя школа
им.Чехарина В.А»
25.08.2026 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директором МБОУ «Медведевская
средняя школа им.Чехарина В.А»
25.08.2025 г. Приказом № 252

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«СПОРТИВНЫЙ И ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ»**

Направленность: художественная
Возраст обучающихся: 14 – 17 лет
Срок реализации программы: 1 год, 36 часа
Вид программы: модифицированная
Уровень: базовый (основной)
Должность: педагог-организатор
Ф.И.О.: Тарасенко Елена Викторовна

Медведево, 2025 г.

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Основой разработки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (далее – ДООП) «Спортивный и эстрадный танец» является следующая **нормативно-правовая база:**

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 1 июля 2020 года);
- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»(с изменениями на 31 июля 2020 года);
- [Указ Президента Российской Федерации от 07. 05. 2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;](#)
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. №474 «[О национальных целях развития России до 2030 года](#)»;
- [Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам \(протокол от 24.12.2018 г. № 16\);](#)
- [Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;](#)
- Концепция развития дополнительного образования детей, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. № 1726-р;
- [Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;](#)
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.12.2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- [Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;](#)
- [Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 5 мая 2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;](#)
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»;
- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 г. № ТС – 551/07«О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;

– Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 года № 131-ЗРК/2015 (с изменениями на 10.09.2019 года);

Программа имеет художественную направленность и откликается на заказ государства и общества, на формирование и развитие творческих способностей учащихся, выявления, развития и поддержку одарённых и талантливых детей и молодёжи. Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся.

Актуальность программы обусловлена тем, что общеобразовательное учреждение, оставаясь центральным звеном в формировании и развитии эстетической культуры школьников, не полностью реализует дидактические возможности предметов образовательной области и практически не использует возможности хореографии в образовании. Поэтому на современном этапе возникла необходимость разработки программы по обучению детей школьного возраста искусству хореографии.

В настоящее время существует много ритмопластичных направлений, и одно из наиболее доступных и эмоциональных – это танец. Его доступность основывается на простых общеразвивающих упражнениях, а эффективность – в разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы.

Искусство танца – это синтез эстетического и физического развития человека. Общеразвивающие упражнения, упражнения партерной гимнастики, упражнения художественной гимнастики, элементы танца исполняются под музыкальное сопровождение. Образность, различный характер музыки, многообразие её жанров повышает эмоциональность обучающихся, питает воображение. Увлекательно, в процессе игры, выполняя различные движения и упражнения, дети укрепляют опорно-двигательный аппарат, развивают координацию движений и ориентацию в пространстве.

Программа направлена на охрану и укрепление здоровья, совершенствование функций организма обучающегося, полноценное физическое развитие, воспитание интереса к различным, доступным ему видам двигательной деятельности, формирование положительных нравственно-волевых черт личности. А также на гармоничное развитие личности, формирование у обучающихся танцевальных навыков, что способствует повышению их общей культуры. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость.

Новизна программы «Спортивный и эстрадный танец» заключается в том, что обучение хореографии на подготовительном этапе начинается с постепенным усложнением содержания. Программа направлена на совершенствование традиционной практики по хореографическому и музыкально-ритмическому обучению детей школьного возраста.

Программа способствует обновлению содержания школьного образования. Работа по данной программе формирует у обучающихся навыки танцевальной техники, а также нравственно-волевые качества личности: настойчивость в достижении результата, выдержку, умение контролировать свои движения, действовать в коллективе. Программа обеспечивает укрепление физического, психического и психологического здоровья обучающихся.

Отличительная особенность программы заключается в том, что структура занятий построена таким образом, что теоретические знания учащийся получает одновременно с практикой, что является наиболее продуктивным и целесообразным.

Педагогическая целесообразность состоит в том, что дети получают знания основ танца. Программа даёт возможность использовать навыки, полученные во время обучения основам мастерства, включает детей в систему средств массовой коммуникации общества. Благодаря занятиям учащиеся учатся работать коллективно, решать вопросы с учётом интересов окружающих людей, учатся оценивать события с нравственных позиций.

Адресат программы. Программа рассчитана на детей среднего школьного возраста: 14-17 лет (9-11 классы) и направлена на развитие таких качеств как развитие речи, общительность, мобильность, коммуникабельность, умение слушать и слышать. Набор в кружок осуществляется по желанию детей.

Объём и срок усвоения программы. Программа рассчитана на 1 год обучения, в объёме 36 часа (1 час в неделю).

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса. Количество учащихся в группе 14 человек. Состав группы: переменный.

Режим занятий. 1 час в неделю (1 час – 45 минут).

1.2 Цели и задачи программы

Цель программы: Развитие физических данных и хореографических способностей обучающихся в процессе совместной танцевальной творческой деятельности, постепенное введение в деятельность ансамбля эстрадно-спортивного танца «Фантазия».

Задачи программы:

- сформировать первоначальные хореографические навыки;
- развивать творческое воображение, художественное мышление, музыкальный слух и музыкальную память;
- укреплять общефизическое состояние обучающихся, способствовать формированию осанки, развитию гибкости, пластичности, координации движений;
- воспитывать чувство коллективизма, трудолюбия, сознательной дисциплины и ответственности.

1.3. Воспитательный потенциал программы

Предполагается, что в результате проведения воспитательных мероприятий будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышение интереса к творческим занятиям и уровня личностных достижений (победы в конкурсах), привлечение родителей к активному участию в работе кружка.

В результате реализации воспитательного потенциала программы учащиеся будут вовлечены в досуговую деятельность, улучшится психическое и физическое здоровье, достигнут высокий уровень личностных достижений учащихся (победы в конкурсах и олимпиадах). Родители будут привлечены к активному участию творческого объединения.

Формы проведения воспитательных мероприятий: беседа с элементами тренинга, круглый стол, викторина, видео-экскурсии, обучающие практические занятия.

Воспитательные мероприятия по количеству участников: групповые, работа в парах.

Воспитательные мероприятия по содержанию воспитания: социальные, интеллектуальные, художественные, трудовые, досуговые и пр.

1.4. Содержание программы

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 год обучение

№	Наименование раздела, темы	Всего часов	Аудиторные часы		Форма аттестации/контроля
			Теория	Практика	
1	История возникновения и развития вальса (2 ч.)	2	1	1	Педагогическое наблюдение
2	Разучивание техники танцевального комплекса (7 ч.)	7	3	4	Педагогическое наблюдение
3	Основные движения бального танца-фигурный вальс (21 ч.)	21	10	11	Педагогическое наблюдение
4	Постановочная работа (6 ч.)	6	2	4	Выступление
	Итого	36	16	20	

Содержание учебного плана ДООП «Спортивный и эстрадный танец»

1. История возникновения и развития вальса.

Теория: Правила безопасного труда, знакомство с Уставом. Знакомство в игровой форме с одним из видов искусства - хореографией и содержанием программы. Рассказ о правилах поведения на занятии, о технике безопасности во время пользования техническими средствами и особенностях внешнего вида обучающегося.

Практика: Обсуждение и принятие правил. Построение, проведение разминки.

Проведение игры «Веселый паровозик». Организация игр на знакомство «Дружный хоровод», «Как тебя зовут?». Рефлексия.

Форма организации учебного занятия: игра-путешествие.

Формы организации учебной деятельности: групповая.

2. Разучивание техники танцевального комплекса

Теория: повторение пройденного материала. Знакомство с терминологией занятия.

Обсуждение новых терминов.

Практика: проведение разминки. Прыжки на двух ногах в различном темпе. Изучение техники выполнения закрытого прыжка, показ упражнений. Выполнение прыжков по диагонали. Рефлексия.

Форма организации учебного занятия: практическое занятие.

Формы организации учебной деятельности: групповая, индивидуальная.

Формы контроля: педагогическое наблюдение.

3. Основные движения бального танца- фигурный вальс

Теория: знакомство с терминологией занятия, понятия: «складка», «резиночка», «лягушка»,

«лодочка», «качалочка».

Практика: ходьба, бег, прыжки по кругу, проведение разминки на середине зала, показ упражнений. Выполнение упражнений в партере на развитие гибкости. Разучивание упражнений «складка», «резиночка», «лягушка», «лодочка», «качалочка». Проведение игры

«Веселый паровозик». Рефлексия.

Форма организации учебного занятия: игра-путешествие.

Формы организации учебной деятельности: групповая.

4. Постановочная работа

Теория: подведение итогов года.

Практика: подведение итогов учебной деятельности. Проведение игр на сплочение коллектива. Проведение мини-соревнований. Поздравление участников и призеров конкурсов. Рефлексия.

1.5. Планируемые результаты

Ожидаемые результаты реализации программы:

знать:

названия основных танцевальных движений и элементов;

названия основных гимнастических и акробатических элементов и упражнений;

терминологию партерного экзерсиса;

правила гигиены тела, тренировочной одежды;

уметь:

двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;

реагировать на начало музыки и её окончание, ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать ладошами, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя,

прыгать на двух ногах, владеть простейшими навыками игры с мячом, обручем, скакалкой;

двигаться по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу в рассыпную и собираться в круг или в линию;

выполнять различные танцевальные шаги; выполнять равновесия, упражнения на расслабление;

выполнять шпагаты на полу, (на правую, левую ноги, поперечный); выполнять мост лежа и со страховкой;

выполнять базовые гимнастические элементы и упражнения; выполнять упражнения под музыку в различном темпе; осуществлять общение в рамках определенной предметной области.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Программа рассчитана на 36 учебных часа, 36 недель, I полугодие - 17 недель, II полугодие - 19 недель. Начало занятий - 03.09.25 г., окончание занятий по программе - 20.05.25 г.

Начало учебного года	Окончание учебного года	Периодичность занятий	Количество часов в неделю	Количество часов за месяц	Количество часов за год
01.09.25 г.	26.05.25 г.	1 раз в неделю	1	4-5	36

2.2. Условия реализации программы

Реализация программы «Спортивный и эстрадный танец» позволит:

Формировать необходимые качества, присущие социально -активной личности (научить кружковцев активно реагировать на события школьной жизни, давать им собственную оценку и уметь передать содержание события в письменной форме для размещения на страницах школьной прессы). Уровень освоения дополнительной образовательной программы – общекультурный и специализированный, предполагает удовлетворение познавательных интересов ребенка, расширение его информированности , освоение понятий и технологий в области хореографической деятельности. Уровень усвоения содержания образования – творческий, предполагает поиск учащимися действий и применение знаний, ведущих к достижению поставленной цели , а также умение ребенка поставить перед собой определенную творческую задачу и самостоятельно наметить пути и способы ее выполнения (при выполнении разных видов журналистской деятельности).

Предусмотрены следующие *методы обучения*: словесные; наглядно-демонстрационные; практические, объяснительно-иллюстративный, исследовательский проблемный; игровой, дискуссионный, проектный и др.) и воспитания (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.). Занятия будут проводиться в следующих *формах*: лекция с презентацией нового материала; практическое занятие; тестирование; мозговой штурм; защита рефератов; конференция и др. *Формы организации образовательного процесса*: индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая. *Педагогические технологии* – технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология программированного обучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, технология дистанционного обучения, технология исследовательской деятельности, технология проектной деятельности, технология развития критического мышления через чтение и письмо, технология портфолио, технология педагогической мастерской, технология образа и мысли, технология решения изобретательских задач, здоровье сберегающая технология, технология-дебаты и др.

Программа «Спортивный и эстрадный танец» реализуется при наличии: дидактического материала и атрибутов; материально-технического обеспечения: - компьютерной сети для монтажа танца - наличие соответствующего программного обеспечения на компьютерах (программы Publisher) - принтера, сканера, цифрового фотоаппарата.

Кадровое обеспечение программы. Программа «Спортивный и эстрадный танец» реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

Алгоритм учебного занятия:

- 1) подготовка кабинета к проведению занятия (проветривание кабинета, подготовка необходимого инвентаря);
- 2) организационный момент (приветствие детей, настраивание учащихся на совместную работу, актуализация опорных знаний);
- 3) теоретическая часть (объявление темы занятия, цели и задач, объяснение теоретического материала);
- 4) физкультминутка;
- 5) практическая часть – закрепление изученного материала (выполнение упражнений и заданий по теме, игры);
- 6) окончание занятий (рефлексия, подведение итогов занятия)

2.3. Формы аттестации

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: готовая работа, диплом, дневник наблюдений, журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования, свидетельство (сертификат).

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: аналитическая справка, выставка, защита творческих работ, контрольная работа, научно-практическая конференция, олимпиада, портфолио, поступление выпускников в профессиональные образовательные организации по профилю.

Главным критерием достижения результата на протяжении всего периода обучения является подготовленный для публикации в школьной газете материал. Так как не все обучающиеся способны освоить материал программы в одинаковой степени, предполагается индивидуальный подход к практическим заданиям и оценке их исполнения (при этом учитываются интересы и склонности кружковцев). Дифференциация и индивидуализация обучения обеспечиваются деятельностью каждого кружковца, на базе которой формируются различные универсальные учебные действия с учетом структуры личности каждого ученика. Практическим выходом реализации программы является выступление. (1 раз в месяц).

2.4. Список литературы

Основная литература:

1. ФГОС Примерные программы начального образования. – «Просвещение», Москва, 2009.
2. ФГОС Планируемые результаты начального общего образования. – «Просвещение», Москва, 2009.
3. Захаров Р. Сочинения танца. - М.: Искусство, 1989.
4. Музыка и движение. - М.: Просвещение, 1984.
5. С.Казлаускас, Танцуем и играем, Шауляйский университет, 1997.
6. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.
7. Громов Ю.И. Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера. - СПб.: ИГУП, 1997.
8. Гребенкин А.В. Сценическое движение. Пособие для руководителей театральных студий и школ искусств. М., 2003.

Ресурсы Интернета:

Сайт: esta.nm.ru/dance/fw.html

<http://chertkov.ucoz.ru/MethodMaterial/Muz/posobie.pdf>

Сайт: www.valsis.ru (Учись танцевать вальс!)

<http://www.youtube.com/watch?v=GI37fUfGteY>

http://www.youtube.com/watch?v=Le16tzln_8Q

<http://4dancer.ru/index.php?nma=blog&fla=news&cat=20&ids=91>

http://tancor.spb.ru/f_waltz.htm

http://www.youtube.com/watch?v=iHLZ_3Qup-Y

<http://www.4dancing.ru/blogs/060910/266/>

<http://terpsihora.net/index.php/uroki/teoriya/131-pozitsii-ruk-i-nog-v-klassicheskom-tantse>

Приложение 1

Календарно-тематическое планирование

№п/п	Тема занятия	Всего часов	Количество часов		Дата проведения	
			Аудиторные	Внеаудиторные		
	1 год обучения				По плану	Факт
1	История возникновения и развития вальса.	1	1			
2	Виды вальса. Музыкальный размер $\frac{3}{4}$. Прослушивание различных видов вальса.	1	1			
3	Позиции ног и рук.	1	1			
4	Линия танца. Шаг вальса по линии танца.	1	1			
5	Поклон и реверанс.	1		1		
6	Вальсовая дорожка (променад).	1		1		
7	Маленький квадрат вальса с правой ноги.	1		1		
8	Большой квадрат вальса с правой ноги.	1		1		
9	Поворот партнерши под рукой.	1		1		
10	Положения в паре.	1		1		
11	«Лодочка» (представляет собой баланс по линии танца, а затем против нее).	1		1		
12	Разворот друг от друга с раскрытием.	1		1		
13	«Окошко».	1		1		
14	Раскрытия.	1		1		
15	Объединение танцевальных элементов					
16	Движение партнерши вокруг	1		1		

	партнера стоящего на одном колене.					
17	«Променад» (вальсовое вращение дам и одновременное шоссе кавалеров).	1		1		
18	Вращения в паре на носках вокруг своей оси.	1		1		
19	Маленький квадрат в паре, удерживая руки под локти.	1		1		
20	Большой квадрат в паре, удерживая руки под локти .	1		1		
21	Маленький квадрат в паре.	1		1		
22	Большой квадрат в паре.	1		1		
23	Движения в паре вперед-назад, держась за кисти рук.	1		1		
24	Движения в паре вперед-назад.	1		1		
25	Движения в паре вперед-назад с медленным Об.поворотом.	1		1		
26	Движения в паре с поворотом (венский вальс).	1		1		
27	Движения в паре с поворотом	1		1		
28	«Лодочка» и разворот друг от друга с раскрытием.	1		1		
29	«Окошко» и смена мест.	1		1		
30	Раскрытия с поворотом партнерши под рукой.	1		1		
31	I Комбинация: выход и поклон; «Лодочка» и разворот друг от друга с	1		1		

	раскрытием; «Окошко» и смена мест.					
32	II Комбинация: движение партнерши вокруг партнера стоящего на одном колене; раскрытия с поворотом партнерши под рукой и «Променад».	1		1		
33	III Комбинация: маленький квадрат в паре; большой квадрат в паре; венский вальс и поклон.	1		1		
34	I и II комбинация.	1		1		
35	Разучивание всего вальса в целом.	1		1		
36	Выступление перед родителями.	1		1		
	ИТОГО	36 ч.	4 ч.	32 ч.		

