

Краевое государственное казенное учреждение для детей сирот и детей,  
оставшихся без попечения родителей «Шушенский детский дом».

Рассмотрено на заседании  
методического совета  
протокол методического совета

№ 2 от 27 августа 2025г.

Утверждена:  
приказом директора № 84-2 от 29.08. 2025г.  
Директор КГКУ «Шушенский  
детский дом»

Г.С.Островерхова



## Дополнительная общеразвивающая программа «Мир танца»

Срок реализации программы: 1 год

Возрастная категория воспитанников: 7-18 лет

Составитель программы:  
педагог дополнительного  
образования  
Заморина Екатерина Викторовна

Шушенское 2025год

## Пояснительная записка

### Обоснование программы:

Дети, проживающие в детском доме, в своем развитии имеют ряд особенностей: у них наблюдается снижение познавательной активности, ограниченность кругозора, ситуативность умственных действий, которая определяется либо предметным окружением, либо прямыми указаниями взрослого, неразвитое воображение, отсутствие целеустремленности. Дети не умеют фантазировать, мечтать, их желания ограничены сиюминутными потребностями. При этом отмечается целый набор негативных черт характера: замкнутость, зависть, недоверие к людям и миру, болезненное честолюбие, упрямство, эгоизм, агрессивность. Таким детям малознаком язык жестов и мимики, изменчивых интонаций. Они редко проявляют сочувствие, сопереживание в отношениях с окружающими людьми. Данные проблемы в развитии необходимо корректировать, и занятия танцами во многом могут помочь детям развиваться в соответствии с возрастными нормами развития детей.

Танец - особый вид искусства, который помогает развивать не только физические данные человека, но и помогают в развитии психических процессов. На занятиях танцами у детей развивается познавательный интерес - стремление научиться чему – то новому, дети учатся самостоятельно придумывать танцевальные комбинации, движения, таким образом, развивается и воображение детей, также, воспитанники детского дома стремятся сделать лучше, чем одноклассники. Во время танцевальных занятий дети становятся более раскованными и свободными в поведении, они могут показать свои внутренние переживания путем танца, выполнения движений под музыку. По некоторым детям, особенно хорошо видно, когда ему нравится или нет то или иное упражнение, та или иная музыка, если упражнения и музыка ему нравятся-то он старается выполнить это упражнение правильно, так, чтобы его похвалили. Дети психоэмоционально освобождаются от негативных эмоций через движение под музыку. Танцевальные движения, разучиваемые на занятиях хореографией, позволяют развивать произвольность действий, улучшать концентрацию внимания, контролировать свое поведение во время групповых занятий при выполнении тех или иных действий. Занятия способствуют развитию высших психических функций, таких как: воображение, память, эмоционально-волевая сфера. Занятия хореографией раскрепощают детей, позволяют им выразить свои эмоции, переживания через движения под музыку.

### Направленность дополнительной общеразвивающей программы.

Общеразвивающая программа «Мир танца» предназначена для детей, проживающих в условиях детского дома и составлена с учётом возрастных и психологических особенностей развития воспитанников, уровня их возможностей и способностей. Общеразвивающая программа имеет художественную направленность и нацелена на развитие художественно-

эстетического вкуса, художественных способностей, творческого подхода, эмоционального восприятия и образного мышления, подготовки личности к постижению других видов творчества, формированию стремления к воссозданию чувственного образа воспринимаемого мира.

**Актуальность программы** обусловлена необходимостью формирования всесторонней и гармонично развитой личности ребёнка. В процессе занятий хореографией у воспитанников формируются такие качества как умение работать в коллективе, преодолевать трудности физического и эмоционального характера, умения презентовать себя. Обучение танцами способствует развитию координации, моторной памяти, формированию здоровой осанки.

**Цель программы:** социальная адаптация воспитанников, посредством приобщения к миру танцевального искусства.

**Задачи программы:**

**Обучающие:**

- познакомить детей с историей, терминологией и жанрами хореографии;
- научить понимать музыкальные фразы, выразительно и легко двигаться;

**Развивающие:**

- пробуждать и развивать потребность творческого самовыражения в различных жанрах танцевального искусства (народный, народно-стилизированный, эстрадный, классический, детский);
- развивать творческие способности детей на основе личностно-ориентированного подхода.
- развивать воображение и фантазию детей в танце.

**Воспитывающие:**

- воспитывать любовь и уважение к танцевальному искусству;
- прививать уважительное отношение в танцевальном коллективе (дисциплина, умение оказать помощь, бережное отношение к костюмам).

**Принцип построения программы.**

Реализация данной программы предполагает осуществление образовательной деятельности на следующих принципах:

- принцип дидактики («построение» учебного процесса от простого к сложному).
- принцип актуальности (предлагает максимальную приближенность содержания программы к реальным условиям деятельности детского дома).
- принцип системности (подразумевает систематическое проведение занятий).
- принцип творчества и успеха (индивидуальная и коллективная деятельность позволяет определить индивидуальные особенности воспитанников).



Учитывать характер ребенка, выявить движения его души, найти индивидуальный подход к нему с учетом пола, возраста, потребности, данного рода деятельности, выявить его творческий потенциал.

На выявление и развитие индивидуальных особенностей обучающихся, отводится не менее 10-15 минут на каждом занятии. Это и работа с детьми, требующими повторного показа, дополнительного объяснения или подсказка педагога, как легче и грамотнее выполнить то или иное упражнение, танцевальное движение или сложный элемент танца. С целью развития эмоциональности, выразительности в исполнительской деятельности, творческих способностей и актерского мастерства используется просмотр видеоматериала занятий с последующим их анализом и обсуждением с участниками коллектива. Для изучения или закрепления новых, сложных или трудных движений танца используется прием выполнения упражнений детьми по очереди с последующим анализом результатов педагогом или самими обучающимися (сравнение, выявление удач и ошибок), показ элементов движений педагогом или детьми, усвоившими разучиваемое движение.

Все замечания по ходу занятий делаются в спокойной, требовательной, но доброжелательной форме, без намека на унижение личности ребенка, с обязательными элементами поощрения и похвалы даже самых незначительных успехов обучающегося.

Занятия проводятся по группам, что дает возможность более продуктивно влиять на выработку у детей норм и правил высоконравственного поведения, добиваться сплочения коллектива, наладить дружбу, здоровые отношения между членами коллектива чему способствует дружеская атмосфера совместного творчества, делового содружества, взаимопонимания и полного доверия между педагогом и воспитанниками.

### **Основные формы и методы организации учебного процесса.**

Методы обучения в хореографическом коллективе могут классифицироваться следующим образом:

- методы словесные;
- методы наглядные (демонстрация выступлений);
- методы практические (упражнения).

Накопление эстетических впечатлений и воплощение собственных художественных образов являются средствами самовыражения и развития нравственно-эстетической сферы. При этом выбор заданий и следующие способы организации педагогического контроля и взаимодействия с ребенком:

- стимулирование проявлений образного мышления, эмоционально окрашенной эмоции и воображения;
- создание условий, позволяющих детям проявить инициативу к творчеству;
- учет эмоционально-психологических особенностей, индивидуальных предпочтений, интересов и склонностей воспитанников;
- включение в работу эффективных методов и приемов;

- создание особого психологического климата в детском творческом коллективе, способствующего свободному обмену мнениями, формированию чувства внутренней раскрепощенности;
- создание условий для правильной организации творческой деятельности.

На занятиях чаще всего применяются сочетания перечисленных выше методов.

### **Материально-техническое обеспечение**

**Для реализации данной программы необходимы:**

1. оборудованный балетными станками и зеркалами просторный класс со специальным покрытием пола (паркет, линолеум, ковровое покрытие);
2. наличие танцевальной формы (лосины, свободные трико, футболка, майка, чешки, балетки);
3. наличие аудиоаппаратуры с флэш-носителем;
4. наличие сценических танцевальных костюмов для выступлений;
5. наглядные пособия и методические разработки, специальная литература.

**Формы проведения занятий:**

- Учебное занятие;
- Беседа;
- Игра;
- Концерт;
- Конкурс;
- Мастер-класс.

**Ожидаемый результат. Универсальные учебные действия.**

Развитие личности воспитанников обеспечивается, прежде всего, через формирование универсальных учебных действий.

***Предметные:***

- понимать музыку разного эмоционально-образного содержания, разных жанров;
- умеют слушать музыкальное произведение, выделять в нем выразительные и изобразительные интонации;
- участвуют в коллективном воплощении образов;
- умеют передать различный ритмический рисунок;
- понимают термины, связанные с различными перестроениями;
- выполняют различные танцевальные шаги;
- владеют навыками самоорганизации и самооценки, умеют работать в паре и группе;
- знают правила ТБ.

***Познавательные:***

- расширяют свое представление о танце и танцорах из дополнительной литературе;
- придерживаются позиции активного исполнителя танца;
- выразительно исполняют танцевальные произведения, принимают активное участие в различных видах танцевальной деятельности;

***Регулятивные:***

- принимают и сохраняют учебную хореографическую, исполнительскую задачу, понимают смысл инструкции педагога;
- самостоятельно осуществляют контроль и самооценку своего участия в разных видах хореографической деятельности.

***Коммуникативные:***

- проявляют инициативу, участвуя в исполнении танца;
- контролируют свои действия в коллективной работе и понимают важность их правильного выполнения;
- стремятся к пониманию позиции другого человека;
- понимают важность сотрудничества со сверстниками и взрослыми.

***Личностные:***

- проявляют заинтересованность в творческой деятельности;
- умеют самостоятельно оценивать свою работу;
- ведут здоровый образ жизни;
- доброжелательно, внимательно относятся к окружающим.

**Дидактическое и техническое оснащение занятий:**

Методическое пособие:

- народный танец,
- классический танец,
- детский танец;

Видеоматериалы:

- народный, народно-стилизованый танец,
- классический танец,
- детский танец.

Техническое оснащение:

- музыкальный центр,
- спортивный инвентарь (мячики, скакалки, обручи, гимнастические резинки)
- гимнастические коврики и маты.

**Тематическое планирование по программе «Мир танца»**

**Группа «Радуга»**

Расписание: среда, четверг, пятница, суббота - 252ч., (из них 144ч. постановка)

Название темы	Количество часов	
	теория	практика
Вводное занятие. Правила техники безопасности. Правила поведения в кабинете.	1ч.	
Беседа-диалог «Значимость народно-сценического танца»	1ч.	
Разминка на середине зала. Работа рук в народном танце		1ч.
Разминка на середине зала. Работа рук в народном танце		1ч.
Работа корпуса в народном танце		2ч.
Постановочная работа		2ч.
Разминка на середине зала		1ч.
Постановочная работа		
Изучение позиций ног в народном танце		1ч.
Постановочная работа		5ч.
Изучение шагов в народном танце		3ч.
Простой шаг, переменный		
По восьмым, шестнадцатым		
Постановка		
Работа рук, корпуса, шаги в народном танце		3ч.
Постановка		
Изучение шен по диагонали		3ч.
Постановка		
Изучение «блинчики» по диагонали		3ч.
Постановка		
Изучение «бегунца» по кругу		3ч.
Разминка на середине зала. Отработка шена и бегунца		4ч.
Постановка		
Изучение «моталочка»		2ч.
Постановка		
Изучение «ковырялочка»		2ч.
Отработка изученного		3ч.
Постановка		
Разминка, шен, блинчики, бегунец		1ч.
Постановка		
Отработка изученного		3ч.
Постановка		
Изучение притопов и одинарного ключа		3ч.
Постановка		
Изучение двойного ключа		3ч.
Постановка		
Отработка ключей		3ч.
Разминка, шен, работа корпуса		1ч.
Отработка ковырялочка, моталочки		1ч.
Изучение моталочки в повороте		3ч.
Постановка		

Отработка ковырялочки и моталочки в повороте		4ч.
Постановка		
Изучение выстукивающих		3ч.
Постановка		
Отработка ключей и выстукивающих		4ч.
Постановка		
Разминка, шен, народные комбинации		3ч.
Постановка		
Отработка выстукивающих		3ч.
Постановка		
Изучение «молоточки»		3ч.
Постановка		4ч.
Народная комбинация с молоточками по диагонали ,изучение		3ч.
Постановка		
Отработка ковырялочки ,моталочки, народной комбинации		3ч.
Постановка		
Шен по диагонали		1ч
«Бегунец»		1ч
«Блинчики»		1ч.
Постановка		
Повторение изученного		3ч.
Постановка		
Изучение двойной дроби		4ч
Постановка		
Изучение «гороха»		3ч.
Постановка		
Отработка двойной дроби и «гороха»		4ч.
Постановка		
Отработка изученного		4ч.
Постановка		
Припадание, изучение		2ч.
Отработка дробей		4ч.
Постановка		
Отработка		4ч
Постановка		
Изучение двойной дроби в повороте		3ч
Изучение комбинации высокая ковырялочка		3ч
Отработка		3ч
<b>Итого: 252ч</b>		

## Тематическое планирование по программе «Мир танца»

### Группа «Звездочки, Радуга»

Расписание: вторник, среда - старшие 72ч., (из них 36ч. постановка)

Название темы	Количество часов	
	теория	практика
Вводное занятие Правила ТБ Правила поведения в кабинете хореографии	1ч.	

Разминкана середине зала		1ч
Разминка на середине зала в партере		1ч.
Работа корпуса (укрепление,расслабление)		3ч.
Работа над растяжкой		1ч
Постановка		1ч
Работа корпуса(укрепление,расслабление)		2ч.
Постановка		
Растяжка в партере		2ч
Постановка		
Изучение махов ногами по диагонали		3ч.
Постановка		
Разминка в партере с элементами Йоги		4ч
Постановка		1ч
Прыжки по диагонали		3ч.
Постановка		1ч
Разминка в партере с элементами Йоги		3ч
Махи ногами по диагонали		1ч
Постановка		
Прыжки по диагонали		1ч
Работа над растяжкой		4ч.
Постановка		
Растяжка в парах		2ч
Постановка		
Работа на пресс		2ч
Постановка		
Работа на растяжку,пресс		2ч
Постановка		1ч.
Махи ногами в партере		2ч.
Постановка		
Изучение шен по диагонали		3ч.
Изучение блинчики по диагонали		3ч
«Шен» по диагонали		1ч.
Постановка		1ч.
Изучение Бегунца по кругу		3ч.
Постановка		1ч
Отработка шенов		3ч.
Постановка		1ч
Работа в партере		3ч
Работа над растяжкой		2ч
Постановка		2ч
Постановка		
<b>Итого:72ч.</b>		

Тематическое планирование по программе «Мир танца»

**Индивидуальные занятия  
гр. «Радуга»**

Расписание: вторник, среда, пятница (108ч.)

Название темы	Количество часов	
	теория	практика
Вводное занятие Правила ТБ Правила поведения в кабинете хореографии	1ч.	
Строевые упражнения: построение в шеренгу и колонну. Ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием бедра («цапля»). Построение в круг.		1ч
Игроритмика: хлопки на каждый счет и через счет. Общеразвивающие упражнения без предметов: сочетание основных движений прямыми («Буратино») и согнутыми руками (за головой, к плечам, на пояс).		1ч
Хореографические упражнения: танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья. Танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья.		1ч
Танцевальные шаги: шаг с носка, приставной		1ч.
Музыкально-подвижная игра «Музыкальное эхо»		1ч
Упражнения на расслабление мышц: потряхивание кистями рук и предплечья в положении сидя и стоя. «Бабочка», «Корзинка»		1ч
Строевые упражнения: передвижение в обход, шагом и бегом. Бег по кругу и по ориентирам («змейкой»). «Лягушка», «Бабочка»		1ч.
Игроритмика: удары ногой, руками в ладошки на каждый счет и через счет. «Корзинка», «Кольцо»		1ч.
Основные движения туловища и головой. «лодочка»		1ч
Хореографические упражнения: танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья. Танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья. Танцевальные шаги с носка, приставной		1ч
Музыкально-подвижная игра «Музыкальное эхо». Упражнения на расслабление мышц: раскачивание руками из различных исходных положений.		1ч.
Игровой стрейчинг: «Колобок», «Смешной клоун», «Звезда», «Солнечные лучики», «Вафелька».		1ч
Строевые упражнения: передвижение в обход шагом и бегом. Бег по кругу и по ориентирам («змейкой»).		1ч
Перестроение из одной шеренги в несколько по образному расчету и указанию педагога		1ч.
Игроритмика: шаги на каждый счет и через счет.		1ч
Основные движения туловища и головой		1ч
Хореографические упражнения: танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья.		1ч.
Танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья. Танцевальные шаги		1ч
Музыкально-подвижная игра «Космонавты».		1ч

Упражнения на расслабление мышц и укрепление осанки: раскачивание руками из различных исходных положений; упражнения на осанку, в стойке руки за спину с захватом локтей наклоны, повороты туловища		1ч
Строевые упражнения, передвижение		1ч
Строевые упражнения: передвижение шагом и бегом. Построение в круг.		1ч.
Перестроение из одной шеренги в несколько по образному расчету и указанию педагога.		1ч
Игроритмика: шаги на каждый счет и через счет		1ч
Основные движения туловища и головой.		1ч
Танцевальные шаги.		1ч.
Танцевально-ритмическая гимнастика «Часики».		
Упражнения на расслабление мышц и укрепление осанки: раскачивание руками из различных исходных положений; упражнения на осанку, в стойке руки за спину с захватом локтей наклоны, повороты туловища		1ч
Игроритмика: на каждый счет занимающиеся по очереди хлопают в ладоши. Ритмический танец: «Большая стирка».		1ч.
Повороты переступанием по распоряжению. Перестроение из одной шеренги в несколько по образному расчету и указанию педагога.		1ч
Игроритмика: шаги на каждый счет и через счет.		1ч
Основные движения туловища и головой.		
Танцевальные шаги.		1ч.
Танцевально-ритмическая гимнастика «Часики».		1ч.
Упражнения на расслабление мышц и укрепление осанки: раскачивание руками из различных исходных положений; упражнения на осанку, в стойке руки за спину с захватом локтей наклоны		1ч
Строевые упражнения: построение в шеренгу; повороты переступанием. Перестроение в круг.		1ч
Игроритмика: на первый счет – хлопок, на второй, третий, четвертый счет – пауза.		1ч
Ритмический танец: полька «Старый жук».		3ч
Ритмический танец: полька «Старый жук».		
Ритмический танец: полька «Старый жук».		
Танцевально-ритмическая гимнастика «Часики».		1ч
Музыкально-подвижная игра «Поезд».		1ч
Музыкально-подвижная игра «Часики».		1ч
Пальчиковая гимнастика: поочередное сгибание и разгибание пальцев рук.		1ч
Упражнения на укрепление осанки: стойка руки за спину наклоны, повороты туловища, приседы.		1ч
Ритмический танец: полька «Старый жук».		1ч.
Игровой стрейчинг: «Смешной клоун», «Звезда», «Солнечные личики», «Вафелька», «Колобок».		1ч
Ритмический танец: полька «Старый жук».		1ч.
Игровой стрейчинг: «Смешной клоун», «Звезда», «Солнечные личики», «Вафелька», «Колобок».		1ч.
Строевые упражнения: построение в шеренгу.		1ч
Повороты переступание по распоряжению в		1ч

образно-двигательных действиях. Построение в круг.		
Игроритмика: на первый счет – притоп, на второй, третий, четвертый – пауза. Ритмический танец: полька «Старый жук»		1ч
Танцевально-ритмическая гимнастика «Часики».		1ч
Музыкально-подвижная игра «Поезд».		1ч
Игропластика: упражнения для развития гибкости: наклоны вперед, группировка, прогибание.		1ч
Строевые упражнения: построение в шеренгу. Построение в круг.		1ч.
Игроритмика: на первый счет – хлопок, на второй, третий, четвертый счет – пауза; на пятый счет – притоп, на шестой, седьмой, восьмой счет – пауза. Ритмический танец: полька «Старый жук».		1ч.
Игроритмика: на первый счет – хлопок, на второй, третий, четвертый счет – пауза; на пятый счет – притоп, на шестой, седьмой, восьмой счет – пауза. Ритмический танец: полька «Старый жук».		1ч
Танцевально-ритмическая гимнастика «Карусельные лошадки»		1ч
Музыкально-подвижная игра «Поезд».		1ч
Пальчиковая гимнастика: выставление одного, двух и т.д. пальцев. Работа одним пальцем, другие в кулак. Круговые движения кистями и пальцами рук в одну и другую стороны («оса»). Упражнения на укрепление осанки: стойка руки за спину наклоны, повороты туловища, приседы		1ч.
Танцевально-ритмическая гимнастика «Карусельные лошадки».		1ч
Пальчиковая гимнастика: выставление одного, двух и т.д. пальцев. Работа одним пальцем, другие в кулак. Круговые движения кистями и пальцами рук в одну и другую стороны («оса»). Упражнения на расслабление 10 мышц и укрепление осанки: контрастные движения руками и напряжение и расслабление.		1ч
Игровой стрейчинг: «Домик»		1ч.
Строевые упражнения: бег по кругу и ориентирам («змейкой»). Музыкально-подвижная игра «Конники-спортсмены».		1ч
Танцевально-ритмическая гимнастика «Карусельные лошадки», «Часики». Акробатические упражнения: равновесие на одной ноге с опорой и без нее.		1ч
Игропластика: упражнения на развития мышечной силы в образных и игровых двигательных действиях и заданиях (для мышц брюшного пресса – лежа на спине, сгибание и разгибание ног – «велосипед»). Упражнения на расслабление мышц и укрепление осанки: контрастные движения руками и напряжение и расслабление		1ч
Игроритмика: на каждый счет занимающиеся по очереди поднимают руки вперед, затем так же опускают вниз. Танцевальные шаги: мягкий высокий шаг на носках; поворот на 360 градусов на		1ч

шагах		
Музыкальноподвижная игра «Найди предмет». Игровой стрейчинг: «Черепашка»		1ч
Игроритмика: на каждый счет занимающиеся по очереди хлопают в ладоши. Танцевальные шаги: мягкий высокий шаг на носках; поворот на 360 градусов на шагах. Хореографические упражнения: полуприседы, стоя боком. Выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре. Повороты направо (налево), переступая на носках.		1ч.
Игропластика: упражнения на развития мышечной силы в образных и игровых двигательных действиях и заданиях (для мышц брюшного пресса – лежа на спине, сгибание и разгибание ног – «велосипед»).		1ч
Музыкальноподвижная игра «Найди предмет». Игровой стрейчинг: «Домик»		1ч
Пальчиковая гимнастика		1ч.
Игровой стрейчинг: «Звезда»		1ч.
Игровой стрейчинг «Самолет»		1ч.
Игровой стрейчинг «Вефелька»		1ч.
Игровой стрейчинг «Цветочек»		1ч.
Повторение		1ч.
Игропластика		3ч
Игровой стрейчинг «Коробочка»		1ч.
Игровой стрейчинг «Лисичка»		1ч.
Игровой стрейчинг «Черепашка»		1ч.
Игроритмика: на каждый счет занимающиеся по очереди хлопают в ладоши. Танцевальные шаги: мягкий высокий шаг на носках; поворот на 360 градусов на шагах. Хореографические упражнения: полуприседы, стоя боком. Выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре. Повороты направо (налево), переступая на носках.		4ч
Игропластика: упражнения на развития мышечной силы в образных и игровых двигательных действиях и заданиях (для мышц брюшного пресса – лежа на спине, сгибание и разгибание ног – «велосипед»). Упражнения на расслабление мышц и укрепление осанки: контрастные движения руками и напряжение и расслабление		2ч.
Строевые упражнения: бег по кругу и ориентирам («змейкой»). Музыкально-подвижная игра «Конники-спортсмены».		1ч.
Пальчиковая гимнастика: выставление одного, двух и т.д. пальцев. Работа одним пальцем, другие в кулак. Круговые движения кистями и пальцами рук в одну и другую стороны («оса»).		
Игропластика: упражнения для развития гибкости: наклоны вперед, группировка, прогибание.		
Строевые упражнения: построение в шеренгу. Построение в круг.		
Игроритмика: на первый счет – хлопок, на второй,		

третий, четвертый счет – пауза; на пятый счет – притоп, на шестой, седьмой, восьмой счет – пауза. Ритмический танец: полька «Старый жук».		
Игроритмика: на первый счет – хлопок, на второй, третий, четвертый счет – пауза; на пятый счет – притоп, на шестой, седьмой, восьмой счет – пауза. Ритмический танец: полька «Старый жук».		
Танцевальноритмическая гимнастика «Карусельные лошадки»		
Музыкально-подвижная игра «Поезд».		
Упражнения на расслабление мышц и укрепление осанки: раскачивание руками из различных исходных положений; упражнения на осанку, в стойке руки за спину с захватом локтей наклоны, повороты туловища		
Игроритмика: на каждый счет занимающиеся по очереди хлопают в ладоши. Ритмический танец: «Большая стирка».		
Повороты переступанием по распоряжению. Перестроение из одной шеренги в несколько по образному расчету и указанию педагога.		
Игроритмика: шаги на каждый счет и через счет.		
Основные движения туловища и головой.		
Танцевальные шаги.		
Танцевально-ритмическая гимнастика «Часики».		
Упражнения на расслабление мышц и укрепление осанки: раскачивание руками из различных исходных положений; упражнения на осанку, в стойке руки за спину с захватом локтей наклоны		
Строевые упражнения: построение в шеренгу; повороты переступанием. Перестроение в круг.		
Игроритмика: на первый счет – хлопок, на второй, третий, четвертый счет – пауза.		
<b>Итого: 108ч.</b>		

## Тематическое планирование по программе «Мир танца» Группа «Соколы, БЭМС, Лучи»

Расписание: четверг, суббота - старшие (72ч., из них 36ч. постановка)

Название темы	Количество часов	
	теория	практика
Вводное занятие Правила ТБ Правила поведения в кабинете хореографии	1ч.	
Разминка на середине зала		1ч.
Изучение присядки простой		1ч.
Изучение присядки с выносом ноги в сторону		1ч.
Изучение присядки с соскоком на две ноги		1ч.
Постановка		
Отработка присядок		3ч.
Постановка		1ч.
Изучение «разножки»		3ч.

Постановка		
Изучение «Флажок»		2ч.
Постановка		
Изучение трюка «бочонок»		3ч.
Постановка		2ч.
Отработка присядок		3ч.
Постановка		
Отработка трюков		3ч.
Постановка		1ч.
Изучение хлопушки простой		2ч.
Изучение хлопушки сложной с выносом ноги		4ч.
Постановка		
Постановка		
Отработка изученного		5ч.
Постановка		1ч.
Упражнения на укрепления корпуса		3ч.
Постановка		1ч.
Постановка		1ч.
Отработка изученного материала		2ч.
Постановка		
Повторение		
Изучение народной комбинации с хлопушкой		4ч.
Постановка		2ч.
Постановка		
Изучение «подсечки»		3ч.
Отработка изученного		3ч.
Постановка		1ч.
Отработка изученного		1ч.
Постановка		1ч.
Отработка народной комбинации		3ч.
<b>Итого: 72ч.</b>		

Тематическое планирование по программе «Мир танца.»  
Группа «Соколы, БЭМС, Лучи» младшие

Расписание: вторник, среда, суббота – (72 часа, постановка-36ч)

Название темы	Количество часов	
	теория	практика
Вводное занятие Правила ТБ Правила поведения в кабинете хореографии	1ч.	
Разминка на середине зала		2ч
Разминка ,работа над растяжкой		2ч.
Изучение подскоков		1ч
Изучение галопа		1ч.
Изучение сценического бега, ноги назад.		1ч.
Повторение		1ч.
Изучение «мячики»		1ч.
Разминка на середине зала		1ч.
Постановка		1ч
Отработка «Мячики»		2ч

Работа рук в народном танце		2ч.
Изучение «подсечки»		2ч
Изучение «простая присядка»		1ч.
Постановка		
Изучение присядки с выносом ноги		2ч.
Постановка		1ч.
Отработка изученного		3ч.
Изучение шагов		1ч.
Изучение хлопушки простой		2ч.
Постановка		2ч
Постановка		
Отработка изученного		1ч.
Изучение комбинации с хлопушкой		3ч.
Постановка		1ч.
Изучение комбинации с присядкой		3ч.
Постановка		2ч.
Постановка		
Присядка с выносом ног вперед. Изучение		3ч.
Отработка комбинаций		2ч.
Постановка		2ч.
Изучение присядки с выносом ног в сторону		2ч.
Отработка комбинаций		1ч.
Постановка		2ч
Отработка присядок		3ч.
Изучение трюка «Флажок»		3ч.
Постановка		1ч.
Изучение трюка «бочонок»		3ч.
Отработка		2ч.
Постановка		1ч.
Работа над растяжкой		1ч.
Отработка трюков		2ч.
Постановка		1ч.
Отработка присядок		2ч.
Отработка хлопушек		2ч.
Работа на середине зала, корпус, голова, плечи.		1ч.
Постановка		1ч.
Изучение стоек на руках		3ч.
Силовые упражнения		1ч.
Работа над растяжкой		1ч.
Постановка		2ч.
Мостик из положения лежа		1ч
Мостик из положения стоя		1ч
Переворот назад с выходом на руки		3ч.
Постановка		2ч.
Отработка гимнастических упражнений		2ч.
Работа над растяжкой. «Бабочка»		1ч
«Лягушка»		1ч.
«Корзинка»		1ч
«Кораблик»		1ч
Работа над растяжкой		1ч.
Постановка		1ч.
Повторение Присядок		3ч.
Повторение хлопушек		2ч.
Повторение стоек на руках		2ч.

Повторение упражнений на гибкость тела		2ч.
Постановка		
<b>Итого: 72ч.</b>		

Тематическое планирование по программе «Мир танца»  
Группа « Звездочки» средние

Расписание: пятница, суббота - (72 ч., постановка 36ч)

Название темы	Количество часов	
	теория	практика
Вводное занятие. Правила техники безопасности. Правила поведения в кабинете.	1ч.	
Беседа-диалог «Значимость народно-сценического танца»	1ч.	
Разминка на середине зала. Работа рук в народном танце		1ч.
Разминка на середине зала. Работа рук в народном танце		1ч.
Работа корпуса в народном танце		2ч.
Постановочная работа		2ч.
Разминка на середине зала		1ч.
Постановочная работа		
Изучение позиций ног в народном танце		1ч.
Постановочная работа		5ч.
Изучение шагов в народном танце		3ч.
Простой шаг, переменный		
По восьмым,шестнадцатым		
Постановка		
Работа рук, корпуса, шаги в народном танце		3ч.
Постановка		
Изучение шен по диагонали		3ч.
Постановка		
Изучение «блинчики» по диагонали		3ч.
Постановка		
Изучение «бегунца» по кругу		3ч.
Разминка на середине зала. Отработка шена и бегунца		4ч.
Постановка		
Изучение «моталочка»		2ч.
Постановка		
Изучение «ковырялочка»		2ч.
Отработка изученного		3ч.
Постановка		
Разминка, шен, блинчики, бегунец		1ч.
Постановка		
Отработка изученного		3ч.
Постановка		
Изучение притопов и одинарного ключа		3ч.
Постановка		
Изучение двойного ключа		3ч.
Постановка		
Отработка ключей		3ч.
Разминка ,шен, работа корпуса		1ч.

Отработка ковырялочки, моталочки		1ч
Изучение моталочки в повороте		3ч.
Постановка		
Отработка ковырялочки и моталочки в повороте		4ч.
<b>Итого: 72ч.</b>		

**Тематическое планирование по программе «Мир танца»  
Индивидуальные группа «Звездочки»**

Расписание: пятница (36 ч.)

Название темы	Количество часов	
	теория	практика
Вводное занятие. Правила техники безопасности. Правила поведения в кабинете.	1ч.	
Беседа-диалог «Значимость народно-сценического танца»	1ч.	
Разминка на середине зала. Работа рук в народном танце		1ч.
Разминка на середине зала. Работа рук в народном танце		1ч.
Работа корпуса в народном танце		2ч.
Постановочная работа		2ч.
Разминка на середине зала		1ч.
Постановочная работа		
Изучение позиций ног в народном танце		1ч.
Постановочная работа		5ч.
Изучение шагов в народном танце		3ч.
Простой шаг, переменный		
По восьмым, шестнадцатым		
Постановка		
Работа рук, корпуса, шаги в народном танце		3ч.
Постановка		
Изучение шен по диагонали		3ч.
Постановка		
Изучение «блинчики» по диагонали		3ч.
Постановка		
Изучение «бегунца» по кругу		3ч.
Разминка на середине зала. Отработка шена и бегунца		3ч.
<b>Итого: 36ч.</b>		

**Литература:**

1. Алекс Мур Техника латиноамериканских танцев, 2013 г.
2. Бекина С.И. Музыка и движение, Москва 2006 г.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца, С-Петербург 2005 г.
4. Васильева Т.К. Секрет танца, С-Петербург 2007 г.
5. Диниц Е.В. Азбука танцев. Донецк 2009 г.
6. Нормативный документ. Закон Российской Федерации об образовании.
7. Пасютинская В. Волшебный мир танца. Москва 2005 г.
8. Сборник приказов и документов министерства образования и науки  
Вестник Образования России, Подольск, 2017 г.
9. Тарасова Н.Б. Теория и методика преподавания народно-сценического танца. С-Петербург 2006 г.