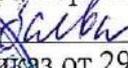


Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Центр внешкольной работы «Новая Авеста»  
(МБУ ДО Центр «Новая Авеста»)

Принята на заседании  
Педагогического совета  
МБУ ДО Центр «Новая Авеста»  
Протокол от 27.08.2025 г. №1

Утверждаю  
Директор МБУ ДО Центр «Новая Авеста»  
 Г.П. Заева  
Приказ от 29.08.2025 г. № 60-0



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
художественной направленности  
**«Ритмика»**  
на **2025-2026 учебный год**

Возраст обучающихся: 6,6-8 лет  
1 год обучения (144 часа)  
№ групп: 1  
Уровень: стартовый

Автор-составитель:  
Попова Полина Евгеньевна,  
Педагог дополнительного образования

г. Екатеринбург, 2025

## Содержание

	Наименование	Стр.
1.	Пояснительная записка	3
2.	Цель и задачи программы	3
3.	Планируемый результат	4
4.	Содержание программы	4
5.	Календарно-тематический план	8
6.	Условия реализации программы	13
7.	Список литературы	13
	Приложения	

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмика».

**Направленность рабочей программы** - художественная.

**Уровень рабочей программы:** стартовый

**Адресат программы:** обучающиеся 6,6-7 лет.

**Количество обучающихся в группе:** 15 человек.

**Объем и срок освоения рабочей программы.** 1 год обучения, 144 часа в год.

**Периодичность и продолжительность занятий** 2 раза в неделю по 2 часу на группу, 1 час равен 45 минутам.

**Форма обучения:** групповая.

**Виды занятий:** беседа, практическое занятие, тренинг, открытое занятие.

**Формы подведения результатов:** педагогическое наблюдение, контрольные вопросы и упражнения, открытое занятие, отчётный концерт.

**Особенности организации образовательной деятельности:**

группы формируются из обучающихся одного возраста; состав группы постоянный, специального отбора в группы не проводится.

Учебный год начинается с 12 января.

Рабочую программу реализует педагог дополнительного образования и концертмейстер.

Рабочая программа «Ритмика» реализуется в течение всего учебного года, включая каникулярное время.

## 2. Цель и задачи рабочей программы

**Цель:** развитие творческих и физических способностей обучающихся средствами хореографического искусства.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- знакомить обучающихся с историей хореографии и танца;
- знакомить с основными понятиями ритмики и видами танца;
- обучать комплексу физических упражнений на развитие основных групп мышц;
- обучать упражнениям для постановки корпуса, рук, ног и головы;
- обучать правилам исполнения танцевальных элементов.
- формировать умения и навыки выполнения физических и ритмических движений под музыку;
- обучать технике безопасности.

**Развивающие:**

- развивать мотивацию к занятиям ритмикой и танцем;
- развивать музыкальные качества (музыкальный слух, чувство ритма);
- развивать восприятие, внимание, память, воображение,

**Воспитательные:**

- формировать начальные навыки здорового образа жизни;
- воспитывать личностные качества: самостоятельность, ответственность, самодисциплину;
- воспитывать культуру общения и поведения в социуме.

### 3. Планируемые результаты

#### Метапредметные:

- развитие творческих способностей детей;
- развитие музыкального слуха и чувства ритма;
- укрепление мышечной, дыхательной и сердечно-сосудистой систем;
- формирование правильной осанки;
- развитие ловкости, гибкости, выносливости, быстроты, пластики;

#### Личностные:

- развитие у детей активности и самостоятельности, коммуникативных способностей;
- формирование трудолюбия и настойчивости в достижении цели;
- закрепление интереса учащихся к занятиям;
- укрепление дружеских связей между учащимися;
- создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве;
- развитие эмоциональной отзывчивости и культуры восприятия произведений музыкального и хореографического искусства;
- формирование нравственных и эстетических чувств.

#### Предметные:

- приобретение базовых знаний по партерной гимнастике;
- освоение азбуки музыкального развития;
- умение выполнять элементы ритмики;
- умение выполнять упражнения партерного экзерсиса;
- освоение основ классического танца;
- умение ориентироваться в пространстве и навык соблюдения рисунка танца.

### 4. Содержание программы

#### Раздел 1. ГИМНАСТИКА

**Тема 1.1. Вводное занятие.** Знакомство с коллективом. Внешний вид и правила поведения на занятиях. Основные задачи гимнастики.

Теория: Знакомство с коллективом. Инструктаж по ТБ. Основные правила этики, безопасности и гигиены. Знакомство с требованиями к внешнему виду, форме одежды (обувь, костюм, прически).

Практика: Обучение поклому (приветствие - прощание). Упражнения, которые помогут определить уровень физической подготовленности детей (координация, гибкость, растяжка).

**Тема 1.2. Разновидности ходьбы (танцевальный шаг, марш) в разных пространственных перестроениях.**

Теория. Знакомство с мышцами тела.

Практика. Бытовой шаг, ходьба на высоких и низких полупальцах, на пятках, на внутренней и внешней стороне стопы, «гусиным шагом», с переплетающимися ногами и т. д.

Марш на месте, по квадрату, по кругу, по прямой, по диагонали, в построении в линии, шеренги, колонны, размыкания и смыкания. Марш с добавлением движений: головы - повороты, наклоны; рук.

**Тема 1.3. Ритмические упражнения.**

Теория: Основные понятия хореографии: поклон, точки зала, разметка зала (линии, диагонали). Музыка и ее характер – варианты музыкального сопровождения, характер музыки (веселый, печальный, плавный, обрывистый, медленный, быстрый и т.д.), музыкальный размер: 2/4, 4/4, 3/4. Основы хореографии: изучение позиций ног (I, II, III, VI),

рук (подготовительное положение, I, II, III).

Практика: Ритмические упражнения под музыку: разминка (спортивно- танцевальная, танцевально-образная) – упражнения по кругу, на середине зала. Упражнения на гибкость и силу. Упражнения на развитие быстроты. Упражнения на развитие ловкости. Упражнения в равновесии на баланс.

#### **Тема 1.4. Упражнения на напряжение и расслабление группы мышц тела**

Теория: Развитие и укрепление мышцы тела.

Практика: Напряжение и расслабление мышц шеи; ног; рук; всего корпуса. Подъем и сброс плеч. «Твердые» и «мягкие» руки. «Твердые» и «мягкие» ноги.

#### **Тема 1.5. Упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок**

Теория: Польза развития и укрепления мышц тела.

Практика: Вытягивание и сокращение подъема стопы по VI позиции ног; развороты стоп с вытянутым и сокращенным подъемом в I позиции ног; вращательные движения стопами внутрь и наружу; приподнимание в воздух вытянутых ног попеременно на 25°, 45°, 60°; упражнение «складка» - наклон ровного корпуса на вытянутые ноги с захватом руками стоп ног.

#### **Тема 1.6. Упражнения для развития выворотности ног, подвижности и гибкости коленного сустава**

Теория: Развитие и укрепление мышцы тела.

Практика: В положении лежа на спине: напряжение и расслабление ягодичных мышц; поворот бедер, голени и стоп внутренней стороной наружу; круговые движения голенью ног вправо, влево. В положении сидя: упражнение «велосипед». В положении сидя по-турецки: подъем корпуса в вертикальное положение без участия рук; выпрямление колен до соприкосновения их внутренней части с полом по VI позиции ног. В положении стоя на коленях: сед на пол между стопами ног.

#### **Тема 1.7. Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра**

Теория: Развитие и укрепление мышцы тела.

Практика: В положении лежа на спине:

- поочередное выпрямление согнутых ног с помощью рук;
- легкое раскрытие ног в стороны, расслабляя колени, и закрывание через сопротивление в стопе и голени.

В положении сидя: наклоны вперед, с касанием вытянутых и разведенных в стороны ног, касаясь локтями пола; поочередное касание пола коленом вовнутрь согнутых и поставленных врозь ног; упражнение «лягушка» — касание пола согнутыми в коленях и разведенными врозь ногами; упражнение «лягушка» с наклоном корпуса вперед; подъем на колени с вытянутыми руками вперед из положения, сидя на пятках, с руками на поясе (при седлообразной спине);

отведение прямой ноги назад на носок, с подачей корпуса вперед, с руками на поясе, стоя на колене другой ноги (при седлообразной спине).

#### **Тема 1.8. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса**

Теория: Развитие и укрепление мышцы тела.

Практика: В положении лежа на спине: поочередный и одновременный подъем выворотных ног с сокращением и вытягиванием стоп в воздухе; подъем корпуса. В положении сидя:

упражнение «ножницы» — поочередное выбрасывание прямых ног вверх с большой и малой амплитудой, раскрытие и перекрещивание ног над полом; отведение одной руки назад с взглядом на кисть в упоре на коленях (при седлообразной спине).

### **Тема 1.9. Упражнения на развитие гибкости позвоночника**

Теория: Развитие и укрепление мышцы тела.

Практика: Упражнения «березка», «лодочка», «качели», «кольцо», «мостик».

### **Тема 1.10. Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья**

Теория: Развитие и укрепление мышцы тела.

Практика. В положении лежа на животе: подъем плеч вверх и назад, ладони рук в захвате локтей за головой без отрыва грудной клетки от пола.

В положении сидя: подъем таза вперед-вверх с опорой на руки сзади корпуса и на ноги.

В положении упора на коленях: касание подбородком пола с одновременным сгибанием рук в локтях (при сутулой спине); наклон корпуса вперед с последующим касанием плеч пола; с вытянутой одной рукой вперед (вторая рука под подбородком) отклонение таза вправо, влево; прогиб спины назад с касанием вытянутыми руками стоп.

### **Тема 1.11. Комплексы упражнений партерной гимнастики**

Теория: Развитие и укрепление мышцы тела.

Практика: Комплексы упражнений партерной гимнастики, построенные на пройденных упражнениях.

## **Раздел 2. РИТМИКА**

### **Тема 2.1. Характер музыкального произведения**

Теория: Понятие о характере музыкального произведения.

Практика: Танцевальная импровизация в характере музыкального произведения. Отражение характера музыки в движении (в танцевальных элементах, музыкально-ритмических комбинациях).

### **Тема 2.2. Темп**

Теория: Понятие о темпе. Знакомство с выразительным значением темпа музыки. (Медленно, умеренно, быстро).

Практика: Слушание музыки, определение темпа музыкального произведения. Исполнение движений в различных темпах, чередуя их в соответствии с музыкой, постепенно ускоряя и замедляя.

### **Тема 2.3. Динамика**

Теория: Понятие о силе звучания, динамических оттенках (форте, пиано), легато-стаккато.

Практика: Слушание музыки, определение динамических оттенков звучания.

### **Тема 2.4. Метроритм**

Теория: Понятия «сильная доля», «такт», «музыкальный размер», «ритмический рисунок». Знакомство с музыкальным размером 4/4, 2/4. Примеры различных ритмических рисунков. «Восьмые», «четверти».

Практика: Определение на слух сильной доли в произведениях на 4/4, 2/4. Дирижирование 4/4, 2/4. Определение музыкального размера произведения, длительностей. Прохлопывание в ладоши, проигрывание на музыкальных инструментах, исполнение на шагах ритмических рисунков пьес.

### **Тема 2.5. Строение музыкального произведения (форма).**

Теория: Понятия: музыкальное вступление, музыкальная фраза, музыкальная часть, двух и трёх частная форма построения музыкального произведения.

Практика: Определение на слух начала и конца музыкальной фразы. Выполнение и смена движений в зависимости от строения музыкального произведения, вовремя начинать и заканчивать движения.

### **Тема 2.6. Шаги**

Теория: Правила исполнения, отличительные особенности и сходства различных видов шага и бега, характер их исполнения.

Практика: Ходьба под музыку по кругу, по диагонали, врасыпную (по одному, в паре, всей группой): различные виды ходьбы, подскоки, бег.

### **Тема 2.7. Постановка корпуса**

Теория: Понятие об особенностях постановки корпуса (балетной осанке).

Практика: Исполнение упражнения по постановке корпуса на середине зала в свободной позиции ног.

### **Тема 2.8. Позиции ног.**

Теория: Знакомство учащихся с различными позициями ног в хореографии.

Практика: Исполнение VI позиции ног (позднее I,II,III не выворотные позиции ног).

### **Тема 2.9. Положения рук**

Теория: Знакомство учащихся с различными положениями рук в танце.

Практика: Исполнение упражнений по постановке рук: на поясе; за юбку; на поясе; в паре (боковое положение, лицом друг к другу, «лодочка», «воротца», скрещенное положение).

### **Тема 2.10. Движения плечами и головой**

Теория: Знакомство учащихся с возможными движениями плеч, особенности их выполнения, знакомство с возможными движениями головы в танце.

Практика: Выполнение учащимися упражнений плечами и головы: поднимание-опускание; круговые движения; наклоны; повороты.

### **Тема 2.11. Plie**

Теория: Понятие термина plie, demi plie. Правила исполнения demi plie.

Практика: Исполнение учащимися demi plie по VI, I, II не выворотным позициям.

### **Тема 2.12. Releve**

Теория: Понятие термина releve . Правила исполнения releve на полупальцы.

Практика: Исполнение releve на полупальцы по VI, I, II не выворотным позициям.

### **Тема 2.13. Выдвижение ноги**

Теория: Правила исполнения и особенности работы отдельных групп мышц ног и спины. Понятия об опорной и рабочей ноге.

Практика: Исполнение учащимися выдвижения ноги из VI позиции ног в сторону, вперед и назад. (Позднее из I не выворотной позиции ног.)

### **Тема 2.14. Прыжки**

Теория: Различные виды прыжков. Правила исполнения, особенности работы отдельных групп мышц. Роль demi plie в прыжках.

Практика: Исполнение различных видов прыжков в разных музыкальных раскладках: на двух ногах по VI, I, II не выворотным позициям; на одной ноге; «барабанчики».

## **Раздел 3. ТАНЕЦ**

### **Тема 3.1. Рисунки танца**

Теория: Понятие о рисунке танца, технология построения и перестроения в некоторых рисунках.

Практика: построения и перестроения, исполнение движений: по кругу (направление

движения по кругу: по линии танца, против линии танца); в линии; в колонки; в диагональ; в «шахматном порядке».

### **Тема 3.2. Танцевальные элементы**

Теория: виды ходьбы, прыжков. Техника и методика исполнения танцевальных элементов.

Практика: изучение и выполнение танцевальных шагов, бега, прыжков, подскоков. Разучивание реверанса для девочек и поклона для мальчиков на 4/4. Исполнение танцевальных этюдов с элементами актёрского мастерства. Примеры этюдов: «Ширма», «Птичий двор».

### **Тема 3.3. «Полька»**

Теория: История происхождения танца «полька». Музыкальный размер, характер в котором исполняется полька.

Практика: Исполнение танца полька в свободной композиции.

### **Тема 3.4. «Хоровод»**

Теория: Происхождение танца хоровод. Музыкальный размер, характер в котором исполняется хоровод.

Практика: Исполнение танца хоровод в свободной композиции.

### **Тема 3.5. «Падеграс»**

Теория: история происхождения танца падеграс. Музыкальный размер, характер в котором исполняется падеграс. Правила исполнения элементов танца падеграс

Практика: Исполнение элементов танца «Падеграс» и его свободной композиции.

### **Тема 3.6. Музыкально-танцевальный концерт**

Теория: Инструктаж по ТБ и правилам поведения на сцене.

Практика: Показ творческих номеров.

## **5. Календарно-тематический план**

Дата	№	Форма занятия	Кол-во уч. часов		Тема занятия	Форма контроля
			практ	теор		
12.01.26	1	Практическое занятие	0,5	1,5	Знакомство с коллективом. Инструктаж по ТБ. Обучение поклону (приветствие - прощание).	Наблюдение
14.01.26	2	Практическое занятие	1,5	0,5	Знакомство с мышцами тела. Бытовой шаг.	Наблюдение
19.01.26	3	Практическое занятие	2		Марш. Марш с добавлением движений.	Наблюдение
21.01.26	4	Практическое занятие	1,5	0,5	Основные понятия хореографии. Ритмические упражнения под музыку.	Наблюдение
26.01.26	5	Практическое занятие	2		Упражнения на гибкость и силу. Упражнения на развитие быстроты.	Наблюдение
28.01.26	6	Практическое занятие	2		Упражнения на развитие ловкости. Упражнения в равновесии на баланс.	Наблюдение
02.02.26	7	Практическое	1,5	0,5	Развитие и укрепление мышцы	Наблюдение

		занятие			тела. Напряжение и расслабление всего корпуса.	
04.02.26	8	Практическое занятие	2		Подъем и сброс плеч. «Твердые» и «мягкие» руки. «Твердые» и «мягкие» ноги.	Наблюдение
09.02.26	9	Практическое занятие	1,5	0,5	Польза развития и укрепления мышц тела. Вытягивание и сокращение подъема стопы по VI позиции ног.	Наблюдение
11.02.26	10	Практическое занятие	2		Развороты стоп с вытянутым и сокращенным подъемом в I позиции ног.	Наблюдение
16.02.26	11	Практическое занятие	2		Приподнимание в воздух вытянутых ног попеременно на 25°, 45°, 60°.	Наблюдение
18.02.26	12	Практическое занятие	1,5	0,5	Развитие и укрепление мышцы тела, в положении лежа на спине	Наблюдение
25.02.26	13	Практическое занятие	2		В положении сидя: упражнение «велосипед». В положении сидя по-турецки: подъем корпуса в вертикальное положение без участия рук.	Наблюдение
02.03.26	14	Практическое занятие	2		В положении стоя на коленях: сед на пол между стопами ног.	Наблюдение
04.03.26	15	Практическое занятие	1,5	0,5	Развитие и укрепление мышцы тела. В положении лежа на спине.	Наблюдение
11.03.26	16	Практическое занятие	2		В положении сидя: наклоны вперед, с касанием вытянутых и разведенных в стороны ног.	Наблюдение
16.03.26	17	Практическое занятие	2		Подъем на колени с вытянутыми руками вперед из положения, сидя на пятках, с руками на поясе.	Наблюдение
18.03.26	18	Практическое занятие	1,5	0,5	Развитие и укрепление мышцы тела. В положении лежа на спине.	Наблюдение
23.03.26	19	Практическое занятие	2		В положении сидя: упражнение «ножницы» с большой и малой амплитудой.	Наблюдение
25.03.26	20	Практическое занятие	1,5	0,5	Развитие и укрепление мышцы тела. Упражнения «березка», «лодочка».	Наблюдение
30.03.26	21	Практическое занятие	2		Упражнения «качели», «кольцо», «мостик».	Наблюдение
01.04.26	22	Практическое занятие	1,5	0,5	Развитие и укрепление мышцы тела, в положении лежа на животе, сию и упора на коленях.	Наблюдение
06.04.26	23	Практическое занятие	1,5	0,5	Развитие и укрепление мышцы тела. Комплексы упражнений партерной гимнастики.	Наблюдение
08.04.26	24	Практическое занятие	2		Комплексы упражнений партерной гимнастики,	Наблюдение

					построенные на пройденных упражнениях.	
13.04.26	25	Практическое занятие	1,5	0,5	Понятие о характере музыкального произведения. Танцевальная импровизация. Отражение характера музыки в движении	Наблюдение
15.04.26	26	Практическое занятие	1,5	0,5	Понятие о темпе. Знакомство с выразительным значением темпа музыки. Слушание музыки, определение темпа музыкального произведения.	Наблюдение
20.04.26	27	Практическое занятие	2		Исполнение движений в различных темпах, чередуя их в соответствии с музыкой, постепенно ускоряя и замедляя.	Наблюдение
22.04.26	28	Практическое занятие	1,5	0,5	Понятие о силе звучания, динамических оттенках (форте, пиано), легато-стаккато. Слушание музыки.	Наблюдение
27.04.26	29	Практическое занятие	2		Определение динамических оттенков звучания.	Наблюдение
29.04.26	30	Практическое занятие	1,5	0,5	Понятия «сильная доля», «такт», «музыкальный размер», «ритмический рисунок». Определение на слух сильной доли в произведениях на 4/4, 2/4.	Наблюдение
04.05.26	31	Практическое занятие	2		Определение музыкального размера произведения, длительностей. Прохлопывание в ладоши.	Наблюдение
06.05.26	32	Практическое занятие	1,5	0,5	Понятия: музыкальное вступление, музыкальная фраза и тд. Определение на слух начала и конца музыкальной фразы.	Наблюдение
11.05.26	33	Практическое занятие	1,5	0,5	Правила исполнения, отличительные особенности и сходства различных видов шага и бега, характер их исполнения. Ходьба под музыку.	Наблюдение
13.05.26	34	Практическое занятие	2		Различные виды ходьбы, подскоки, бег.	Наблюдение
18.05.26	35	Практическое занятие	1,5	0,5	Понятие об особенностях постановки корпуса (балетной осанке).	Наблюдение
20.05.26	36	Практическое занятие	2		Исполнение упражнения по постановке корпуса на середине зала в свободной позиции ног.	Наблюдение
25.05.26	37	Практическое занятие	1,5	0,5	Знакомство учащихся с различными позициями ног в хореографии.	Наблюдение

					Исполнение VI позиции ног.	
27.05.26	38	Практическое занятие	2		I,II,III не выворотные позиции ног.	Наблюдение
02.09.26	39	Практическое занятие	1,5	0,5	Инструктаж по ТБ. Знакомство учащихся с различными положениями рук в танце. Исполнение упражнений по постановке рук: на поясе; за юбку.	Наблюдение
04.09.26	40	Практическое занятие	2		Исполнение упражнений по постановке рук в паре (боковое положение, лицом друг к другу, «лодочка», «воротца», скрещенное положение).	Наблюдение
09.09.26	41	Практическое занятие	1,5	0,5	Знакомство учащихся с возможными движениями плеч. Выполнение учащимися упражнений плечами и головы.	Наблюдение
11.09.26	42	Практическое занятие	1,5	0,5	Понятие термина plie, demiplie. Правила исполнения demiplie	Наблюдение
16.09.26	43	Практическое занятие	2		Исполнение учащимися demiplie поVI,I,II не выворотным позициям.	Наблюдение
18.09.26	44	Практическое занятие	1,5	0,5	Понятие термина releve . Правила исполнения releve на полупальцы.	Наблюдение
23.09.26	45	Практическое занятие	2		Исполнение releve на полупальцы по VI,I,II не выворотным позициям.	Наблюдение
25.09.26	46	Практическое занятие	1,5	0,5	Правила исполнения и особенности работы отдельных групп мышц ног и спины. Понятия об опорной и рабочей ноге.	Наблюдение
30.09.26	47	Практическое занятие	2		Исполнение учащимися выдвигания ноги из VI позиции ног в сторону, вперед и назад. (Позднее из I не выворотной позиции ног.)	Наблюдение
02.10.26	48	Практическое занятие	1,5	0,5	Различные виды прыжков. Правила исполнения, особенности работы отдельных групп мышц. Роль demiplie в прыжках.	Наблюдение
07.10.26	49	Практическое занятие	2		Исполнение различных видов прыжков в разных музыкальных раскладках.	Наблюдение
09.10.26	50	Практическое занятие	0,5	1,5	Понятие о рисунке танца, технология построения и перестроения в некоторых рисунках.	Наблюдение
14.10.26	51	Практическое занятие	2		Построения и перестроения.	Наблюдение
16.10.26	52	Практическое занятие	2		Исполнение движений по кругу (направление движения по кругу:	Наблюдение

					по линии танца, против линии танца).	
21.10.26	53	Практическое занятие	2		Построения и перестроения в линии; в колонки.	Наблюдение
23.10.26	54	Практическое занятие	2		Построения и перестроения в диагональ и в «шахматном порядке».	Наблюдение
28.10.26	55	Практическое занятие	0,5	1,5	Виды ходьбы, прыжков. Техника и методика исполнения танцевальных элементов.	Наблюдение
30.10.26	56	Практическое занятие	2		Изучение и выполнение танцевальных шагов, бега, прыжков, подскоков.	Наблюдение
06.11.26	57	Практическое занятие	2		Разучивание реверанса для девочек и поклона для мальчиков на 4/4.	Наблюдение
11.11.26	58	Практическое занятие	2		Исполнение танцевальных этюдов с элементами актёрского мастерства.	Наблюдение
13.11.26	59	Практическое занятие	2		Примеры этюдов: «Ширма», «Птичий двор».	Наблюдение
18.11.26	60	Практическое занятие	1	1	История происхождения танца «полька». Музыкальный размер, характер в котором исполняется полька.	Наблюдение
20.11.26	61	Практическое занятие	2		Исполнение танца полька в свободной композиции.	Наблюдение
25.11.26	62	Практическое занятие	2		Исполнение танца полька в свободной композиции.	Наблюдение
27.11.26	63	Практическое занятие	2		Исполнение танца полька в свободной композиции.	Наблюдение
02.12.26	64	Практическое занятие	1	1	Происхождение танца хоровод. Музыкальный размер, характер в котором исполняется хоровод.	Наблюдение
04.12.26	65	Практическое занятие	2		Исполнение танца хоровод в свободной композиции.	Наблюдение
09.12.26	66	Практическое занятие	2		Исполнение танца хоровод в свободной композиции.	Наблюдение
11.12.26	67	Практическое занятие	2		Исполнение танца хоровод в свободной композиции.	Наблюдение
16.12.26	68	Практическое занятие	1	1	История происхождения танца падеграс. Музыкальный размер, характер в котором исполняется падеграс.	Наблюдение
18.12.26	69	Практическое занятие	2		Правила исполнения элементов танца падеграс	Наблюдение
23.12.26	70	Практическое занятие	2		Исполнение элементов танца «Падеграс» и его свободной композиции.	Наблюдение
25.12.26	71	Практическое занятие	2		Исполнение элементов танца «Падеграс» и его свободной	Открытое занятие

					композиции.	
30.12.26	72	Практическое занятие	1,5	0,5	Показ творческих номеров.	
			124	20		
			144			

## 6. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

- хореографический станок;
- гимнастические коврики (20 штук);
- музыкальный инструмент (фортепиано);
- колонка;
- музыкальный центр.

Кадровое обеспечение:

В реализации общеразвивающей программы участвует 2 специалиста:

Попова Полина Евгеньевна, педагог дополнительного образования.

Квалификационная категория:.

Образование: средне-специальное. ГАПОУ СО Свердловский областной педагогический колледж, специальность «Педагог дополнительного образования в области хореографии», г.

Педагогический стаж работы – 2 года, по специальности – 2 года, в данном учреждении – 2 года.

Гилева Светлана Михайловна, концертмейстер.

Квалификационная категория: высшая.

Образование: высшее. ОГОУ СПО «Свердловское областное училище им. П.И.Чайковского», специальность «Руководитель хора и творческого коллектива, учитель музыки», 2005 г.

Педагогический стаж работы – 12 лет, по специальности – 9 лет, в данном учреждении – 4 года.

Методическое обеспечение:

- нотный материал.

## 7. Список литературы

### Список литературы для педагога

1. Акулова Н.В. Классический тренаж в коллективе народного танца (метод. Письмо). – НМЦ, 1981.
2. Анисимов В.П. Диагностика музыкальных способностей детей: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2004.-128 с.
3. Базарова Н.П. Классический танец. – Л.: Искусство, 1975.
4. Базарова Н.П. и Мей В.П. Азбука классического танца Л - М., 1964.
5. Батырев А., Бурцева Г. Композиция танца. – Барнаул, НМЦ, 1991. – 34 с.
6. Буйлова Л.Н., Буданова Г.П. Дополнительное образование: норматив. док. и материалы. — М.: Просвещение, 2008.
7. Буренина А.И. Коммуникативные танцы-игры для детей: Учеб.пособие.-СПб.:Издательство «Музыкальная палитра»,2004.-36с.
8. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – Л.: Искусство. 1980.

9. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии. – М.: Искусство, 1968,64
10. Голованов В.П. Методика и технология работы педагога дополнительного образования: учеб. Пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. — М.: ВЛАДОС, 2004.
11. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учеб. Пособие для студ. Вузов культуры и искусств. - М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС,2003
12. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды: учеб. пособие для студ. хореограф.фак. вузов культуры и искусств / Г.П. Гусев. - М.: Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС,2004.
13. Дополнительное образование детей: сборник авторских программ / ред.-сост. З.И. Невдахина. Вып. 3. — М.: Народное образование, 2007.
14. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманьянц Е. Народно-сценический танец. М., 1976.
15. Зими́на А.Н.образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4-8 лет.-М.,1991.
16. Ильина Г.А. Особенности развития музыкального ритма у детей. - Киев,1961.
17. Сценическое воспитание на уроке хореографии//Учитель.- №3, май-июнь 2003
18. Казаринова Т.А. Хороводы и кадрили Пермской области: Учебное пособие.- Пермь,2002.
19. Казаринова Т. Магическая сила пространства сцены // Сов. Балет, 1991 № 5.
20. Каргина З.А. Практическое пособие для педагога дополнительного образования// Библиотека журнала «Воспитание школьников» — Изд. доп. Вып. 77. — М.: Школьная Пресса, 2008.
21. Климов А. Основы русского народного танца. – М.: Искусство, 1975,1981
22. Климов А.А. Основы русского народного танца: Учебник для ВУЗов культуры и искусств. – М.: МГИК, 1994.
23. Климов А.А. Основы русского народного танца: Учебник для хореогр. отд. инст. культуры. – М.: Искусство, 1981.
24. Комарова Т.С.Условия и методика развития детского творчества.-М.,1994.
25. Королева Э., Курбет В, Мардарь М. Молдавский народный танец. – М., 1984.
26. Критерии эффективности реализации образовательных программ дополнительного образования детей в контексте компетентностного подхода.
27. Материалы к учебнометодическому пособию / Под ред. проф. Н.Ф. Радионовой. — СПб.: Издательство ГОУ «СПбГДТЮ», 2005.
28. Мочалов Ю. Композиция сценического пространства: Поэтика мизансцены. – М.: Просвещение, 1981.
29. Овчаренко Е. Народно-сценический танец. – Барнаул, 1996.
30. Овчаренко Е., Смолянинова Н. История и теория народно-сценического танца. – Барнаул, 2000.
31. Оценка эффективности реализации программ дополнительного образования детей: компетентностный подход. Методические рекомендации / Под ред. проф. Н.Ф. Радионовой. — СПб.: Издательство ГОУ «СПб ГДТЮ», 2005. 19
32. Смирнов Е.В. Северная кадрили: (шесть танцев). – Петрозаводск. Карелия, 1977.
33. Хворост И. Белорусские народные танцы. – Минск, 1977.

### **Список литературы для обучающихся:**

1. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца. – Москва. Просвещение, 1985.
2. Балет. Энциклопедия. Москва. Современная энциклопедия. 1986.
3. Энциклопедия обрядов и праздников. СПб, «Респек», 1996.
4. Дашкова И. Загадки Терпсихоры. Москва. Детская литература, 1989.
5. Блок Д.Д. Классический танец. История и современность. Искусство, 1987.
6. Погодина Е.В. 16 уроков для будущих джентльменов и принцесс. Харьков, «Фимео», 1997.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 80760091953345287616995357499410305195481097556

Владелец Заева Галина Петровна

Действителен с 09.04.2025 по 09.04.2026