

**Частное общеобразовательное учреждение
«Общеобразовательная гимназия «Альбертина»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор «Гимназии
«Альбертина»
Е.В. Ольшанская
от 29.08.2025 года

Рабочая программа
дополнительного образования
«Танцевальный калейдоскоп»
на 2025-2026 учебный год

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

"ГИМНАЗИЯ "АЛЬБЕРТИНА", ОЛЬШАНСКАЯ ЕЛЕНА ВИКТОРОВНА, директор

29.08.25 12:15 (MSK)

Сертификат 019B81E50053B01E934ECB754D4EC3843D

СОДЕРЖАНИЕ

№	Наименование разделов	стр
1.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Планируемые результаты освоения программы	
2.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	4
2.1.	Учебный план реализации программы	5
2.2.	Календарно - тематическое планирование	
3.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	10
3.1.	Организационно-педагогические условия	18
3.2.	Список использованной литературы	

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка.

Посредством знакомства дошкольников с искусством хореографии можно осуществить как эстетическое, так и физическое воспитание детей, развить у них художественный вкус, воспитать благородство манер, а танцевальные упражнения и движения укрепляют мышцы тела вырабатывают правильную осанку развивают ловкость, пластику и координацию движения.

И если в системе дошкольного воспитания разработаны специальные программы музыкально — ритмической деятельности детей, направленной на воспитание у каждого ребёнка творческого начала, то такая образовательная деятельность как хореография отсутствует. Соответственно нет и образовательных программ по хореографии.

Исходя из этого, и была составлена данная программа по хореографии.

Данная программа предназначена для занятий хореографией дошкольников, где занятия проводятся в течение учебного года с воспитанниками с 3 до 7 лет.

Цель программы:

Приобщение дошкольников к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

Задачи:

- воспитание нравственно – эстетических чувств.
- формирование познавательного интереса и любви к прекрасному.
- раскрытие художественно–творческих, музыкально–двигательных способностей, творческой активности, самостоятельности, выносливости, упорства и трудолюбия воспитанников.
- знакомство детей с хореографическими терминами, основами классического и народного танца.
- укрепление костно-мышечный аппарат воспитанников

Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения классического, народного танца, что способствует развитию танцевальности воспитанников. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над движениями.

Классический танец воспитывает строгий вкус, чувство меры, благородную, сдержанную манеру исполнения. Народный танец является одним из средств выражения самобытности народа, его духа, характера, традиций.

Программа дана по возрастам дошкольников. На каждом этапе обучения дается материал по основным трем разделам: 1) ритмика и музыкальная грамота, 2) азбука классического танца, 3) элементы народного танца. Хотя программа разделена на отдельные тематические части, но в связи со спецификой занятий в хореографическом кружке границы их несколько сглаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы классического и народного танца.

По программе для каждого возраста дошкольника обучения предусмотрено 2 часа в неделю. По расписанию занятия проводятся 2 раза продолжительностью: 3-4 года-15 минут, 4-5 лет-20 минут, 5-7 лет-30 минут.

1.2. Планируемые результаты освоения программы:

Дошкольники должны знать:

- характер музыки;
- виды темпа;
- музыкальные размеры;
- средства музыкальной выразительности;
- правила построения в шеренгу, колонну, круг;
- позиции ног и рук;
- правила построения корпуса;
- характерные особенности женской и мужской пляски;
- методику исполнения танцевальных комбинаций у станка и на середине зала;
- правила исполнения дробей и вращений;

Дошкольники должны уметь:

- точно реагировать на изменения темпа;
- уметь вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой;
- воспроизводить хлопками и притопами ритмические рисунки;
- ориентироваться в танцевальном зале;
- правильно исполнять танцевальные шаги, подскоки, повороты на 1/4, 1/2

круга;

- иметь навык вежливого обращения к партнёру по танцу;
- передавать характер, стиль, художественный образ танца, созданный музыкой;

музыкой;

- выполнять танцевальные ходы и движения русского танца;
- выполнять поклон в народном характере;
- выполнять движения в «зеркальном отражении»;
- самостоятельно исполнять любое движение или танцевальную комбинацию;
- выполнить дроби в такт, соединить их в простую комбинацию;
- исполнить вращение на месте, в продвижении на беге и прыжках (девочки);

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Содержание программы включает следующие разделы:

В первый раздел включаются коллективно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально - ритмическое развитие воспитанников. На первом году обучения они строятся на шаге и беге в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве и времени, развивая музыкальность. В дальнейшем ритмическое воспитание происходит непосредственно на элементах танцевальных движений.

Во втором разделе вводятся элементы классического танца. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины, ног, способствуют развитию координации движений.

В третий раздел —элементы народного танца—включены танцы разного характера. На этом материале необходимо дать воспитанникам представление о диапазоне национальных плясок: от спокойных до темпераментных, от танцев, где ведущая роль принадлежит рукам и корпусу, до таких, где техника ног доводится до виртуозности. Использование различных танцев позволяет развивать координацию корпуса, рук, ног и головы.

Формы:

- обучающее занятие;
- тренировочное занятие;
- коллективно – творческое занятие;
- индивидуальное занятие;
- беседы по истории танца;

Методы:

- словесный (объяснение, замечание);
- наглядный (личный показ педагога, видеоматериалы, просмотр выступлений детских танцевальных коллективов);
- практический (объяснение и показ педагогом движений, поз, переходов, рисунков танца с последующим повторением учениками; разучивание по частям; временное упрощение заданий, соединение отдельных комбинаций в фигуры танца).

Формы подведения итогов.

Эффективности занятий оценивается педагогом в соответствии с программой, исходя из того, освоил ли дошкольник за учебной год все то, что должен был освоить. В повседневных занятиях самостоятельная отработка учениками танцевальных движений позволяет педагогу оценить насколько понятен учебный материал, внести соответствующие изменения.

Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым воспитанником, стабильном составе групп. Эти показатели постоянно анализируются педагогом и позволяют ему корректировать свою работу.

2.2. Учебный план реализации программы с дошкольниками 3-4 лет.

№ п/п	Название разделов	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	1	0	1
2.	«Ритмика и музыкальная грамота»	15	2	13
2.1	Знакомство с музыкальной грамотой	1	0,5	0,5

2.2	Танцевальный шаг	2	-	2
2.3	Танцевальный бег	4	-	4
2.4	Ритмопластика	5	-	5
2.5	Работа над постановками танцевальными	3	-	3
3	«Азбука классического танца»	10	1	9
3.1	Основы классического танца	1	1	-
3.2	Координация движения	3	-	3
3.3	Ритмопластика	3	-	3
3.4	Работа над постановками танцевальными	3		3
4	«Элементы народного танца»	30	1	29
4.1	Основы народного танца	1	1	-
4.2	«Дробушки»	2	-	2
4.3	Хоровод	10	-	10
4.4	Ритмопластика	10	-	10
4.5	Работа над постановками танцевальными	8	-	8

	Итого:	72	2,5	69,5

2.3. Учебный план реализации программы с дошкольниками 4-5 лет.

№ п/п	Название разделов	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	1	0	1
2.	«Ритмика и музыкальная грамота»	15	2	13
2.1	Знакомство с музыкальной грамотой	1	0,5	0,5
2.2	Танцевальный шаг	2	-	2
2.3	Танцевальный бег	4	-	4
2.4	Ритмопластика	5	-	5
2.5	Работа над постановками танцевальными	3	-	3
3	«Азбука классического танца»	10	1	9
3.1	Основы классического танца	1	1	-
3.2	Координация движения	3	-	3
3.3	Ритмопластика	3	-	3
3.4	Работа над постановками танцевальными	3	-	3

4	«Элементы народного танца»	30	1	29
4.1	Основы народного танца	1	1	-
4.2	«Дробушки»	2	-	2
4.3	Хоровод	10	-	10
4.4	Ритмопластика	10	-	10
4.5		8	-	8
	Итоги:	72	2,5	69,5

2.4. Учебный план реализации программы с дошкольниками 5-7 лет.

№ п/п	Название разделов	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	2	0	2
2.	«Ритмика и музыкальная грамота»	32	1	31
2.1	Знакомство с музыкальной грамотой	1	1	-
2.2	Танцевальный шаг	2	-	2
2.3	Танцевальный бег	6	-	6
2.4	Ритмопластика	6	-	6
2.5	Репетиции	4	-	4
2.6	Сводная репетиция			
	Монтировочная репетиция			

	Генеральная репетиция	5	-	5
		2	-	2
		3	-	3
2.7	Премьера	2	-	2
3	«Азбука классического танца»	10	1	9
3.1	Основы классического танца	1	1	-
3.2	Координация движения	3	-	3
3.3	Ритмопластика	3	-	3
3.4	Работа над постановками танцевальными	3	-	3
		3	-	3
	Репетиции Сводная репетиция	1	-	1
3.5	Монтировочная репетиция	1	-	1
	Генеральная репетиция			
	Премьера			
4	«Элементы народного танца»	30	1	29
4.1	Основы народного танца	1	1	-
4.2	«Дробушки»	2	-	2
4.3	Хоровод	6	-	6
4.4	Ритмопластика	6	-	6
4.5	Репетиции Сводная репетиция	5	-	5
4.6	Монтировочная репетиция			
	Генеральная репетиция	1	-	1
		4	-	4
	Премьера	4	-	4
4.7		1	-	1

		72	1	71
	Итого:			

**2.5. «Календарно-тематическое планирование» занятий
с дошкольниками 3-4 лет.**

№	Дата проведения		Кол-во часов	Тема занятий	Оборудование и материалы
	Месяц	Неделя			
1.	Сентябрь	I	2	Вводное занятие Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	
2.	Сентябрь	II	2	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	
3.	Сентябрь	III	2	Музыкальный размер. Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	
4.	Сентябрь	IV	2	Танцевальная музыка: марши, польки, вальсы.	
5.	Октябрь	I	2	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	
6.	Октябрь	II	2	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);	
7.	Октябрь	III	2	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу)	
8.	Октябрь	IV	2	Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног.	
9.	Ноябрь	I	2	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед,	

				назад, галоп.	
10.	Ноябрь	II	2	Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия.	
11.	Ноябрь	III	2	Поклон. Позиции ног – I, II, III, IV	
12.	Ноябрь	IV	2	Позиции рук – подготовительное положение, I, III, II	
13.	Декабрь	I	2	Relevés на полупальцы в I, II, V позициях с вытянутых ног	
14.	Декабрь	II	2	Port de bras в сторону, назад в сочетании с движениями рук	
15.	Декабрь	III	2	Plie (полуприседания) во всех позициях	
16.	Декабрь	IV	2	Plie (полуприседания) во всех позициях	
17.	Январь	II	2	Grands plie в I, II, V, IV позициях	
18.	Январь	III	2	Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия.	
19.	Январь	IV	1	Хлопки в ладоши	
20.	Январь	IV	1	Позиции и положения рук. Движение кисти.	
21.	Январь	V	1	Позиции ног. Положение стопы и подъема.	
22.	Январь	V	1	Позиции ног. Положение стопы и подъема.	
23.	Февраль	I	2	Port de bras в сторону, назад в сочетании с движениями рук	
24.	Февраль	II	2	battement tendu (выведение ноги на носок)	
25.	Февраль	III	2	battement tendu (выведение ноги на носок)	
26.	Февраль	IV	2	Grands plie в I, II, V, IV позициях	

27.	Март	I	1	Grands plie в I, II, V, IV позициях	
28.	Март	II	1	Battements tendus jets (маленькие броски)	
29.	Март	III	2	Battements tendus jets (маленькие броски)	
30.	Март	IV	2	Battements tendus jets (большие броски)	
31.	Апрель	I	2	Прыжки на I, II и V позициях (temps leve)	
32.	Апрель	II	2	Позиции ног. Положение стопы и подъема.	
33.	Апрель	III	2	Позиции и положения рук. Движение кисти.	
34.	Апрель	IV	2	Танцевальный шаг с носка, переменный шаг	
35.	Май	II	2	Ковырялочка без подскоков	
36.	Май	II	2	Припадание на месте, с продвижением в сторону	
37.	Май	III	2	«Веревочка» простая	
38.	Май	IV	2	«Косичка»	
39.	Май	V	2	«Маятник»	
			72		

2.5. «Календарно-тематическое планирование» занятий с дошкольниками 4-5 лет.

№	Дата проведения		Кол-во часов	Тема занятий	Оборудование и материалы
	Месяц	Неделя			
1.	Сентябрь	I	2	Вводное занятие Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	
2.	Сентябрь	II	2	Побудить детей к участию в танцевальных импровизациях.	
3.	Сентябрь	III	2	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	
4.	Сентябрь	IV	2	Элементы партерной гимнастики (выполняются)	

				лежа на спине, на животе и сидя на полу);	
5.	Октябрь	I	2	Понятие о рабочей и опорной ноге.	
6.	Октябрь	II	2	Понятие «шаг» 45°, 90°, 180°. Растяжка	
7.	Октябрь	III	2	Постановка корпуса. Движения плечами, руками	
8.	Октябрь	IV	2	Шахматный порядок. Основные танцевальные элементы.	
9.	Ноябрь	I	2	Постановка корпуса. Движения плечами, руками	
10.	Ноябрь	II	2	Шахматный порядок. Основные танцевальные элементы.	
11.	Ноябрь	III	2	Полька	
12.	Ноябрь	IV	2	Полька	
13.	Декабрь	I	2	Полька	
14.	Декабрь	II	2	Demi-plis и grand-plis (полуприседания и полные приседания)	
15.	Декабрь	III	2	Battements tendus (скольжение стопой по полу)	
16.	Декабрь	IV	2	Battements tendus jets (маленькие броски)	
17.	Январь	II	2	Grand battements jets (большие броски)	
18.	Январь	III	2	Grand battements jets (большие броски)	
19.	Январь	IV	1	Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу)	
20.	Январь	IV	1	Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу)	
21.	Январь	V	1	rond de jambe par terre на demi-plie (круговые движения по полу в полуприседании)	
22.	Январь	V	1	Battements fondus в	

				сторону, вперед, назад носок в пол	
23.	Февраль	I	2	Battements fondus в сторону, вперед, назад на 45°	
24.	Февраль	II	2	Battements frappes в сторону, вперед, назад носок в пол	
25.	Февраль	III	2	Battements frappes в сторону, вперед, назад на 45°	
26.	Февраль	IV	2	Temps leve saute по I, II, V позициям	
27.	Март	I	1	Glissade (прыжок с продвижением)	
28.	Март	II	1	Ковырялочка с притопом	
29.	Март	III	2	«Гармошка», «Елочка».	
30.	Март	IV	2	Упражнения с ненапряженной стопой (флик-фляк).	
31.	Апрель	I	2	«Веревочка» с переступанием	
32.	Апрель	II	2	«Веревочка» в сочетании с пристукиванием.	
33.	Апрель	III	2	Припадание вперед, в сторону, на месте	
34.	Апрель	IV	2	Дробь с подскоком на месте и с продвижением вперед	
35.	Май	II	2	Дробные выстукивания.	
36.	Май	II	2	«Ключ» простой и дробный	
37.	Май	III	2	Вращение на полупальцах (с продвижением по диагонали)	
38.	Май	IV	2	Вращение - бег с откидыванием согнутых ног назад (на месте, по диагонали с продвижением по кругу).	
39.	Май	V	2	Вращение - бег с откидыванием согнутых ног назад (на месте, по диагонали с	

				продвижением по кругу).	
			72		

**2.5. «Календарно-тематическое планирование» занятий
с дошкольниками 5-7 лет.**

№	Дата проведения		Кол- во часов	Тема занятий	Оборудование и материалы
	Месяц	Неделя			
1.	Сентябрь	I	2	Вводное занятие. Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	
2.	Сентябрь	II	2	Прыжки.	
3.	Сентябрь	III	2	Вращения, повороты.	
4.	Сентябрь	IV	2	Комбинированные танцевальные элементы.	
5.	Октябрь	I	2	Выполнение основных движений под музыку на 2/4 и 4/4.	
6.	Октябрь	II	2	Понятие «дистанция», изменение направления движения.	
7.	Октябрь	III	2	Отработка построений “линии”, “шахматы”, ”диагонали”, ”круг”.	
8.	Октябрь	IV	2	Отработка построений “линии”, “шахматы”, ”диагонали”, ”круг”.	
9.	Ноябрь	I	2	Demi-plis u grand-plis (полуприседания и полные приседания)	
10.	Ноябрь	II	2	Battements tendus (скольжение стопой по полу)	
11.	Ноябрь	III	2	Battements tendus jets (маленькие броски)	
12.	Ноябрь	IV	2	Battement soutenu.	
13.	Декабрь	I	2	Attitude (поза, при которой поднятая вверх нога полусогнута)	
14.	Декабрь	II	2	Rond de jambe en l'air (круговые движения в воздухе)	

15.	Декабрь	III	2	Rond de jambe en l'air (круговые движения в воздухе)	
16.	Декабрь	IV	2	Flic-flac (мазок ногой к себе, от себя)	
17.	Январь	II	2	Échappé (прыжок со сменой позиции ног в воздухе)	
18.	Январь	III	2	Chrandement de pieds (прыжок из 5 позиции в 5 со сменой ног)	
19.	Январь	IV	1	Полуповорот на полупальцах	
20.	Январь	IV	1	«Веревочка с переборами»	
21.	Январь	V	1	«Веревочка» в сочетании с пристукиванием.	
22.	Январь	V	1	«Моталочка»	
23.	Февраль	I	2	Вращение по диагонали на подскоках.	
24.	Февраль	II	2	Вращения - прыжки на двух ногах (по 4 и 8 прыжков с поджатыми ногами).	
25.	Февраль	III	2	Дробь в «три листика» (женская)	
26.	Февраль	IV	2	Дробь «хромого» (мужская)	
27.	Март	I	1	Дробные ходы.	
28.	Март	II	1	Дробные ходы.	
29.	Март	III	2	Бег с высоким подъемом колена вперед по 1 прямой позиции	
30.	Март	IV	2	Движения из украинского танца «Бегунец», «Медленный женский ход»	
31.	Апрель	I	2	Движения из украинского танца «Бегунец», «Медленный женский ход»	

32.	Апрель	II	2	Вращения по диагонали, по кругу	
33.	Апрель	III	2	Вращения на месте	
34.	Апрель	IV	2	Движение «Сиртаки»	
35.	Май	II	2	Боковой ход в украинском танце	
36.	Май	II	2	Тройной притоп	
37.	Май	III	2	Движение «Выхильястик»	
38.	Май	IV	2	Танцевальные комбинации с дробями	
39.	Май	V	2	Танцевальные комбинации с дробями	
			72		

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Организационно-педагогические условия.

- информационно-методическое обеспечение программы (учебно-методические пособия, пакет технолого-методического материала и сценарно-режиссерских разработок, наглядно-иллюстративные и дидактические материалы, CD с фонограммами, караоке, видеозаписи досуговых программ);
- материально-техническое обеспечение (костюмерная, музыкальный центр, телевизор, DVD проигрыватель, компьютер, фото и видеотехника);

3.2. Список использованной литературы:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии.- Москва.- Айрис-Пресс.- 1999
2. Богданов Г. Хореографическое образование.- М.- 2001
3. Богомолова Л.В. Основы танцевальной культуры/ программа экспериментального курса.- Москва.- Новая школа.- 1993
4. Боттомер П. Урок танца.- Москва.- Эксмо-Пресс.- 2003
5. Ваганова А. Я. Основы классического танца. С.- Петербург. Москва. Краснодар.- 2003
6. Карп П. О. О балете.- М.- 1967
7. Костровицкая В., Писарев Л. Школа классического танца.- Л.-1968
8. Климов А. Особенности русского народного танца.- М.- 2002
9. Климов А. Русский народный танец.- М.- 2002
10. Костровицкая В. 100 уроков классического танца.- М.- 1981
11. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца.- Санкт-Петербург.- Искусство.- 2001
12. Сердюков В.П.. Программа по классическому танцу. Для хореографических отделений музыкальных школ и школ искусств.- М.- 1987

13. Танцы и ритмика в начальной школе/ методическое пособие.- Москва.- 1995
14. Ткаченко Т.Т. Народный танец.- Москва.- 2002
15. Устинова Т. А. Избранные русские народные танцы.- М.,1996.
16. Федорова Г. Танцы для развития детей.- М.-2000