

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дом детства и юношества Приморского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБУ ДО ДДЮ
Приморского района
Санкт-Петербурга
Протокол № 12
от 27 августа 2026 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказ № 324-д от 27.08.2026 г.
Директор ГБУ ДО ДДЮ
Приморского района
Санкт-Петербурга

_____ А.В. Кравченко

Дополнительная общеразвивающая программа

«ПОГРУЖЕНИЕ В МИР ТАНЦА»

Срок освоения программы: 1 год
Возраст обучающихся: 7-9 лет

Разработчик:
Пипченкова Мария Константиновна
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Погружение в мир танца» (далее – Программа) разработана в соответствии с нормативно-правовыми актами Российской Федерации и локальными актами ГБУ ДО ДДЮ Приморского района Санкт-Петербурга.

Направленность программы – художественная.

Адресат программы – обучающиеся 7-9 лет, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий.

Актуальность программы. Данная программа является подготовительной для программ хореографической направленности и рассчитана на детей, не имеющих опыта занятий в хореографическом коллективе. Она знакомит ребенка с танцем, не только как с развлечением, но и как спортивной деятельностью и творческим процессом. Поскольку участниками программы являются дети, только перешедшие в категорию школьников, она помогает познакомить их с организацией, структурой и дисциплиной на занятиях в игровой форме. С помощью подразделов программы можно провести детальную диагностику данных ребенка, а также выявить истинную мотивацию для занятий, что является важным для дальнейшего распределения по группам и удержания интереса в процессе обучения.

В связи с высокой плотностью населения, проживающего в Приморском районе г. Санкт-Петербурга, необходимо создать достаточное количество мест для дополнительного образования детей, проживающих в данном районе, в рамках стратегии федерального проекта «Успех каждого ребенка». Данная программа выступает инструментом для самореализации детей и раскрытия их талантов, а также для мотивации к познанию, творчеству, труду и спорту, составлена на основе опыта обучения детей танцевально-спортивным направлениям с учетом особенностей учреждения дополнительного образования, возраста и уровня подготовки детей, их интересов, режима и временных параметров осуществления деятельности.

Уровень освоения – общекультурный.

Объем и срок реализации программы:

Программа рассчитана на 1 года – 144 учебных часа.

Цель:

Развитие духовно-нравственного, творческого и физического потенциала обучающихся посредством изучения искусства современной хореографии.

Задачи:

Воспитательные:

- воспитать навыки самостоятельности; подготовка к началу занятия (внешний вид, рабочее место, инвентарь), сбор, уход и переодевание в костюм, отработка хореографического материала, подготовка творческого задания,
- воспитать навыки сотрудничества со сверстниками, работы в коллективе; выполнение упражнения в паре или группе; помощь в выполнении упражнения; помощь в освоении комбинации однагруппнику; сотворчество при выполнении творческих заданий.
- воспитать дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей: знать расписание занятий и следовать ему, приходить на занятия в требуемой форме,

соблюдать правила поведения на занятии, соблюдать правила безопасности во время игр, выполнения упражнений, акробатических элементов,

- привить культуру поведения на сцене и за кулисами.

Развивающие:

- развить физические данные: координацию, баланс, растяжку, прыжок, гибкость и подвижность суставов.
- развить творческие способности: эмоциональную выразительность, навык импровизации, актерское мастерство.
- развить пространственное мышление: выстраивать рисунки танца не зависимо от размера площадки и количества участников; делать перестроения в соответствии с расстоянием, музыкальной фразой и другими участниками процесса; ощущать положение своего тела в различных плоскостях.
- развить музыкальный слух, дифференцированное восприятие разных ритмических рисунков музыки.

Обучающие:

- изучить и использовать в лексиконе термины и названия элементов;
- знать позиции рук, ног, корпуса в джазовом, современном и классическом танце.
- научиться исполнению хореографических движений.
- научиться элементам кросса
- изучить прыжки
- научиться принципу изоляции, через выполнение комбинаций для рук, ног, комплекс ритмических упражнений;
- научить выполнять акробатические и гимнастические упражнения;
- выучить танцевальные комбинации;
- разучить музыкальные игры.

Планируемые результаты:

Личностные:

- будут воспитаны навыки самостоятельности при подготовке к началу занятия (внешний вид, рабочее место, инвентарь), при сборе, уходе и переодевание в костюм, при отработке хореографического материала, подготовке творческого задания.
- будут воспитаны навыки сотрудничества со сверстниками и работе в коллективе; выполнение упражнения в паре или группе; помощь в выполнении упражнения; помощь в освоении комбинации однагруппнику; сотворчество при выполнении творческих заданий.
- будут воспитаны навыки дисциплинированности и упорства в достижении поставленных целей: знать расписание занятий и следовать ему, приходить на занятия в требуемой форме, соблюдать правила поведения на занятии, соблюдать правила безопасности во время игр, выполнения упражнений, акробатических элементов.
- будут воспитаны навыки культуры поведения на сцене и за кулисами.

Метопредметные:

- будут иметь хорошую физическую форму, как залог здорового образа жизни.
- будут развиты творческие способности при решении задач.
- будут развиты навыки ориентироваться в пространстве

Предметные:

- будут знать и использовать в лексиконе термины и названия элементов;
- будут знать и уметь выполнить позиции рук, ног, корпуса в джазовом, современном и классическом танце.
- будут уметь исполнять хореографические движений.
- будут уметь элементы кросса
- будут знать и выполнять прыжки
- будут знать и выполнять движения по принципу изоляции, через выполнение комбинаций для рук, ног, комплекс ритмических упражнений;
- будут знать и выполнять акробатические и гимнастические упражнения;
- будут знать и выполнять танцевальные комбинации.

Организационно-педагогические условия реализации

Язык реализации: русский, государственный язык Российской Федерации.

Форма обучения: очная.

Условия набора в группу

На первый год обучения принимаются дети 7-9 лет, которые проявляют интерес к искусству танца, творчеству и самовыражению. Основанием для зачисления служит желание ребенка, а также согласие родителей выполнять требования образовательной программы.

Условия формирования групп

Формирование групп проводится в начале учебного года. В течение учебного года допускается дополнительный набор при наличии свободных мест.

Количество обучающихся в группе:

1 год обучения – не менее 15 обучающихся.

Формы проведения занятий

- учебное занятие;
- экскурсия;
- концерт;
- беседа;
- показ;
- объяснение;
- занятие-игра;
- открытый урок;
- постановочная работа.

Формы организации деятельности на занятии

- 1) Групповая форма: в малых группах; индивидуально-групповая.
- 2) Фронтальная форма: работа со всей группой, четкое расписание, единое содержание. При этом содержанием обучения на фронтальных занятиях может быть деятельность художественного характера: беседа, показ, объяснение.
- 3) Коллективная.
- 4) Дистанционная.

Материально-техническое оснащение программы

Просторный зал с подходящим напольным покрытием, зеркалами и хорошей вентиляцией; гимнастические коврики, йога блоки, фортепиано; синтезатор/пианино, ноутбук и звукоусиливающая аппаратура достаточной мощности; экран с видеопроектором или телевизор большого размера.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие	2	2	0	Опрос; беседа
2	Музыкальные игры	24	6	18	Наблюдение; опрос исполнение задания
3	Перестроения	16	4	12	Исполнение контрольного задания
4	Развитие чувства ритма	16	4	12	Исполнение контрольного задания
5	Танцевальные этюды	12	2	10	Контрольный показ
6	Дыхательная гимнастика	12	4	8	Опрос; беседа Наблюдение
7	Упражнения на координацию	16	4	12	Исполнение контрольного задания
8	Прыжки	16	4	12	Исполнение контрольного задания
9	Танцевальные композиции	12	2	10	Контрольный показ
10	Репетиционная работа	16	4	12	Наблюдение; опрос исполнение задания
11	Итоговое занятие	2	0	2	Контрольный показ
ИТОГО		144	35	109	

УТВЕРЖДЕН
Приказ № 324-д от 27.08.2026 г.
Директор ГБУ ДО ДДЮ
Приморского района
Санкт-Петербурга

_____А.В. Кравченко

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
первый	1 сентября	31 мая	36	144	Два раза в неделю по 2 часа 1 академический час 45 минут

Рабочая программа
к дополнительной общеразвивающей
программе «Погружение в мир танца» 1 года обучения

Задачи:

Воспитательные:

- воспитать навыки самостоятельности; подготовка к началу занятия (внешний вид, рабочее место, инвентарь), сбор, уход и переодевание в костюм, отработка хореографического материала, подготовка творческого задания,
- воспитать навыки сотрудничества со сверстниками, работы в коллективе; выполнение упражнения в паре или группе; помощь в выполнении упражнения; помощь в освоении комбинации однагруппнику; сотворчество при выполнении творческих заданий.
- воспитать дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей: знать расписание занятий и следовать ему, приходить на занятия в требуемой форме, соблюдать правила поведения на занятии, соблюдать правила безопасности во время игр, выполнения упражнений, акробатических элементов,
- привить культуру поведения на сцене и за кулисами.

Развивающие:

- развить физические данные: координацию, баланс, растяжку, прыжок, гибкость и подвижность суставов.
- развить творческие способности: эмоциональную выразительность, навык импровизации, актерское мастерство.
- развить пространственное мышление: выстраивать рисунки танца не зависимо от размера площадки и количества участников; делать перестроения в соответствии с расстоянием, музыкальной фразой и другими участниками процесса; ощущать положение своего тела в различных плоскостях.
- развить музыкальный слух, дифференцированное восприятие разных ритмических рисунков музыки.

Обучающие:

- изучить и использовать в лексиконе термины и названия элементов;
- знать позиции рук, ног, корпуса в джазовом, современном и классическом танце.
- научиться исполнению хореографических движений.
- научиться элементам кросса
- изучить прыжки
- научиться принципу изоляции, через выполнение комбинаций для рук, ног, комплекс ритмических упражнений;
- научить выполнять акробатические и гимнастические упражнения;
- выучить танцевальные комбинации;
- разучить музыкальные игры.

Содержание обучения

1. Вводное занятие

Теория: рассказ о том, когда и где будут проходить занятия, о форме; проводится инструктаж по технике безопасности.

2. Музыкальные игры

Теория: объяснение правил исполнения

Практика: игры, направленные на отработку навыков внимания, музыкального слуха, артистичности, ориентации в пространстве, а также раскрепощение детей и сплочение группы.

3. Перестроения

Теория: объяснение правил исполнения

Практика: хаотичное движение по залу. Переходы из угла в угол, из стороны в сторону. Линии, колонки, шахматный порядок, круг, диагональ, змейка.

4. Развитие чувства ритма

Теория: объяснение правил исполнения

Практика: различные движения с ярким, чётко выраженным ритмическим рисунком. Хлопки, прыжки, притопы, исполняемые в различных комбинациях с шагами и на месте, в паре и индивидуально, с поворотами корпуса.

5. Танцевальные этюды

Теория: объяснение правил исполнения

Практика: небольшие композиции на основе выученного материала с элементами логоритмической гимнастики.

6. Дыхательная гимнастика

Теория: объяснение правил исполнения

Практика: комплекс упражнений на контроль дыхания. Различные темпы и задержки вдохов и выдохов для разогрева, расслабления, концентрации внимания, восстановление дыхания после нагрузок.

7. Упражнения на координацию

Теория: объяснение правил исполнения

Практика: несложные движения рук и ног, исполняемые сначала поочередно, потом одновременно в определенной последовательности, с изменением музыкальных акцентов.

8. Прыжки

Теория: объяснение правил исполнения

Практика: различные прыжки и их комбинации, например в повороте, с хлопками, с перемещением, с изменением темпа и т.п.

9. Танцевальные композиции

Теория: объяснение правил исполнения

Практика: разучивание и отработка комбинаций, необходимых для исполнения танца.

10. Репетиционная работа

Теория: комментарии к исполняемым движениям.

Практика: подготовка к показу.

11. Итоговое занятие

Практика: Подведение итогов. Награждение и поздравления лучших учащихся.

Планируемые результаты:

Личностные:

- будут воспитаны навыки самостоятельности при подготовке к началу занятия (внешний вид, рабочее место, инвентарь), при сборе, уходе и переодевание в костюм, при отработке хореографического материала, подготовке творческого задания.
- будут воспитаны навыки сотрудничества со сверстниками и работе в коллективе; выполнение упражнения в паре или группе; помощь в выполнении упражнения; помощь в освоении комбинации однагруппнику; сотворчество при выполнении творческих заданий.
- будут воспитаны навыки дисциплинированности и упорства в достижении поставленных целей: знать расписание занятий и следовать ему, приходить на занятия в требуемой форме, соблюдать правила поведения на занятии, соблюдать правила безопасности во время игр, выполнения упражнений, акробатических элементов.
- будут воспитаны навыки культуры поведения на сцене и за кулисами.

Метопредметные:

- будут иметь хорошую физическую форму, как залог здорового образа жизни.
- будут развиты творческие способности при решении задач.
- будут развиты навыки ориентироваться в пространстве

Предметные:

- будут знать и использовать в лексиконе термины и названия элементов;
- будут знать и уметь выполнить позиции рук, ног, корпуса в джазовом, современном и классическом танце.
- будут уметь исполнять хореографические движений.
- будут уметь элементы кросса
- будут знать и выполнять прыжки
- будут знать и выполнять движения по принципу изоляции, через выполнение комбинаций для рук, ног, комплекс ритмических упражнений;
- будут знать и выполнять акробатические и гимнастические упражнения;
- будут знать и выполнять танцевальные комбинации.

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

В процессе реализации программы используются следующие методы обучения:

словесные методы обучения:

- устное изложение правил и характера исполнения;
- комментарии при исполнении;
- объяснение на примере исполнения кем-либо из группы.

наглядные методы обучения:

- демонстрационный;
- синхронное исполнение с педагогом;
- наблюдение.

практические методы обучения:

- упражнения;

- исполнение (части или целого).

Применяются следующие педагогические технологии:

- здоровьесберегающая;
- ИКТ технология.

Учебно-методический комплекс программы состоит из трех компонентов:

- 1) учебные и методические пособия для педагога и обучающихся;
- 2) система средств обучения;
- 3) система средств контроля результативности обучения.

Первый компонент включает в себя списки литературы и интернет-источники, необходимые для работы педагога и обучающихся.

Литература

1. Н. П. Базарова, В. П. Мей. Азбука классического танца. Первые три года обучения:
2. Учебное пособие. – 3-е изд. – Издательство «Лань», 2006 — 240 с. — 2500 экз. — ISBN
3. Чабанный Д. Организация творческого и воспитательного процесса. – Л.: Просвещение,
4. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации».
5. Настюков Г., Народный танец на самодеятельной сцене (советы балетмейстера). Москва,
6. Устинова Т. «Русский народный танец». Москва, 1976 г.
7. Нестеров В., Русский народный танец. Методика и практика рус. народного танца,
8. Современная музыка 2010, -470с.
9. Боголюбская М. Учебно-воспитательная работа в детском хореографическом коллективе,
10. Васильева Т. И. Балетная осанка. Метод. Пособие. М., Высшая школа изящных искусств
11. Гусев Г. П. Методика преподавания народного танца (этюды). Москва, 2004
12. Гусев Г. П. Народный танец. Методика преподавания. СПб, Владос, 2012, – 608с.
13. Базарова Н.П., Мей В. П. Азбука классического танца. Первые три года обучения:
14. Учебное пособие, 3-е изд., исп. И доп. СПб, Лань, 2006 -240с.
15. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. М.,
16. Попова Е.Я. Основы обучения дыханию в хореографии. М., Искусство, 1986, – 39с.,
17. Сляднева Л.Н. Педагогическая работа с хореографическим коллективом. Учебное
18. пособие. Ставрополь, СГПИ, 2008, -104с.
19. Громов Ю.И. Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера. СПб.: Ид-во
20. Добровольская Г.Н. Танец. Пантомима. Балет. Л., Искусство, 1975, -128с.
21. Красовская В.М. Западноевропейский балетный театр: Очерки истории: Преромантизм.
22. Л., Искусство, 1983, -431с.

23. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. М.,
24. Лопухов А.В., Ширяев А.В., Бочаров А.И. Основы характерного танца. 3-е изд. СПб,
25. Лань, Планета музыки, 2007, – 344с.
26. Никифорова А.В. Советы педагога классического танца. СПб, Искусство России, 2005, –
27. Основы сценического движения. Пособие для культ-просвет. и театр. училищ. Под ред.
28. И.Э. Коха. М., Просвещение, 1976 – 222с.

Интернет-ресурсы

1. <http://www.classon.ru> – Проект Детское образование в сфере искусства РФ.
2. <http://www.mariinsky.ru/> - сайт Мариинского театра.
3. <http://window.edu.ru> (окно доступа к образовательным ресурсам)
4. <http://new.pedsovet.org> (средство массовой информации для всех, кто связан с педагогикой)
5. <http://dancehelp.ru> (в помощь хореографу)
6. <http://video-dance.ru/ballet/classical-ballet> (видео уроки по классическому танцу, танцам
7. народов мира, современным направлениям)
8. <http://plie.ru/?vpath=papers/vag> (основы классического танца (видео уроки)
9. <http://www.gaant.ru/partners> (ансамбли народного танца)
10. <http://dancedb.ru/popping/education/video> (базовые движения хип-хопа)
11. <http://dancehelp.ru> (в помощь хореографу)
12. www.moiseyev.ru (официальный сайт ГААНТ им. И.Моисеева)

Второй компонент – система средств обучения.

Организационно-педагогические средства:

- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа;
- литературный материал.

Дидактические средства:

- 1) Иллюстративный материал к темам программы;
- 2) Электронные образовательные ресурсы:
 - компьютерная презентация «Викторины»;
 - банк видеоматериалов выступлений обучающихся на концертах, конкурсах, фестивалях;

Тематические подборки методических материалов

Демонстрационный материал:

- подборка плакатов, афиш, программ, открыток, фотографий со спектаклей, музыкальных представлений и шоу;
- подборка иллюстраций из книг о хореографии.

Иллюстрационные таблицы, плакаты для поэтапного объяснения тем:

- эскизы костюмов;
- ориентир в пространстве – схема зала по точкам;

- ориентир в пространстве – схемы рисунки танцев;
- ориентир в пространстве – схема направления движений в танце.

Видеотека.

Третий компонент - система средств контроля результативности реализации программы: диагностические и контрольные материалы (диагностические и информационные карты, анкеты для детей и родителей).

Опросный лист «Оценка качества образовательных услуг»

Уважаемые родители!

Мы обращаемся к вам с надеждой выявить проблемы, которые волнуют Вас, детей, хотели бы посмотреть на свою работу Вашими глазами, чтобы усовершенствовать ее с учетом ваших пожеланий. Просим ответить на наши вопросы!

№	Вопрос	Ответ
1.	Видите ли Вы результаты обучения и оправдались ли Ваши ожидания?	да, нет, затрудняюсь ответить
2.	Делится ли ребенок впечатлениями после занятий?	да, нет, затрудняюсь ответить
3.	Считаете ли Вы, что занятия, которые посещает ребенок, приносят пользу?	да, нет, затрудняюсь ответить
4.	Устраивает ли Вас общеразвивающая программа, которую осваивает Ваш ребёнок?	да, нет, затрудняюсь ответить
5.	Как Вы оцениваете результаты занятий Вашего ребенка?	Удовлетворительно Хорошо Отлично Затрудняюсь ответить
6.	Испытывают ли Ваши дети трудности в общении:	Нет Если да, то с кем: С педагогом С детьми С окружающими их людьми, не связанными с учебным процессом. Затрудняюсь ответить

Укажите, пожалуйста, свою фамилию, имя, отчество: _____

Дата _____

Благодарим Вас за сотрудничество!