

Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования «Центр детского творчества»

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 57b2ca29ad01fd02c10ab74eb8d6f7dc
Сертификат: Баженова Елена Викторовна
Действителен: с 01.08.2024г. по 25.10.2024г.

Приложение к ДОП
«Танцы»
МАОУ ДО ЦДТ
от 09.01.2023 № 002
УТВЕРЖДЕНА
приказом МАОУ ДО ЦДТ
от 10.09.2024 № 247

Рабочая программа
«Танцы»
на 2024-2025 учебный год

Автор программы:
Богданова А.И., педагог
дополнительного образования
МАОУ ДО ЦДТ

Усть-Илимск-2024

Пояснительная записка

Образовательные технологии: информационно-коммуникационные, игровая, диагностическая.

Учебно-материальное обеспечение:

- а) материально-техническое - актовый зал, ноутбук, колонки, спортивный инвентарь (скакалки, гимнастические коврики).
- б) учебно-методическое – дидактический материал, электронные образовательные ресурсы, учебно-методическая литература:
1. Баглай В.Е. Этническая хореография народов мира. Учебное пособие. 2020. – М.: Лань. – 384 с.
 2. Базарова Н.П. Классический танец. Учебное пособие. – СПб.: Планета музыки, 2019. – 204 с.
 3. Богданов Г.Ф. Русский народно-сценический танец: методика и практика создания. – СПб.: «Лань», 2019. – 478 с.
 4. Безуглая Г.А. Музыкальный анализ в работе педагога-хореографа. Учебное пособие. – СПб.: Планета музыки, 2020. – 272 с.
 5. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей 3-7 лет. – СПб: «Аничков мост», 2019. – 196 с.
 6. Зайфферт Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа. Учебное пособие. – СПб.: Планета музыки, 2019. – 128 с.
 7. Лукьянова Е.А. Дыхание в хореографии. Учебное пособие. – М.: Лань, 2020. – 184 с.
 8. Мельдаль К. Поэтика и практика хореографии. – Екатеринбург: Кабинетный ученый, 2019. – 106 с.
 9. Шарова Н. И. Детский танец: Издательство: Планета музыки, 2021 г. Хореография.
 10. <https://nsportal.ru/kultura/muzykalnoe-iskusstvo/library/2020/07/26/muzykalnye-igry-dlya-detey> (05.09.2024).

Объем образовательного процесса

Год обучения	Название объединения	Количество часов		Количество занятий в неделю	Длительность занятия	Количество учащихся в объединении
		Учебный год	Неделя			
1	1АН	72	2	2	1 час (45 мин)	15-20
1	1БН	71	2	2	1 час (45 мин)	15-20

Календарный учебный план

Год обучения	Название объединения	Количество учебных недель в учебном году	Учебный период		Продолжительность каникул	
			Дата начала	Дата окончания	Дата начала	Дата окончания
1	1АН	37	02.09.2024	29.12.2024	30.12.2024	08.01.2025
1	1БН		09.01.2025	25.05.2025	-	-

**Календарно-тематическое планирование
1АН (вторник, пятница)**

№ п/п	Название тем занятий	Кол- во часов	В том числе		Объе-е	Примерная дата про- ведения	Фактическая дата прове- дения	Виды деятельно- сти уча- щихся
			Теория	Прак- тика				
1	Вводное занятие. Инструктаж по ОТ	1	1	-	1АН	03.09		Игры на знакомство учащихся. Правила охраны труда. Ор- ганиза- ционные во- просы.
2	Входная атте- стация	1	-	1	1АН	06.09		Музыкаль- ные игры.
3	Упражнения с предметами. Скакалка	1	-	1	1АН	10.09		Прыжки вперёд по кругу с пе- ременой ног.
4	Упражнения с предметами. Скакалка	1	-	1	1АН	13.09		Прыжки на месте на двух ногах с малень- кой при- скачкой вперёд.
5	Упражнения с предметами. Скакалка	1	-	1	1АН	17.09		Прыжки на месте со скрещен- ными ру- ками с пе- ременой ног.
6	Упражнения с предметами. Скакалка	1	-	1	1АН	20.09		Прыжки на месте на двух ногах.
7	Упражнения с предметами. Скакалка	1	-	1	1АН	24.09		Прыжки на месте со скрещен- ными ру- ками на двух ногах.
8	Упражнения с предметами. Скакалка	1	-	1	1АН	27.09		Прыжки назад с пе- ременой ног.
9	Упражнения с предметами. Скакалка	1	-	1	1АН	01.10		Прыжки на месте на двух ногах с малень- кой при- скачкой назад.

10	Упражнения с предметами. Упражнения с мячами	1	-	1	1АН	04.10		Броски мяча вверх двумя руками.
11	Упражнения с предметами. Упражнения с мячами	1	-	1	1АН	08.10		Бег по кругу с мячом в правой руке, затем в левой руке.
12	Танцевальная азбука. Элементы музыкальной грамоты: характера музыки	1	-	1	1АН	11.10		Изучение характера музыки (веселый, грустный).
13	Танцевальная азбука. Элементы музыкальной грамоты: темпа	1	-	1	1АН	15.10		Изучение темпа (медленный, быстрый).
14	Упражнения с предметами. Упражнения с мячами	1	-	1	1АН	18.10		Переброс мяча из одной руки в другую, начиная с правой руки, затем с левой.
15	Элементы музыкальной грамоты: динамических оттенков	1	-	1	1АН	22.10		Изучение динамических оттенков (тихо, громко).
16	Шаги и бег	1	-	1	1АН	25.10		Простой шаг в разном темпе и характере, шаг с хлопком.
17	Упражнения с мячами	1	-	1	1АН	29.10		Бросок мяча снизу вверх правой рукой и ловля его правой ладонью.
18	Танцевальная азбука. Элементы музыкальной грамоты: куплетной формы	1	-	1	1АН	01.11		Изучение куплетной формы (выступление, запев, припев).
19	Шаги и бег. Танцевальный шаг	1	-	1	1АН	05.11		Танцевальный шаг в продвиже-

								нии вперёд и назад.
20	Упражнения с предметами. Упражнения с мячами	1	-	1	1АН	08.11		Бросок мяча снизу вверх левой рукой и ловля его левой ладонью.
21	Танцевальная азбука. Элементы музыкальной грамоты: жанровой музыки	1	-	1	1АН	12.11		Изучение жанровой музыки (марш, песня, танец).
22	Шаги и бег. Шаг на полупальцах	1		1	1АН	15.11		Шаг на полупальцах в продвижении вперёд и назад.
23	Танцевальная азбука. Элементы музыкальной грамоты: начала музыки и её окончание	1	-	1	1АН	19.11		Изучение начала музыки и её окончание
24	Упражнения с предметами. Упражнения с мячами	1	-	1	1АН	22.11		Бросок мяча вверх во время бега и ловля его во время прыжка двумя руками.
25	Шаги и бег	1	-	1	1АН	26.11		Шаг с высоким подъёмом колена на всей стопе и на полупальцах.
26	Шаги и бег. Топающий шаг	1	-	1	1АН	29.11		Топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой.
27	Шаги и бег. Лёгкий бег	1	-	1	1АН	03.12		Изучение лёгкий бег.
28	Упражнения с предметами. Упражнения с мячами	1	-	1	1АН	06.12		Броски двух мячей вверх из правой и левой руки одновременно.

								менно.
29	Шаги и бег. Бег захлест	1	-	1	1АН	10.12		Бег с захлестом голени.
30	Шаги и бег. Бег «ножницы»	1	-	1	1АН	13.12		Бег «ножницы» с прямыми ногами вперед и назад.
31	Шаги и бег. Марш	1	-	1	1АН	17.12		Изучение Марш.
32	Упражнения с предметами. Упражнения с мячами	1	-	1	1АН	20.12		Броски двух мячей вверх из правой и левой руки попеременно.
33	Шаги и бег. Приставной шаг	1	-	1	1АН	24.12		Изучение приставной шаг.
34	Промежуточная аттестация	1	-	1	1АН	27.12		Повторение изучение материала.
35	Шаги и бег. Галоп	1	-	1	1АН	10.01		Изучение Галоп в различной комбинации
36	Шаги и бег. «Лошадка»	1	-	1	1АН	14.01		Изучение бег «Лошадка».
37	Прыжки	1	-	1	1АН	17.01		Лёгкие, равномерные, высокие прыжки.
38	Упражнения на ориентацию в пространстве	1	-	1	1АН	21.01		Движение по линии и против линии танца.
39	Прыжки. Подскоки	1	-	1	1АН	24.01		Подскоки на месте и в продвижении.
40	Упражнения на ориентацию в пространстве	1	-	1	1АН	28.01		Построение в круг, в два круга, в линию, в две линии, в колонну по одному и по два, в шеренгу,

								в две шеренги.
41	Элементы танцевальных движений	1	-	1	1АН	31.01		Изучение понятие опорной и рабочей ноги.
42	Элементы танцевальных движений	1	-	1	1АН	04.02		Изучение поднимание на полупальцы.
43	Упражнения на ориентацию в пространстве	1	-	1	1АН	07.02		Ход цепочкой, противоход.
44	Прыжки. Перескоки	1	-	1	1АН	11.02		Перескоки с ноги на ногу.
45	Упражнения на ориентацию в пространстве	1	-	1	1АН	14.02		Расход парами, четверками в движении и на месте по кругу.
46	Элементы танцевальных движений	1	-	1	1АН	18.02		Изучение поднимание на полупальцы в сочетании с полуприседанием.
47	Партерная гимнастика. Игровой стрейтчинг	1	-	1	1АН	21.02		Упражнения для мышц спины и брюшного пресса (прогибы).
48	Упражнения на ориентацию в пространстве	1	-	1	1АН	25.02		Разбег по залу враспынную, затем быстрый возврат на своё место.
49	Прыжки	1	-	1	1АН	28.02		Прыжки на двух ногах.
50	Элементы танцевальных движений	1	-	1	1АН	04.03		Изучение движения для головы.
51	Партерная гимнастика. Игровой стрейтчинг	1	-	1	1АН	07.03		Упражнения для позвоночника (повороты и наклоны).
52	Прыжки	1	-	1	1АН	11.03		Прыжки на правой и на

								левой ногой попеременно.
53	Элементы танцевальных движений	1	-	1	1АН	14.03		Изучение движения плеч и корпуса
54	Упражнения на ориентацию в пространстве	1	-	1	1АН	18.03		Изучение движение стойкой.
55	Элементы танцевальных движений	1	-	1	1АН	21.03		Изучение шаг польки.
56	Упражнения на ориентацию в пространстве	1	-	1	1АН	25.03		Повторение движение стойкой.
57	Партерная гимнастика. Игровой стрейтчинг	1	-	1	1АН	28.03		Упражнения для тренировки равновесия.
58	Элементы танцевальных движений	1	-	1	1АН	01.04		Изучение «Ковырялочка».
59	Элементы танцевальных движений	1	-	1	1АН	04.04		Повторение шаг польки.
60	Элементы танцевальных движений	1	-	1	1АН	08.04		Изучение «Гармошка».
61	Элементы танцевальных движений	1	-	1	1АН	11.08		Изучение переменный шаг.
62	Партерная гимнастика. Упражнения лёжа	1	-	1	1АН	15.04		Упражнения для стоп.
63	Элементы танцевальных движений	1	-	1	1АН	18.04		Изучение «Ёлочка».
64	Партерная гимнастика. Упражнения лёжа	1	-	1	1АН	22.04		Упражнения для развития гибкости.
65	Партерная гимнастика. Упражнения лёжа	1	-	1	1АН	25.04		Упражнения для развития растяжки.
66	Развитие художественно-творческих способностей. Создание образа	1	-	1	1АН	29.04		Игры и этюды.
67	Развитие художественно-творческих	1	-	1	1АН	02.05		Изучение нового материала.

	способностей. Упражнения для развития мимики и пан- томимики							
68	Развитие худо- жественно- творческих способностей. Создание обра- за	1	-	1	1АН	06.05		Движения в образах сказочных персона- жей.
69	Танец «Полечка»	1	-	1	1АН	13.05		Изучение танцеваль- ных ком- бинаций.
70	Танцевальная азбука	1	-	1	1АН	16.05		Отработка изученного материала.
71	Аттестация по итогам освое- ния ДОП	1	-	1	1АН	20.05		Проказ вы- ученного материала.
72	Итоговое занятие	1	-	1	1АН	23.05		Показа- тельные выступле- ния уча- щихся.
Всего часов за год		72	2	70	1 АН			

**Календарно-тематическое планирование
1БН (понедельник, среда)**

№ п/п	Название тем занятий	Кол- во часов	В том числе		Объе-с	Примерная дата про- ведения	Фактическая дата прове- дения	Виды деятельно- сти уча- щихся
			Теория	Прак- тика				
1	Вводное заня- тие. Инструктаж по ОТ	1	1	-	1БН	05.09		Игры на знакомство учащихся. Правила охраны труда. Ор- ганизаци- онные во- просы.
2	Входная атте- стация	1	-	1	1БН	06.09		Музыкаль- ная игра «Слушай и прыгай».
3	Упражнения с предметами. Скакалка	1	-	1	1БН	12.09		Прыжки вперёд по кругу с пе- ременой ног.
4	Упражнения с предметами. Скакалка	1	-	1	1БН	13.09		Прыжки на месте на двух ногах с малень-

								кой при- скалкой вперёд.
5	Упражнения с предметами. Скакалка	1	-	1	1БН	19.09		Прыжки на месте со скрещен- ными ру- ками с пе- ременой ног.
6	Упражнения с предметами. Скакалка	1	-	1	1БН	20.09		Прыжки на месте на двух ногах.
7	Упражнения с предметами. Скакалка	1	-	1	1БН	26.09		Прыжки на месте со скрещен- ными ру- ками на двух ногах.
8	Упражнения с предметами. Скакалка	1	-	1	1БН	27.09		Прыжки назад с пе- ременой ног.
9	Упражнения с предметами. Скакалка	1	-	1	1БН	03.10		Прыжки на месте на двух ногах с малень- кой при- скалкой назад.
10	Упражнения с предметами. Упражнения с мячами	1	-	1	1БН	04.10		Броски мя- ча вверх двумя ру- ками.
11	Упражнения с предметами. Упражнения с мячами	1	-	1	1БН	10.10		Бег по кру- гу с мячом в правой руке, затем в левой ру- ке.
12	Танцевальная азбука. Эле- менты музы- кальной грамо- ты: характера музыки	1	-	1	1БН	11.10		Изучение характера музыки (веселый, грустный).
13	Танцевальная азбука. Эле- менты музы- кальной грамо- ты: темпа	1	-	1	1БН	17.10		Изучение темпа (медлен- ный, быст- рый).
14	Упражнения с предметами. Упражнения с мячами	1	-	1	1БН	18.10		Переброс мяча из од- ной руки в другую, начиная с

								правой руки, затем с левой.
15	Танцевальная азбука. Элементы музыкальной грамоты: динамических оттенков	1	-	1	1 БН	24.10		Изучение динамических оттенков (тихо, громко).
16	Шаги и бег	1	-	1	1 БН	25.10		Простой шаг в разном темпе и характере, шаг с хлопком.
17	Упражнения с предметами. Упражнения с мячами	1	-	1	1 БН	31.10		Бросок мяча снизу вверх правой рукой и ловля его правой ладонью.
18	Танцевальная азбука. Элементы музыкальной грамоты: куплетной формы	1	-	1	1 БН	01.11		Изучение куплетной формы (выступление, запев, припев).
19	Шаги и бег. Танцевальный шаг	1	-	1	1 БН	07.11		Танцевальный шаг в продвижении вперёд и назад.
20	Упражнения с предметами. Упражнения с мячами	1	-	1	1 БН	08.11		Бросок мяча снизу вверх левой рукой и ловля его левой ладонью.
21	Танцевальная азбука. Элементы музыкальной грамоты: жанровой музыки	1	-	1	1 БН	14.11		Изучение жанровой музыки (марш, песня, танец).
22	Шаги и бег. Шаг на полупальцах	1	-	1	1 БН	15.11		Шаг на полупальцах в продвижении вперёд и назад.
23	Танцевальная азбука. Элементы музыкальной грамоты: начала му-	1	-	1	1 БН	21.11		Изучение начала музыки и её окончание

	зыки и её окончание							
24	Упражнения с предметами. Упражнения с мячами	1	-	1	1 БН	22.11		Бросок мяча вверх во время бега и ловля его во время прыжка двумя руками.
25	Шаги и бег	1	-	1	1 БН	28.11		Шаг с высоким подъёмом колена на всей стопе и на полупальцах.
26	Шаги и бег. Топающий шаг	1	-	1	1 БН	29.12		Топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой.
27	Шаги и бег. Лёгкий бег.	1	-	1	1 БН	05.12		Изучение лёгкий бег.
28	Упражнения с предметами. Упражнения с мячами	1	-	1	1 БН	06.12		Броски двух мячей вверх из правой и левой руки одновременно.
29	Шаги и бег. Бег захлест	1	-	1	1 БН	12.12		Бег с захлестом голени.
30	Шаги и бег. Бег «ножницы»	1	-	1	1 БН	13.12		Бег «ножницы» с прямыми ногами вперёд и назад.
31	Шаги и бег. Марш	1	-	1	1 БН	19.12		Изучение Марш.
32	Упражнения с предметами. Упражнения с мячами	1	-	1	1 БН	20.12		Броски двух мячей вверх из правой и левой руки попеременно.
33	Упражнения с предметами. Упражнения с мячами	1	-	1	1 БН	26.12		Повторение изученного материала.
34	Промежуточная аттестация	1	-	1	1 БН	27.12		Повторение изученного

								материала.
35	Шаги и бег. Галоп	1	-	1	1 БН	09.01		Изучение Галоп в различной комбина- ции
36	Шаги и бег. «Лошадка»	1	-	1	1 БН	10.01		Изучение бег «Ло- шадка».
37	Прыжки	1	-	1	1 БН	16.01		Изучение бег «Ло- шадка».
38	Упражнения на ориентацию в пространстве	1	-	1	1 БН	17.01		Лёгкие, равномер- ные, высо- кие прыж- ки.
39	Упражнения на ориентацию в пространстве	1	-	1	1 БН	23.01		Движение по линии и против ли- нии танца.
40	Прыжки. Подскоки	1	-	1	1 БН	24.01		Подскоки на месте и в продвиже- нии.
41	Упражнения на ориентацию в пространстве	1	-	1	1 БН	30.01		Построение в круг, в два круга, в линию, в две линии, в колонну по одному и по два, в шеренгу, в две ше- ренги.
42	Элементы тан- цевальных движений	1	-	1	1 БН	31.01		Изучение понятие опорной и рабочей но- ги.
43	Элементы тан- цевальных движений	1	-	1	1 БН	06.02		Изучение поднима- ние на по- лупальцы.
44	Упражнения на ориентацию в пространстве	1	-	1	1 БН	07.02		Ход цепоч- кой, проти- воход.
45	Прыжки. Перескоки	1	-	1	1 БН	13.02		Перескоки с ноги на ногу.
46	Элементы тан- цевальных движений	1	-	1	1 БН	14.02		Изучение поднима- ние на по- лупальцы в сочетании с

								полуприсе- данием.
47	Партерная гимнастика. Игровой стрейтчинг	1	-	1	1 БН	20.02		Упражнения для мышц спины и брюшного пресса (прогибы).
48	Упражнения на ориентацию в пространстве	1	-	1	1 БН	21.02		Разбег по залу врассыпную, затем быстрый возврат на своё место.
49	Прыжки	1	-	1	1 БН	27.02		Прыжки на двух ногах.
50	Элементы танцевальных движений	1	-	1	1 БН	28.02		Изучение движения для головы.
51	Партерная гимнастика. Игровой стрейтчинг	1	-	1	1 БН	06.03		Упражнения для позвоночника (повороты и наклоны).
52	Прыжки	1	-	1	1 БН	07.03		Прыжки на правой и на левой ноге попеременно.
53	Элементы танцевальных движений	1	-	1	1 БН	13.03		Изучение движения плеч и корпуса
54	Упражнения на ориентацию в пространстве	1	-	1	1 БН	14.03		Изучение движение стойкой.
55	Элементы танцевальных движений	1	-	1	1 БН	20.03		Изучение шаг польки.
56	Упражнения на ориентацию в пространстве	1	-	1	1 БН	21.03		Повторение движение стойкой.
57	Партерная гимнастика. Игровой стрейтчинг	1	-	1	1 БН	27.03		Упражнения для тренировки равновесия.
58	Элементы танцевальных движений	1	-	1	1 БН	28.03		Изучение «Ковырялочка».
59	Элементы танцевальных движений	1	-	1	1 БН	03.04		Повторение шаг польки.
60	Элементы танцевальных	1	-	1	1 БН	04.04		Изучение «Гармош-

	движений							ка».
61	Элементы танцевальных движений	1	-	1	1 БН	10.04		Изучение переменный шаг.
62	Партерная гимнастика. Упражнения лёжа	1	-	1	1 БН	11.04		Упражнения для стоп.
63	Элементы танцевальных движений	1	-	1	1 БН	17.04		Изучение «Ёлочка».
64	Партерная гимнастика. Упражнения лёжа	1	-	1	1 БН	18.04		Упражнения для развития гибкости.
65	Партерная гимнастика. Упражнения лёжа	1	-	1	1 БН	24.04		Упражнения для развития растяжки.
66	Развитие художественно-творческих способностей. Создание образа	1	-	1	1 БН	25.04		Игры и этюды.
67	Развитие художественно-творческих способностей. Упражнения для развития мимики и пантомимики	1	-	1	1БН	02.05		Изучение нового материала.
68	Развитие художественно-творческих способностей. Создание образа	1	-	1	1БН	15.05		Движения в образах сказочных персонажей.
69	Танец «Полечка»	1	-	1	1БН	16.05		Изучение танцевальных комбинаций.
70	Аттестация по итогам освоения ДОП	1	-	1	1БН	22.05		Повторение изученного материала.
71	Итоговое занятие	1	-	1	1БН	23.05		Показательные выступления учащихся.
Всего часов за год		71	1	70	1БН			