

Управление образования администрации города Тулы  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Детско-юношеский Центр»

ПРИНЯТО

УТВЕРЖДЕНО

на педагогическом совете  
МБУДО «ДЮЦ»

Директор МБУДО «ДЮЦ»

Протокол от "29" мая 2025г.  
№ 4

\_\_\_\_\_ Амелина И.Н.  
Приказ от "30" мая 2025г.  
№ 69/1-осн.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
**«БОГАТЫРИ»**

Направленность: художественная

Уровень программы: продвинутый

Срок реализации: 2 года

Возраст обучающихся: 11-14 лет

Автор/разработчик:

Шикарев Кирилл Михайлович

Педагог дополнительного образования

Тула, 2025 год

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

### **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**

Рабочая программа разработана для реализации в 2025-2026 учебном году на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Богатыри» продвинутого уровня в одной группе мальчиков 1 года обучения. Для занятий используется хореографический кабинет в детско-юношеском Центре.

Настоящая программа разработана в ответ на выраженный дефицит хореографических программ, ориентированных исключительно на мальчиков и юношей в период активного физического и психологического становления. Народный танец, являясь неотъемлемой частью культурного кода, представляет собой идеальный инструмент для воспитания силы, ловкости, выносливости и мужского характера.

- Программа создаёт специализированную среду, где культивируются именно мужские качества танцора - сила, выносливость, ловкость, мужественность
- Физиологическим соответствием: учитывает особенности развития мальчиков-подростков: Укрепление опорно-двигательного аппарата; развитие мышечного корсета; формирование правильной осанки; развитие координации и ловкости
- Духовно-нравственным воспитанием: изучение богатства русских и других народных танцев формирует уважение к традициям, патриотизм и культурную грамотность.
- Социальной адаптацией: занятия в мужском коллективе способствуют развитию командного духа, взаимовыручки и создают здоровую, мотивирующую атмосферу для преодоления подростковой скованности.

Новизна программы заключается в интеграции традиционной методики народного танца с современными подходами к физической подготовке мальчиков, включая элементы ОФП, силовые упражнения и акробатику, адаптированные для нужд хореографии.

Цель программы - формирование целостной, физически и духовно развитой личности подростка средствами народно-сценического танца.

#### **Задачи:**

##### *Обучающие:*

- Сформировать прочные знания и навыки в области классического экзерсиса как основы техники.
- Обучить основам, комбинациям и специфике мужского исполнительства в русском, украинском, белорусском и танцах народов Кавказа.
- Освоить технику мужских элементов: вращений, прыжков, дробей, присядок и силовых акробатических трюков.
- Обучить основам актерского мастерства и сценической культуры.

##### *Развивающие:*

- Развить физические данные: мышечную силу, выносливость, координацию, гибкость, прыгучесть и устойчивость («апломб»).
- Развить ритмический и музыкальный слух.
- Развить память, внимание, быстроту реакции и образное мышление.

##### *Воспитательные:*

- Воспитать дисциплину, трудолюбие, целеустремленность и волю к достижению результата.
- Сформировать уважительное отношение к культуре своего и других народов.

- Воспитать чувство коллективизма, ответственности за общее дело.

### **Планируемые результаты:**

К концу освоения программы обучающиеся будут

Знать:

- Основные позиции и положения в народном и классическом танце.
- Терминологию изученных элементов.
- Характерные особенности манеры исполнения 4-5 национальных танцев.
- Основы безопасности на занятии.

Уметь:

- Грамотно исполнять комплекс упражнений у станка и на середине зала.
- Исполнять программные комбинации прыжков, вращений и дробных выстукиваний.
- Владеть основами акробатических элементов в рамках программы.
- Исполнять ансамблевые и сольные номера, демонстрируя артистизм и музыкальность.

Владеть:

- Навыками сценического движения и основами актерского мастерства.
- Основами техники безопасности при выполнении танцевальных и акробатических элементов.
- Навыками самостоятельной работы над совершенствованием танцевальной техники.

### **Способы и формы проверки результатов:**

Текущий контроль: наблюдение на каждом занятии за качеством выполнения контрольных упражнений и танцевальных элементов, устные опросы по терминологии.

Промежуточный контроль: открытые занятия, показ изученных комбинаций в конце полугодия, участие во внутренних концертах студии.

Возраст 11-14 лет.

Занятия проводятся 1 раза в неделю по 2 часа.

Программа рассчитана на 72 часа в год.

Направленность: художественная.

### **Тематический план** Группа 1 года обучения

№	Наименование разделов и тем	Тема занятия	Количество часов	
			Теоретических	Практических
1	Организационное вводное занятие.	Техника безопасности в хореографическом зале. Знакомство с программой. Основные положения корпуса, рук, ног. Музыкально-ритмические игры. Тренировочные упражнения по технике безопасности	1	1
2	Классический танец	Музыкальный размер позиции ног (I, II, III, VI), позиции рук (подготовительная, I, II, III), demi plie, battement tendu, простые прыжки (sauté, échappé), Усложненный	1	13

		экзерсис у станка: battement tendu jete, rond de jambe par terre, прыжки : assemble, sissonne simple. Работа над укрепление стопы		
3	Русский народный танец	Дробные комбинации с продвижением, Вращения с различными положениями рук, Простые присядки с опорой на руки, Силовые элементы: «ползунок», «вертушка»		14
4	Танцы народов России	Характерные особенности. Белорусский танец «Лявониха», характерные шаги, прыжковые движения. Элементы кавказских танцев: ход на полупальцах, особый ход, манера исполнения	1	13
5	Постановочная работа	Работа над сольными номерами, Ансамблевые постановки		14
Всего			3	69

### ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№ п/п	Тема и форма мероприятия	Период проведения
1	Беседа о хореографии, истории возникновения танца	сентябрь
2	Работа по сохранению и укреплению здоровья обучающихся	ноябрь
3	Просмотр видеоконцертов хореографических коллективов	январь
5	«Международный день танца» тематическое мероприятие	апрель

### ПЛАН РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ (ЗАКОННЫМИ ПРЕДСТАВИТЕЛЯМИ) УЧАЩИХСЯ

№ п/п	Тема и форма мероприятия	Период проведения
1	Дистанционное родительское собрание «О режиме организации обучения по программе»	сентябрь
2	Беседа о соблюдении санитарии, гигиены и внешнего вида на занятиях хореографией	Ноябрь
3	Тематические консультации по организации разумной деятельности во внеурочное время	февраль
4	Итоговое собрание, подведение итогов работы; результаты, достижения объединения	май