

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
«РУСЬ»

Направленность: художественная

Уровень программы: стартовый, базовый

Срок реализации: 5 лет

Возраст обучающихся: 6-15 лет

Автор/разработчик:

Чашкина Ольга Валерьевна

Педагог дополнительного образования

Тула, 2024 год

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Рабочая программа разработана для реализации в 2025-2026 учебном году дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Русь» в группах 1-го и 2-го года обучения, занятия проводятся по адресам: ул. Демонстрации, 6 и ул. Коминтерна, 22 два раза в неделю по два часа с продолжительностью часа равного 45 минутам.

Первые два года стартового уровня отводятся для развития и корректировки у детей физических и ритмических (музыкальных) данных, активно включаются игровые элементы в структуру занятия, что позволяет осваивать материал в доступной для детей форме и готовит их к переходу на более сложный уровень освоения программы.

Цель программы - духовное и физическое развитие, раскрытие индивидуальных возможностей личности ребенка посредством хореографического искусства, достижение осознанного и качественного исполнения движений.

ЗАДАЧИ ОБУЧЕНИЯ:

- обучение детей музыкально-ритмическим навыкам – развитие ритмического чувства, ладового, звуко-высотного и внутреннего слуха и произвольной музыкальной памяти,
- формирование навыков правильного и выразительного движения в области классической, народной и современной хореографии – воспитание естественной двигательной реакции на музыку, развитие мышц ребенка,
- развитие образного мышления ребенка, развитие чувства раскрепощенности в коллективной деятельности,
- подготовка номеров, организация постановочной работы (разработка и разучивание танцевальных композиций и номеров, участие детей в конкурсах и фестивалях),
- расширение общего кругозора теоретических знаний по хореографии,
- развитие физических качеств (ловкости, быстроты, гибкости, функций равновесия, прыгучести, выносливости),
- развитие артистизма и эмоциональных качеств,
- обучение детей приемам самостоятельной и коллективной работы, взаимоконтроля и самоконтроля,
- развитие у детей активности и самостоятельности в общении,
- воспитание гражданской позиции и патриотизма,
- воспитание волевых качеств: настойчивости, целеустремленности, пунктуальности, обязательности
- воспитание коллективных качеств: товарищества, достоинства и чести, чувства долга и ответственности, дисциплинированности, скромности и требовательности к себе,
- воспитание культуры поведения и основ этикета,
- привитие необходимых гигиенических навыков,
- формирование общей культуры личности ребенка, способной адаптироваться в условиях современного общества.

Знания, умения, навыки по итогам 1 года обучения:

По окончании 1 года обучения обучающиеся знакомятся со строением музыкального произведения, могут на хлопках или шагах воспроизвести простой ритмический рисунок.

Знакомятся с музыкальным размером 2/4 и 4/4, умеют выделять части музыкального произведения. Знакомятся с позициями рук и ног, основными танцевальными шагами и ходами. Знакомятся с упражнениями в партере, могут их разделить на группы. Исполняют элементы эстрадного танца, могут исполнять простейшие хореографические постановки.

Знания, умения, навыки по итогам 2 года обучения:

По окончании 2 года обучения обучающиеся воспроизводят на хлопках и шагах сложные ритмические рисунки, ориентируются в пространстве, могут передать музыкальный характер. Выполняют движения в различных рисунках танца, исполняют прыжки из различных позиций ног. Воспроизводят комплексы упражнений, направленные на корректировку физических данных. Могут выполнять элементы: березка, мостик, шпагат. Могут воспроизводить комбинации эстрадного танца и исполнять их в одном хореографическом произведении.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 год обучения

№	Наименование разделов и тем	Тема занятия	Теоретические занятия	Практические занятия
1.	Вводное занятие	Инструктаж по технике безопасности. Знакомство со структурой занятий. Прослушивание инструкции по технике безопасности на занятиях. Изучение структуры занятия, обсуждение формы для занятий. Правила поведения и техника безопасности во время занятий.	1	1
2.	Ритмика	Изучение строения музыкального произведения, воспроизведение простых ритмических рисунков. Игры на внимательность. Воспроизведение на хлопках и шагах простых ритмических рисунков. Знакомство с музыкальным размером 2/4, 4/4. Выделение частей музыкального произведения (вступление, куплет, припев, проигрыш, концовка). Игра «цапли, лягушки, дети».	2,3	43,7
3.	Танец	Постановка корпуса на середине зала. Изучение 8 точек класса. Изучение позиций ног и рук, простых шагов, ходов, связок эстрадного танца. Изучение разминки на середине зала. Ориентировка в пространстве согласно 8 точкам класса. Подготовительная,	2,3	43,7

		1,2,3 позиции рук, 1,2,3,5,6 позиции ног. Шаг на полу пальцах, шаг на пятках, шаг с высоким поднятием бедра, бег, подскоки, галоп, приставной шаг. Изучение и постановка танца на основе лексического материала эстрадного танца.		
4.	Партерная гимнастика	Особенности исполнения упражнений направленных на развитие физических данных обучающихся. Постановка корпуса сидя и лежа в партере. Упражнения из положения сидя, лёжа на спине, лежа на животе, лежа на боку, на четырех опорах, стоя. Упражнения для развития танцевального шага.	2,5	47,5
	Итого	144	8,1	135,9

2 год обучения

№	Наименование разделов и тем	Тема занятия	Теоретическое занятие	Практические занятия
1.	Вводное занятие	Инструктаж по технике безопасности. Знакомство со структурой занятий. Прослушивание инструкции по технике безопасности на занятиях. Изучение структуры занятия, обсуждение формы для занятий. Правила поведения и техника безопасности во время занятий.	1	1
2.	Ритмика	Воспроизведение сложных ритмических рисунков. Игры на ориентировку в пространстве и передачу музыкального характера. Воспроизведение на хлопках и шагах сложных ритмических рисунков. Знакомство с музыкальным размером 3/4. Игра на ориентировку в пространстве «перелет птиц». Игра, направленная на передачу характера музыки «природа».	2,3	43,7
3.	Танец	Изучение движений согласно 8 точек класса. Изучение движений в рисунках танца. Изучение разминки по кругу. Подскоки по 8 точкам класса. Прыжки	2,3	43,7

		по 1, 2, 6 позициям. Движения по кругу, диагонали, линиям. Изучение связок эстрадного танца, знакомство с русским танцем, изучение движения носок-каблук, переводы ног, ковырялочка.		
4.	Партерная гимнастика	Особенности исполнения упражнений направленных на развитие физических данных обучающихся. Упражнения для стоп. Комплекс упражнений лежа на спине, лежа на животе. Шпагат. «бабочка», «лягушка». Комплекс упражнений стоя на четырех опорах («кошка»). Тройные наклоны в пол. «березка», «мостик».	2,5	47,5
	Итого	144	8,1	135,9

ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№	Содержание	Сроки реализации
1	Знакомство обучающихся с работой в коллективе.	Сентябрь
2	Профилактическая беседа «Здоровый образ жизни»	Ноябрь
3	Правила по ТБ и охрана здоровья	Январь
4	Знакомство обучающихся с репертуаром государственных ансамблей танца.	Февраль
5	Профилактическая беседа «Правила дорожного движения»	Апрель

ПЛАН РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ.

№	Содержание	Сроки реализации
1	Родительское собрание- планирование работы коллектива.	Сентябрь
2	Родительское собрание- планирование работы коллектива.	Январь
3	Итоговое родительское собрание	Май