

**Муниципальное казенное учреждение
Управление образования Ковдорского муниципального округа
Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования Ковдорского муниципального округа
«Центр детского и юношеского творчества»**

ПРИНЯТА
педагогическим советом
Протокол
от « 24 » апреля 2026 г.
№ 7

УТВЕРЖДЕНА
Приказом МАУ ДО ЦДЮТ
№ 84-А
от « 27 » апреля 2026 г.
Директор  Яковлева Т.Б.



**КРАТКОСРОЧНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

ЛЕТНИЕ ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ФАНТАЗИИ

**Возраст обучающихся: 7-14 лет
Срок реализации программы: 1 месяц**

**Автор-составитель:
педагог дополнительного
образования:
Шулепова Е.П.**

**Ковдор
2026**

Пояснительная записка

Направленность программы – художественная

Уровень реализации – стартовый

Тип программы – летняя, краткосрочная

Программа разработана в соответствии со следующими законами и нормативными документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28, г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».
- Постановление Главного государственного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
- Устав МАУ ДО ЦДЮТ.

Как и всякое искусство, танец доставляет людям ни с чем несравнимое удовольствие. Именно в танце можно познать свой дух и свое тело, выразить все свои чувства. Танцующий стремится выразить свои настроения и эмоции в пластически красивой и эстетически совершенной форме. Свобода и легкость движений, красота и пластичность радует и танцоров, и зрителей. И само обучение танцу является активным творческим процессом. Преодолевая трудности, тренируя тело и осваивая лексику танца, человек познает красоту танцевального творчества. Каждый желающий научиться танцевать может освоить минимум движений, использовать их и получить при этом настоящее удовольствие. Систематические занятия танцами развивают фигуру и вырабатывают красивую осанку, делают все движения грациозными, а внешность элегантной.

При составлении данной образовательной программы был рассмотрен опыт работы педагогов: Краснова В.И. и Красновой Т.Г.¹; Голубевой А.Г.;² Бажутиной Г.Г. и Айзиной Ю.В.³; Скробот А.А.⁴, образовательная программа «Школы русского танца» и программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Бальный танец» и «Хореографический кружок».⁵

¹ Краснов В.И., Краснова Т.Г. В вихре танца // Образовательная программа хореографической студии «Росинка». – Орел, 2000.

² Голубевой А.Г. (модифицированная образовательная программа хореографического ансамбля «Улыбка», МОУ ДОД ДДТ г.Североморска);

³ Бажутиной Г.Г. и Айзиной Ю.В. (комплексная образовательная программа музыкально-эстрадного театра-студии «Розыгрыш»);

⁴ Программы лауреатов V Всероссийского конкурса авторских образовательных программ доп. образования. Номинация художественная. – М.: ГОУ ЦРСДОД, 2003. – С.9.

⁵ Сборник программ для внешкольных⁵ Краснов В.И., Краснова Т.Г. В вихре танца // Образовательная программа хореографической

Отличительные особенности программы:

1. Использование метода ассоциативной игры для адаптации детей в новом коллективе и наибольшей восприимчивости учебного материала;
2. Сокращено количество учебных часов по темам программы.

Актуальность программы: организация полезно - досуговой деятельности детей в период летних каникул, сохранение и укрепление здоровья детей.

Условия набора в объединение:

Для занятий в танцевальном коллективе родители (или их законные представители) предоставляют:

- заявление установленного образца.
- согласие на обработку персональных данных

Цель программы:

Создание условий для развития творческих способностей и укрепления здоровья детей в каникулярное время посредством танцевального искусства.

Задачи программы:

- формирование начальных знаний, умений и навыков в области хореографии;
- развитие образного мышления и фантазии;
- развитие индивидуальных творческих способностей обучающихся;
- формирование у обучающихся социальной активности, гражданской позиции, культуры общения и поведения в социуме;
- сохранение и укрепление здоровья.

Возраст обучающихся: 7-14 лет

Количество обучающихся в группе: 10 человек

Объём программы: 12 часов

Срок реализации программы: 1 месяц

Режим занятий: 3 раза в неделю по 1 часу

Форма обучения: групповая (очная)

Условия реализации программы**Материально-техническое оснащение:**

- зал для проведения занятий;
- магнитофон;

студии «Росинка». – Орел, 2000.

⁵Голубевой А.Г. (модифицированная образовательная программа хореографического ансамбля «Улыбка», МОУ ДОО ДДТ г.Североморска);

⁵Бажутиной Г.Г. и Айзиной Ю.В. (комплексная образовательная программа музыкально-эстрадного театра-студии «Розыгрыш»);

⁵ Программы лауреатов V Всероссийского конкурса авторских образовательных программ доп. образования. Номинация художественная учреждений и общеобразовательных школ. – М.: Просвещение, 1981. – С.147.

- гимнастические маты для выполнения упражнений;
- станки;
- коврики для партерной гимнастики;
- форма для занятий;
- фонотека классических, народных и современных произведений.

Предполагаемые результаты после освоения программы

По окончании обучения по программе обучающиеся **должны**

знать:

- упражнения партерной гимнастики
- технику безопасности при выполнении упражнений
- здоровьесберегающие упражнения
- комплекс ритмических упражнений

уметь:

- выполнять здоровьесберегающие упражнения с помощью педагога
- выполнять упражнения по диагонали и по кругу
- выполнять упражнения партерной гимнастики
- выполнять комплекс ритмических упражнений

Формы диагностики результатов:

Подведение итогов обучения по программе проводится в форме импровизированного концерта, состоящего из самостоятельно подготовленных детьми танцевальных номеров.

Учебный план

<i>№</i>	<i>Тема</i>	<i>Всего</i>	<i>Практ.</i>	<i>Теор.</i>	<i>Форма контроля.</i>
1.	Вводное занятие	1	0,5	0,5	
2.	Партерная гимнастика	2	0,5	1,5	
3.	Упражнения по кругу	2	0,5	1,5	
4.	Музыкально-ритмические упражнения	2	0,5	1,5	
5.	Развитие танцевального шага	2	0,5	1,5	
6.	Комплекс здоровьесберегающих упражнений	1	0,5	0,5	
7.	Заключительное занятие.	2	2		Выполнение самостоятельно подготовленных танцевальных номеров. Обсуждение.
	Всего:	12	5	7	

Содержание программы

Вводное занятие

Теоретическая часть:

Знакомство с обучающимися. Техника безопасности. Беседа с родителями и детьми. Краткое содержание курса.

Практическая:

Игра «Давай познакомимся».

Партерная гимнастика:

Теоретическая часть:

Объяснение и демонстрация упражнений изучаемых в разделе. Помощь в выполнении элементов.

Практическая часть:

Упражнения на растяжку:

- Упражнения: «Лягушка», «Коробочка», «Мостик», «Березка», «Лодочка», кувырок вперед, кувырок назад, «Бревнышко», «Коромысло».

Упражнения по кругу:

Теоретическая часть:

Понятие «Круг», «По часовой стрелке», «Против часовой стрелки».

Практическая часть:

- Выполнение упражнений: полька, подскок, бег с поджатыми, галоп (через правое, через левое плечо), прыжки на двух ногах, прыжки на одной ноге, перескоки.
- Шаг на полу на пальцах, внутренней и внешней стороне стопы.
- Марш.

Музыкально-ритмические упражнения

Теоретическая часть

- Музыкальные размеры - 4/4, 2/4, 3/4.
- Знакомство с характером музыки. Прослушивание музыкального материала.

Практическая часть

- Подготовительные упражнения усложняются и совершенствуются:
- Упражнение для мышц шеи, плеч, рук, корпуса, ног, стоп;
- Выпады вперед, в сторону;
- Прыжки по I поз., по II поз., по VI поз. ног.

Музыкально-ритмические движения:

Положения ног:

- 1-е свободное положение ног;
- 2-е свободное положение ног;
- 3-е свободное положение ног.
- Положение корпуса;
- Работа рук;
- Сочетание ходьбы и бега;
- Прыжки на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону, на двух ногах, с ноги на ногу, в поворотах, отбрасывание ног назад;
- Вынос вытянутой ноги вперед в сторону на носок и на каблук;
- Сочетание прыжков с другими движениями;
- Подскоки на месте и с продвижением;
- Сочетание подскоков с другими движениями и ритмическими хлопками;
- Галоп и шаг польки.
- Музыкальные игры.

- Музыкальные игры: «Гори, гори ясно», «Золотой петушок».

Развитие танцевального шага

Теоретическая часть

Объяснение и демонстрация упражнений, направленных на развитие эластичности мышц ног.

Помощь в выполнении элементов.

Практическая часть

- Складка, наклоны вперед на вытянутые ноги, парные растяжки.
- Подготовка к шпагатам.
- Пилатес.

Комплекс здоровьесберегающих упражнений

Теоретическая часть:

Объяснение и демонстрация упражнений, направленных на сохранение и укрепление здоровья.

Практическая часть:

Вытяжка

- Комплекс упражнений на профилактику плоскостопия
- Комплекс упражнения на профилактику сколиоза

Заключительное занятие

«Танцевальные фантазии» - импровизированные номера, подготовленные детьми с использованием изученного материала программы. Обсуждение. Определение уровня освоения программы

Методическое обеспечение программы

В процессе обучения используются следующие методы:

- словесный;
- репродуктивный;
- частично-поисковый.

Обучение детей основывается на следующих педагогических принципах:

- лично-ориентированном подходе;
- признании самобытности и уникальности каждого воспитанника объединения;
- культуросообразности (приобщение обучающегося к современной мировой культуре и их ориентация на общечеловеческие и культурные способности ребёнка);
- самостоятельное выполнение упражнений;

Литература

1. Безуглая, Г. А. Музыкальный анализ в работе педагога-хореографа. Учебное пособие / Г.А. Безуглая. - М.: Планета музыки, Лань, 2015.
2. Колодницкий Г. А., Кузнецов В. С. «Физическая культура: Ритмическое развитие, хореография» - Москва: Кнорус 2016.
3. Краснов В.И., Краснова Т.Г. В вихре танца // Образовательная программа хореографической студии «Росинка». – Орел, 2000.
4. Образовательная программа учреждения лицей №14, г. Жуковский Московская область. 2009 год.
5. Петрова И. В. «Основы подготовки специалистов – хореографов»
6. Программы лауреатов V Всероссийского конкурса авторских образовательных программ доп. Образования. Номинация художественная. – М.: ГОУ ЦРСДОД, 2003. – С.9.

Календарный учебный график

Количество учебных недель: 4

Срок реализации программы: 1 месяц (август)

Объём программы: 12 часов

Режим проведения занятий: 3 раза в неделю по 1 учебному часу (1 час – 45 минут)

Праздничные и выходные дни: согласно государственному календарю.

Занятия проводятся в соответствии с учебным планом, допускается изменение расписания.