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-Б
от «_27_» _____апреля_____2026 г.

Директор _____ Яковлева Т.Б.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«КАРУСЕЛЬ ПЛЮС»

Возраст обучающихся: 5-7 лет
Срок реализации программы: 1 год

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

Ковдор
2026

Пояснительная записка

Направленность программы – художественная
Тип программы – модифицированная
Уровень программы – стартовый

Как и всякое искусство, танец доставляет 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.

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».
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р).
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы). Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015г. № 09-3242.
- Устав МАУ ДО ЦДЮТ.

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

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. № 09-3242); Уставом МАОУ ДО ЦДТ.

Отличительные особенности программы:

1. Использование метода ассоциативной игры при занятиях с младшими школьниками для адаптации детей в новом коллективе и наибольшей восприимчивости учебного материала;

Актуальность программы: организация полезно - досуговой деятельности детей, сохранение и укрепление здоровья детей.

Цель программы:
развитие творческих способностей детей посредством танцевального искусства.

Направленность программы – художественная
Срок реализации программы – 1 год.
Форма организации занятий: групповая
Режим занятий: 144 часа
2 раза в неделю по 2 учебных часа.
Количество обучающихся: 10-12 человек
Возраст обучающихся: 5-7 лет

Условия набора в объединение:
Для занятий ритмикой родители (или их законные представители) предоставляют:
- заявление установленного образца.
- согласие на обработку персональных данных

Цель программы:
Способствовать ритмическому развитию обучающихся; развивать творческие способности детей посредством танцевального искусства; сохранение и укрепление здоровья:

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, навыков здорового образа жизни;

Условия реализации программы

Материально-техническое оснащение:
- зал для проведения занятий,
- магнитофон,
- гимнастические маты для выполнения упражнений,
- станки,
- коврики для партерной гимнастики,
- форма для занятий,

- фонотека классических, народных и современных произведений,
- костюмерная комната для хранения сценических костюмов

Методическое обеспечение программы

В процессе обучения используются следующие методы:

- словесный;
- репродуктивный;
- частично-поисковый.

Обучение детей основывается на следующих педагогических принципах:

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

Ожидаемые результаты

Должны знать:

- Основные понятия и терминологию
- Технику безопасности при выполнении упражнений
- Здоровьесберегающие упражнения
- Комплекс ритмических упражнений

Должны уметь:

- Выполнять здоровьесберегающие упражнения с помощью педагога
- Ориентироваться в пространстве
- Выполнять комплекс ритмических упражнений с помощью педагога
- Выполнять упражнения в паре и команде
- Двигаться в ритме

Формы диагностики результатов: Диагностика умений и навыков проводится в виде наблюдения и опроса в связи с возрастом учащихся.

Результаты контроля

№	Фамилия, имя обучающегося	Практическая работа	Теоретическая подготовка	Общеучебные умения и навыки	Итоговая оценка	Уровень знаний
1						

Уровень знаний: по 5- бальной системе (12-15 баллов – высокий, 8-11 баллов – средний, до 7 баллов – низкий)

Содержание промежуточного контроля

Уровень освоения программы (критерии оценки):

3 балла- справляется самостоятельно

2 балла- справляется с помощью педагога

1 балл – справляется с трудом (даже при помощи педагога) или не справляется совсем.

Содержание аттестации:

Теоретическая подготовка:

-Умение объяснить для чего необходима разминка, в чем содержание того или иного упражнения.

Практическая подготовка:

Умение выполнять упражнения:

- Музыкально – ритмические упражнения (выполнение различных музыкально-ритмических связок, сочетание ходьбы и бега, движения под музыку, музыкальные игры)

Общеучебные знания и умения:

- Правила поведения в зале.
- Правила поведения при ЧП.

Учебный план

№	*Тема*	*Всего*	*Практ.*	*Теор.*	*Форма контроля.*
1.	Вводное занятие	1	0,5	0,5	Наблюдение
2.	Проверка знаний, умений и навыков	4	3	1	Наблюдение
3.	Партерная гимнастика	12	10	2	Наблюдение
4.	Развитие танцевального шага	16	10	6	Наблюдение
5.	Упражнения по кругу	8	6	2	Наблюдение
6.	Комплекс здоровьесберегающих упражнений	8	6	2	Наблюдение
7.	Пространственная ориентация	6	4	2	Наблюдение
8.	Элементы акробатики	16	10	6	Наблюдение
9.	Вращения	14	10	4	Наблюдение
10.	Танцевальные связки на середине зала	26	20	6	Наблюдение
11.	Постановочная работа	16	10	6	Наблюдение
12.	Репетиционная работа	16	12	4	Наблюдение
13.	Заключительное занятие	1	0,5	0,5	Наблюдение
	Всего:	144 часа	102	42	

Содержание учебного плана:

1. **Вводное занятие**

Теоретическая часть:

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

Практическая:

Игра «Давай познакомимся».

2. **Проверка знаний, умений и навыков**

Теоретическая часть:

Определение уровня подготовки путем собеседования

Практическая:

Выполнение упражнений

3. Партерная гимнастика.

Теоретическая часть:

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

Практическая часть:

Упражнения на растяжку:

- Упражнение «Гребцы»

- Шпагат (параллельный)
- Шпагат (на правую ногу)
- Шпагат (на левую ногу)
- Упражнения: «Лягушка», «Коробочка», «Мостик», «Березка», «Лодочка», кувырок вперед, кувырок назад, «Бревнышко», «Коромысло»

4. 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, поза героя, парные растяжки.
- Пилатес.

5. Упражнения по кругу.

Теоретическая часть:

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

Практическая часть:

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

6. Пространственная ориентация

Теоретическая часть

Объяснение и демонстрация упражнений изучаемых в разделе

Практическая часть

Понятие ориентировки в пространстве. Схема учебного зала, сценической площадки (по А. Я. Вагановой). Понятие «интервал», «линия». Индивидуальная ориентировка, ориентировка в пространстве, построения и фигурные передвижения: — различие правой и левой ног, рук, плечей; — повороты вправо и влево; — вперед, назад, в сторону; вперед и назад по диагоналям; вокруг себя на месте и по кругу; — построение в линии; — построение и перестроение в «шахматном» порядке; — построение и перестроение в колонну по одному, по два в пары и обратно; — перестроение из колонны в шеренгу и обратно; — построение и перестроение в диагональ; — построение в круг, сужение и расширение круга; — построение из круга в диагональ и наоборот; — построение из круга в одну или две линии; — «воротца», «змейка»,

«спираль»; — свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, шеренгу или круг.

7. **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

8. Элементы акробатики:

Теоретическая часть:

Объяснение и демонстрация упражнений. Объяснение техники безопасности при выполнении упражнений.

Практическая часть:

-Колесо

-Фляк

-Переворот

9. Вращения:

Теоретическая часть:

Объяснение и демонстрация упражнений, изучаемых в разделе.

Практическая часть:

Введение во вращения: точка. Положение рук, спины, головы, ног. Центр тела и корпуса.

10. Танцевальные связки на середине зала:

Теоретическая часть:

Объяснение и демонстрация танцевальных связок.

Практическая часть:

Отработка изучаемых связок.

11. Постановочная работа.

Теоретическая часть:

Объяснение и демонстрация набора упражнений. Помощь в выполнении элементов.

Практическая часть:

Постановка танцевальных номеров

12. Репетиционная работа.

Теоретическая часть:

Объяснение и демонстрация танцевальных связок. Корректировка. Помощь в выполнении элементов.

Практическая часть:

Отработка танцевальных номеров

- «Русский перепляс»

13. Заключительное занятие.

Теоретическая часть:

Проводится в виде открытого занятия.

Приветствие, знакомство с гостями, объяснение материала.

Итоговая диагностика:

Проведение контроля знаний, умений и навыков в словесной форме и в форме выполнения практических заданий.

Практическая часть:

Выполнение упражнений, изученных в течении года.

Упражнения на середине зала, упражнения на сохранение и укрепление здоровья, упражнения по кругу, упражнения по диагонали, выполнение танцевальных номеров.

Выполнение элементов, изученных в программе за год.

Список литературы:

1. Балет. Танец. Хореография: Краткий словарь танцевальных терминов и понятий. - М.: Лань, Планета музыки, **2016**. - 416 с.
2. Безуглая, Г. А. Музыкальный анализ в работе педагога-хореографа. Учебное пособие / Г.А. Безуглая. - М.: Планета музыки, Лань, 2015. - 272 с.
3. Жак-Далькроз Э. Учебное пособие «Ритм».- М.: Лань, Планета музыки, 2024.- 216 с.
4. Зарецкая, Н. В. Танцы для детей среднего дошкольного возраста: пособие для практических работников ДОУ / Н. В. Зарецкая. - М. : Айрис -пресс, 2008. - 112с
5. Костровицкая, В. 100 уроков классического танца / В. Костровицкая. - М.: Искусство, **2013**. - 240 с.ф
6. Крылов, В. Н. Памятка по современному танцу / В.Н. Крылов, Г.И. Беляев. - М.: ГосФилармония на КМВ, **2015**. - **795** с.
7. Сапогов, А. А. Школа музыкально-хореографического искусства / А.А. Сапогов. - М.: Лань, Планета музыки, 2014. - 264 с.
8. Ткаченко, Т. Народный танец / Т. Ткаченко. - М.: Искусство, **2016**. - 684 с.

Календарно-учебный график
Хореографического коллектива «Карусель»

№ п/	*Месяц*	*Форма занятия*	*Кол. часов*	*Тема занятия*	*Место проведения*	*Форма контроля*
1	Сентябрь	Групповая	2	Вводное занятие (Техника безопасности. Правила поведения)	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
2	Сентябрь	Групповая	2	Проверка знаний и умений (Проверка первоначальных умений и навыков)	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение
3	Сентябрь	Групповая	2	Партерная гимнастика	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
4	Сентябрь	Групповая	2	Партерная гимнастика	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
5	Октябрь	Групповая	2	Партерная гимнастика	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
6	Октябрь	Групповая	2	Партерная гимнастика	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
7	Октябрь	Групповая	2	Партерная гимнастика	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
8	Октябрь	Групповая	2	Партерная гимнастика	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
9	Октябрь	Групповая	2	Развитие танцевального шага	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
10	Октябрь	Групповая	2	Развитие танцевального шага	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
11	Октябрь	Групповая	2	Развитие танцевального шага	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
12	Октябрь	Групповая	2	Развитие танцевального шага	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
13	Октябрь	Групповая	2	Развитие танцевального шага	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
14	Октябрь	Групповая	2	Развитие танцевального шага	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа

15	Ноябрь	Групповая	2	Развитие танцевального шага	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
16	Ноябрь	Групповая	2	Развитие танцевального шага	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
17	Ноябрь	Групповая	2	Упражнения по кругу	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение.
18	Ноябрь	Групповая	2	Упражнения по кругу	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
19	Ноябрь	Групповая	2	Упражнения по кругу	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
20	Ноябрь	Групповая	2	Упражнения по кругу	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
21	Ноябрь	Групповая	2	Комплекс здоровьесберегающих упражнений	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
22	Ноябрь	Групповая	2	Комплекс здоровьесберегающих упражнений	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
23	Декабрь	Групповая	2	Комплекс здоровьесберегающих упражнений	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
24	Декабрь	Групповая	2	Комплекс здоровьесберегающих упражнений	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
25	Декабрь	Групповая	2	Пространственная ориентация	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
26	Декабрь	Групповая	2	Пространственная ориентация	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
27	Декабрь	Групповая	2	Пространственная ориентация	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
28	Декабрь	Групповая	2	Элементы акробатики	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
29	Декабрь	Групповая	2	Элементы акробатики	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
30	Декабрь	Групповая	2	Элементы акробатики	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
31	Декабрь	Групповая	2	Элементы акробатики	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
32	Январь	Групповая	2	Проверка знаний и умений.	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа

33	Январь	Групповая	2	Элементы акробатики	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
34	Январь	Групповая	2	Элементы акробатики	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
35	Январь	Групповая	2	Элементы акробатики	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
36	Январь	Групповая	2	Элементы акробатики	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
37	Январь	Групповая	2	Вращения	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
38	Февраль	Групповая	2	Вращения	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
39	Февраль	Групповая	2	Вращения	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
40	Февраль	Групповая	2	Вращения	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
41	Февраль	Групповая	2	Вращения	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
42	Февраль	Групповая	2	Вращения	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
43	Февраль	Групповая	2	Вращения	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
44	Февраль	Групповая	2	Танцевальные связки на середине зала	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
45	Февраль	Групповая	2	Танцевальные связки на середине зала	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
46	Март	Групповая	2	Танцевальные связки на середине зала	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
47	Март	Групповая	2	Танцевальные связки на середине зала	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
48	Март	Групповая	2	Танцевальные связки на середине зала	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
49	Март	Групповая	2	Танцевальные связки на середине зала	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа

50	Март	Групповая	2	Танцевальные связки на середине зала	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
51	Март	Групповая	2	Танцевальные связки на середине зала	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
52	Март	Групповая	2	Танцевальные связки на середине зала	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
53	Март	Групповая	2	Танцевальные связки на середине зала	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
54	Апрель	Групповая	2	Танцевальные связки на середине зала	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
55	Апрель	Групповая	2	Танцевальные связки на середине зала	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
56	Апрель	Групповая	2	Постановочная работа	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
57	Апрель	Групповая	2	Постановочная работа	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
58	Апрель	Групповая	2	Постановочная работа	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
59	Апрель	Групповая	2	Постановочная работа	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
60	Апрель	Групповая	2	Постановочная работа	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
61	Апрель	Групповая	2	Постановочная работа	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
62	Апрель	Групповая	2	Постановочная работа	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
63	Май	Групповая	2	Постановочная работа	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
64	Май	Групповая	2	Репетиционная работа	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
65	Май	Групповая	2	Репетиционная работа	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
66	Май	Групповая	2	Репетиционная работа	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа

67	Май	Групповая	2	Репетиционная работа	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
68	Май	Групповая	2	Репетиционная работа	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
69	Май	Групповая	2	Репетиционная работа	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
70	Май	Групповая	2	Репетиционная работа	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
71	Май	Групповая	2	Репетиционная работа	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа
72	Май	Групповая	2	Заключительное занятие	МАУ ДО ЦДТ	Наблюдение. Самостоятельная работа

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 646126932392126385511121901609448613269948990624

Владелец Яковлева Татьяна Борисовна

Действителен С 31.03.2026 по 31.03.2027