

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЕМ АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ЕЙСКИЙ РАЙОН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЕЙСКИЙ РАЙОН

Принята на заседании
педагогического совета
от «24» апреля 2026 г.
Протокол № 6

Утверждаю:
Директор МБОУ ДО ДДТ
МО Ейский район
_____ Е.В. Новикова
« 24» апреля 2026 г.

**КРАТКОСРОЧНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«ТАНЦУЕМ ВМЕСТЕ» (хореография)

Уровень программы: *ознакомительный*

Срок реализации программы: *1 месяц (24 часа)*

Возрастная категория: *7-16 лет*

Состав группы: *15 человек*

Форма обучения: *очная*

Вид программы: *модифицированная*

Программа реализуется на *бюджетной основе*

ID-номер Программы в Навигаторе: **31530**

Автор-составитель:
*педагог дополнительного образования
Васнецова Ирина Алексеевна*

ст. Камышеватская, 2026 год

Содержание программы

№ п/п	Содержание	страница
1	Нормативно-правовая база	3
2	Раздел I: «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»	
2.1	Пояснительная записка программы	4
2.2	Цели и задачи	5
2.3	Содержание программы	5
2.4	Планируемые результаты	6
3	Раздел II: «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»	
3.1	Календарный учебный график	7
3.2	Условия реализации программы	8
3.3	Формы аттестации	8
3.4	Оценочные материалы	8
3.5	Методические материалы	8
3.6	Список литературы	10
3.7	Приложения	11

1. Нормативно-правовая база

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018 г.

3. Приказ министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 9.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»».

5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р).

6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерство образования и науки РФ.

7. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ 2020 г.

8. Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеразвивающих программ с применением дистанционных образовательных технологий, письмо Мин просвещения России от 07 мая 2020 года № ВБ-967/04

9. Постановление Правительства РФ от 11 октября 2023 г. № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

10. Методические рекомендации «Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы» Федерального государственного бюджетного научного учреждения «Институт изучения детства, семьи и воспитания» 2023 год.

11. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 года № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».

12. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 22 февраля 2023 года № 197/129 «О внесении изменений в пункт 4 Порядка организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ, утвержденного приказом Министерства науки и

высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 года № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».

13. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, разработанные региональным модельным центром дополнительного образования детей Краснодарского края, 2024 год

14. Устав муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования дом детского творчества муниципального образования Ейский район, 2021 г.

15. Локальный акт «Режим занятий обучающихся в муниципальном бюджетном образовательном учреждении дополнительного образования дом детского творчества муниципального образования Ейский район, 2024 г.

2. Раздел I «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»

2.1 Пояснительная записка

Партерная гимнастика - это синтез гимнастики, акробатики и музыки. Все упражнения выполняются под музыкальное сопровождение, поэтому развивают не только тело, но и музыкальный слух (творческие данные). Ещё этот вид гимнастики направлен на подготовку именно танцоров, развивает специальные хореографические данные пластику тела. Отсюда следует, что **направленность программы художественная.**

Актуальность данной программы заключается в том, чтобы не дать телу потерять физическую форму в период летних каникул и в сентябре месяце успешно начать занятия в танцевальном классе.

Педагогическая целесообразность заключается в воздействии на личность ребёнка, что способствует укреплению здоровья, развитию специальных данных, выносливости, позволяет сохранить физическую форму в дни летних каникул.

Отличительная черта программы состоит в изменении структуры программы, разделов учебно-тематического плана, содержания программы.

Адресат программы.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы 7-15 лет. Для обучения по программе «*Танцуем вместе*» принимаются дети, занимающиеся в разных возрастных группах объединения «Конфетти» в течении учебного года и прошедшие обучение по одной из программ танцевального коллектива, а также дана возможность детям, желающим заниматься в коллективе в новом учебном году, попробовать свои силы.

Уровень программы, объем и сроки реализации.

Уровень программы *ознакомительный.*

Краткосрочная программа «*Танцуем вместе*» рассчитана на 4 недели обучения по 6 часов в неделю. Всего на обучение отводится 24 часа с 2 по 30 июня.

Форма обучения - очная.

Режим занятий. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность одного академического часа составляет 40 минут, перерыв между занятиями 10 минут.

Особенности организации образовательного процесса.

Состав группы постоянный. Занятия **групповые** с ярко выраженным индивидуальным подходом. Работа в объединении состоит из теоретических и практических занятий.

Наполняемость группы 15 человек. Каждый обучающийся должен иметь специальные форму и обувь, справку от врача о допуске к занятиям. Не принимаются дети с большим лишним весом.

2.2 Цели и задачи программы

Цель: Сохранение физической формы детей в период летних каникул.

Задачи:

Предметные:

1. Выполнять правильно, осмысленно упражнения.

Личностные:

1. Сохранить физическую форму.
2. Исполнять элементы методически грамотно и музыкально.

Метапредметные:

1. Способствовать воспитанию волевых качеств ребёнка.
2. Понимать значение результатов своего труда.

2.3. Содержание программы

Учебный план

№ п/п	Название тематического блока	Всего часов	Теория	Практика	Формы аттестации/контроля
1	Вводное занятие	2	2	-	
2	Учебно-тренировочная работа: 1. Развитие подвижности и укрепление связок голеностопного, коленного и тазобедренного суставов, выворотности, 2. Развитие гибкости, укрепление мышц разгибателей спины и подвижности плечевых суставов. 3. Укрепление мышц брюшного пресса. 4. Развитие амплитуды шага. 5. Силовые упражнения. 6. Кроссинг.	20	6	14	Самостоятельная работа, корректировка исполнения педагогом
3	Итоговое занятие.	2	-	2	контрольное занятие
4	Итого	24	8	16	

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие

Теория- изложение задач и целей программы, техника безопасности на занятии.

2. Учебно – тренировочная работа

Теория – объяснение целей, задач, правил исполнения.

Практика – различные упражнения для стоп выворотные и невыворотные, passe в партере, «Лягушка», упражнения на раскрытие тазобедренного сустава из йоги; «Змея» в статике, «Морской котик», «Колечко», «Лодочка», «Корзина с фруктами», «Кораблик», «Берёзка», работа в парах на укрепление мышц спины (один держит ноги другого, другой отрывает плечи от пола), мосты широкие и узкие, положение планка, упражнения для силы ног в статике и динамике, положение планка, demi и grand plie, battement tendu, grand battement jete партере, растяжки, различные упражнения для пресса, различные прыжки.

3. Итоговое занятие

Практика: показать самостоятельное исполнение всех упражнений.

2.4. Планируемые результаты к окончанию обучения

Предметные- обучающиеся закрепят умения и знания полученные в течении учебного года.

Личностные- сохранят физическую форму в период каникул.

Метапредметные - проявят силу воли, трудолюбие, стремление доводить начатое дело до конца.

3. Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации».

3.1 Календарный учебный график

№ п/п	Дата		Тема занятия	Кол-во часов и продолжительность занятия	Форма проведения/организации и занятия	Место проведения занятия	Примечание
	планируемая	фактическая					
1			Вводное занятие	2 часа	Группов	малый с/зал	
2			Учебно-тренировочная работа: Развитие подвижности и укрепление связок голеностопного, коленного и тазобедренного суставов, выворотности,	2 часа	Группов ая	малый с/зал	
3			Учебно-тренировочная работа: Развитие подвижности и укрепление связок голеностопного, коленного и тазобедренного суставов, выворотности,	2 часа	Группов ая	малый с/зал	
4			Учебно-тренировочная работа: Развитие гибкости, укрепление мышц разгибателей спины и подвижности плечевых суставов.	2 часа	Группов ая	малый с/зал	
5			Учебно-тренировочная работа: Укрепление мышц брюшного пресса.	2 часа	Группов ая	малый с/зал	
6			Учебно-тренировочная работа: Развитие гибкости, укрепление мышц разгибателей спины и подвижности плечевых суставов. Укрепление мышц брюшного пресса.	2 часа	Группов ая	малый с/зал	
7			Учебно-тренировочная работа: Развитие амплитуды шага.	2 часа	Группов ая	малый с/зал	
8			Учебно-тренировочная работа: Силовые упражнения.	2 часа	Группов ая	малый с/зал	
9			Учебно-тренировочная работа: Развитие амплитуды шага.Силовые упражнения.	2 часа	Группов ая	малый с/зал	

10			Учебно-тренировочная работа: Кроссинг.	2 часа	Группов ая	малый с/зал	
11			Учебно-тренировочная работа: Кроссинг.	2 часа			
12			Итоговое занятие	2 часа	Группов ая	малый с/зал	
			Итого часов	24 часа		малый с/зал	

3.2. Условия реализации

- Материально-техническое обеспечение:

наличие достаточно большого помещения для практических занятий в дождливую погоду и ровной площадки во дворе школы для занятий на улице.

- Перечень оборудования, материалы и инструменты:

наличие музыкального центра, ноутбука (компьютера) или DVD центра; фонограмм;

- наличие фонограмм;

- наличие формы одежды и обуви для занятий танцами;

- спортивные коврики для занятий на полу или на улице.

- Кадровое обеспечение.

Для реализации программы требуется педагог, имеющий практические навыки в организации учебной деятельности детей, обладающий знаниями хореографии. Кроме этого, педагог должен знать специфику работы учреждения дополнительного образования, вести необходимую документацию по сопровождению образовательной деятельности.

3.3. Форма аттестации

Итоговая аттестация не предусмотрена.

3.4. Оценочные материалы

В соответствии с целями и задачами программы большое воспитательное значение имеет подведение итогов работы, анализ и оценка ее. Наиболее подходящая *форма оценки* – это организованный просмотр. Важным показателем развития воспитанников является самооценка, от которой зависит стремление к саморазвитию, самосовершенствованию.

3.5. Методические материалы

Для качественного достижения цели и задач программы педагог обязан применять следующие *принципы обучения и воспитания*:

- систематичности и последовательности (построение программы на поэтапном обучении, учебный материал выстроен логично, знания, умения и навыки систематически закрепляются).
- Доступности (от простого к сложному; учет психофизиологических и возрастных особенностей).
- Опоры на положительное (эффект в том, что педагог в процессе воспитания и обучения выявляет положительные черты, не акцентируя внимания на промахах).
- Компенсаторности (создание неуспешным детям в учебном процессе ситуации успеха в различных других сферах).
- Сознательности и активности (сознательное отношение к занятиям, понимание необходимости преодолевать трудности в процессе учёбы).

Методы и приёмы

- Наглядный включает в себя приёмы: показ педагога; образец-показ движения лучшим исполнителем; использование наглядных пособий, фото-видео материалов и другие.
- Репродуктивный - метод подражания: «делай, как я».
- Словесный состоит из приёмов: рассказ; лекция; беседа; анализ и обсуждение; словесный комментарий педагога по ходу исполнения танца; прием раскладки хореографического рас.
- Практико-ориентированной деятельности (практической работы) - приём повторяемости и повторности однотипных движений; приём фиксации отдельных этапов хореографических движений; прием пространственной ориентации; импровизация, исполнительство.

Описание технологий в том числе информационных.

Разноуровневая технология организации обучения.

В реализации программы применяется разноуровневая технология организации обучения, которая позволяет обучающимся с разной подготовкой, способностями, индивидуальными особенностями личности овладеть программой в зависимости от своих возможностей. Так как в группе дети разновозрастные и с разной физической подготовкой, качество усвоения материала можно обеспечить технологией дифференцированного обучения.

Информационная технология используется путём записи занятия или готового танца на смартфон или видеокамеру и применяется для повторения выученного материала дома, анализа качества выполнения, контроля со стороны родителей. Видео-фотоматериалы выкладываются в Инстаграм (аккаунт konfetti.yeisk) или отправляются в группу в WhatsApp.

Здоровьесберегающая технология- это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Личностно – ориентированные технологии обучения и воспитания, в центре внимания которых – неповторимая личность, стремящаяся к

реализации своих возможностей и способная на ответственный выбор в разнообразных жизненных ситуациях. Цель технологии личностно-ориентированного обучения – максимальное развитие индивидуальных способностей ребенка на основе использования имеющегося у него опыта жизнедеятельности.

Групповые технологии предполагают организацию совместных действий, коммуникацию, общение, взаимопонимание, взаимопомощь, взаимокоррекцию.

Формы организации учебного занятия:

- практическое занятие,
- итоговое занятие.

Дидактические материалы: видеоматериалы различных обучающих онлайн-уроков, выступлений коллектива и профессиональных коллективов, приложения 1,2.

Алгоритм учебного занятия:

Занятие включает в себя организационную, теоретическую, практическую и заключительную части.

Организационная часть предполагает подготовку к работе, изложение целей и задач занятия, повышение эмоционального настроения.

Теоретическая часть очень компактная, отражает необходимую информацию по теме, объяснение, показ. Основное время отводится на практические занятия.

В заключительной части подводятся итоги занятия

3.6 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература для педагога

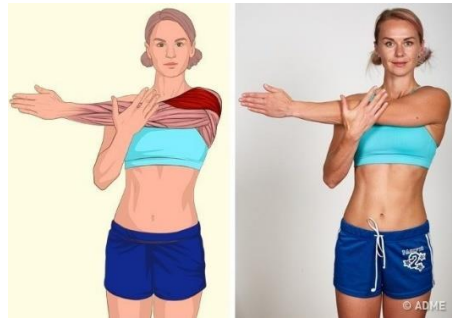
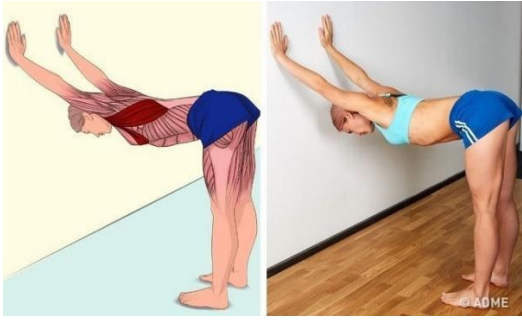
1. «Балетная гимнастика» уч. пособие, составитель Нагайцева Л.Г., Краснодар, 2004г.
2. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Фитнес-данс», СПб., «Детство-пресс», 2007г.
3. Коркин В. П. «Акробатика», — М.: Физкультура и спорт, 1983

Литература для детей и родителей

1. Подольская Е.И. «Профилактика плоскостопия и нарушения осанки у старших дошкольников», М., «Скрипторий 2003», 2009г.
2. Нельсон А., Кокконен Ю «Анатомия упражнений на растяжку» перевод с англ. Борич С.Э., ООО «Попурри», 2009г.

3.7. Приложения

Приложение 1



Растяжка грудных мышц у стены

