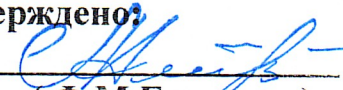


Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества пос. Дербышки»
Советского района г. Казани

Принято на педагогическом совете МБУДО «ЦДТ пос.Дербышки»	Утверждено: Директор ЦДТ:  (Ф.М.Гумерова)
Протокол № 1 от 29.08. 2025 г	Приказ № 39-ОД от 29.08.2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
к дополнительной общеобразовательной программе
«Ступеньки к успеху»
«Хореографический коллектив «Надежда»

Возраст обучающихся 7 - 13 лет
Направленность: художественная
Срок реализации программы: 5 лет

Год обучения: 5
Номер группы: 3
Возраст обучающихся: 11-12 лет

Составитель:

педагог дополнительного
образования МБУ ДО
«ЦДТ пос. Дербышки»
Ситнова Светлана
Ивановна

Казань, 2025 год

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества пос. Дербышки»
Советского района г. Казани**

Принято на педагогическом совете МБУДО «ЦДТ пос.Дербышки»	Утверждено: Директор ЦДТ: _____ (Ф.М.Гумерова)
Протокол № 1 от 29.08. 2025 г	Приказ № 39-ОД от 29.08.2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
к дополнительной общеобразовательной программе
«Ступеньки к успеху»
«Хореографический коллектив «Надежда»**

**Возраст обучающихся 7 - 13 лет
Направленность: художественная
Срок реализации программы: 5 лет**

**Год обучения: 5
Номер группы: 3
Возраст обучающихся: 11-12 лет**

Составитель:

**педагог дополнительного
образования МБУ ДО
«ЦДТ пос. Дербышки
Ситнова Светлана
Ивановна**

Казань, 2025 год

Пояснительная записка

Характеристика группы учащихся:

5 год обучения – 11-12 лет, количественный состав 12 человек.

Уровень подготовки к началу учебного года – средний.

В результате усвоения программы 4 года обучения воспитанники:

знают:

- Правила поведения в зале;
- Технику безопасности;
- Строение музыкального произведения (понятия: вступление, части, музыкальная фраза;
- Музыкальный размер;
- Упражнения для улучшения подвижности рук;
- Разминочный комплекс;
- Упражнения для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности;
- Элементы классического и народного танца;
- Основные принципы джаз-модерн танца;

умеют:

- Определять музыкальный размер;
- Исполнять шаги на п/п, бег, прыжки на двух ногах;
- Исполнять комбинации классического экзерсиса к станку боком;
- Исполнять элементы народно-сценического танца;
- Исполнять комбинации прыжков;
- Исполнять элементы разминки «изоляция»;

владеют:

- Навыками начала движения после вступления;
- Приемами выполнения шагов и бега;
- Навыками исполнения танцевальных комбинаций;
- Навыками исполнения классического экзерсиса;

В результате усвоения программы 4 года обучения учащиеся должны

знать:

- Правила техники безопасности на занятиях;
- Основные элементы классического экзерсиса;
- Основные элементы народно-сценического танца;
- Положения головы, ног, корпуса и рук в процессе усвоения классического экзерсиса у палки и на середине;
- Новый комплекс ритмической разминки;
- Танцевальные комбинации;

уметь:

- Выполнять классический экзерсис боком к палке;
- Выполнять простейшие элементы народно-сценического танца;
- Исполнять танцевальные композиции;
- Выполнять акробатические упражнения;

владеть:

- Навыками музыкального чувства;
- Приемами исполнения разминочной части занятия;
- Техникой выполнения элементов классического и народно-сценического танца;
- Навыками ориентации в пространстве;
- Техникой исполнения элементов джаз-модерн танца;

**Календарный учебный график
Пятого года обучения группа № 3**

Начало учебного года – 01.09.2025 год

Окончание учебного года – 31.05.2026 год

Продолжительность учебного года – 36 учебных недель.

Время и место проведения занятий – в соответствии с расписанием.

№ п/п	Месяц	Число	Форма занятия	кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
1.	Сентябрь	4		3	Вводное занятие. Входная психолого-педагогическая диагностика. Т/Б	Беседа. Опрос.
				12	Ритмика и ритмическая разминка.	
2.	Сентябрь	6	Групповая	3	Теория: Особенности танцевальных жанров (вальс, полька, галоп, марш).	Беседа. Опрос.
3.	Сентябрь	11	Групповая	3	Практика: Упражнения для улучшения гибкости шеи и подвижности тазобедренного суставов и эластичности мышц бедра: - работа бедрами вправо-влево, вперед-назад; - работа бедрами вверх-вниз; - работа бедрами по кругу;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
4.	Сентябрь	13	Групповая	3	Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага: - комбинации растяжек на середине зала; - комбинации растяжек у палки;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
5.	Сентябрь	18	Групповая	3	Упражнения для развития силы мышц ног:	Учебное занятие.

					- прыжковая комбинация.	Педагогическое наблюдение.
				12	Основы партерной гимнастики.	
6.	Сентябрь	20	Групповая	3	Теория: Техника исполнения упражнений на растяжку и развитие танцевального шага. Техника исполнения акробатических упражнений.	Беседа. Опрос.
7.	Сентябрь	25	Групповая	3	Практика: Упражнения на растяжку и развитие танцевального шага: - растяжка на шпагат в положении лежа на спине; - растяжка на шпагат в положении лежа на животе; - растяжка на шпагат в положении лежа на боку;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
8.	Сентябрь	27	Групповая	3	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса: - упражнение на верхний пресс; - упражнения на нижний пресс;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
9.	Октябрь	2	Групповая	3	Акробатические упражнения: - «березка»; - «мостик»; - «стойка»; - кувырки; - «колесо».	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
				12	Классический партер.	
10.	Октябрь	4	Групповая	3	Теория: Техника исполнения классического партера лежа на спине.	Беседа. Опрос.
11.	Октябрь	9	Групповая	3	Практика: Комбинации demi-plie. Комбинации grand-plie. Комбинации battement tendu. Комбинации battement tendu gete.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
12.	Октябрь	11	Групповая	3	Комбинации battement releve lent на 90 градусов. Комбинации battement develop.	Учебное занятие Педагогическое наблюдение.

13.	Октябрь	16	Групповая	3	Комбинации grandbattermentsjete с 1 и 5 позиций вперед, в сторону и назад.	Учебное занятие Педагогическое наблюдение.
				33	Основы классического танца.	
14.	Октябрь	18	Групповая	3	Теория: Техника исполнения экзерсиса у станка и на середине.	Беседа. Опрос.
15.	Октябрь	23	Групповая	3	Экзерсис у станка: Комбинации demi-plie (1, 2, 5 позициям) боком к станку. Комбинации grand-plie (1, 2, 5 позициям) боком к станку.	Учебное занятие Педагогическое наблюдение.
16.	Октябрь	25	Групповая	3	Комбинации battermentstendu: - с 1 позиции в сторону, вперед, назад; Комбинации battermentstendugete: - с 1 позиции в сторону, вперед, назад; - с 5 позиции в сторону, вперед, назад;	Учебное занятие Педагогическое наблюдение.
17.	Октябрь	30	Групповая	3	Комбинации rond de jambe par terre an dehor et an dedans	Учебное занятие Педагогическое наблюдение.
18.	Ноябрь	1	Групповая	3	Комбинации battermentssoutenus в сторону, вперед, назад носком в пол. Комбинации battermentsfondus в сторону, вперед, назад носком в пол.	Учебное занятие Педагогическое наблюдение
19.	Ноябрь	8	Групповая	3	Комбинации battermentsfrappes в сторону, вперед, назад носком в пол. Комбинации grandbattermentsjete с 1 и 5 позиций вперед, в сторону, назад. Комбинации перегибания корпуса назад и в сторону (лицом к станку).	Учебное занятие Педагогическое наблюдение
20.	Ноябрь	13	Групповая	3	Экзерсис на середине: Положения epaulementcroisee (закрытое), efface (открытое).	Учебное занятие Педагогическое наблюдение

					Комбинации por de bras (1,2).	
21.	Ноябрь	15	Групповая	3	Комбинации releves (в 1, 2,5 позициях).	Учебное занятие Педагогическое наблюдение
22.	Ноябрь	20	Групповая	3	ALLEGRO: Комбинации tempesoute (по 1, 2, 5 позиции). Комбинации changement de pieds.	Учебное занятие Педагогическое наблюдение
23.	Ноябрь	22	Групповая	3	Tour chaine (повороты по диагонали).	Учебное занятие Педагогическое наблюдение
24.	Ноябрь	27	Групповая	3	ALLEGRO: Комбинации tempesoute (по 1, 2, 5 позиции). Комбинации changement de pieds. Tour chaine (повороты по диагонали).	Учебное занятие Педагогическое наблюдение
				42	Основы народно-сценического танца.	
25.	Ноябрь	29	Групповая	3	Теория: Техника исполнения народно-сценических элементов у станка и на середине зала.	Опрос. Беседа
26.	Декабрь	4	Групповая	3	Практика: упражнения у станка. Пять открытых позиций ног- аналогичны позициям классического танца. Подготовка к началу движения; - движение руки. - движение руки в координации с движением ноги. Переводы ноги из позиции в позицию; - скольжением стопой по полу. бросок работающей ноги на 35 градусов. Приседание по 1,2 и 3 открытым позициям (муз.размер, $\frac{3}{4}$, $\frac{4}{4}$); - полуприседания. - полное приседание.	Учебное занятие Педагогическое наблюдение

					Приседания по прямым и открытым позициям, переводя ноги указанным приемами. Муз.размер $\frac{3}{4}$, $\frac{4}{4}$. Упражнения с напряженной стопой из 1 прямой позиции на каблук (муз.размер $\frac{4}{4}$). Выведение ноги на каблук по 1 и 3 открытым позициям вперед, в сторону и назад (муз.размер $\frac{4}{4}$); - с полуприседанием на опорной ноге. - с полуприседанием в исходной позиции.	
27.	Декабрь	6	Групповая	3	Выведение ноги на носок, каблук, носок из 1, 3 и 5 открытых позиций вперед, в сторону и назад (муз.размер $\frac{4}{4}$); - с полуприседанием в исходной позиции. - в момент работающей ноги на каблук. - при переводе работающей ноги на каблук и возвращение в исходную позицию. Маленькие броски вперед, в сторону и назад по 1,3 и 5 открытым позициям (муз.размер $\frac{2}{4}$, $\frac{6}{8}$); - с одним ударом стопой в пол по позиции через небольшое приседание. - с коротким ударом по полу носком или ребром каблука работающей ноги. - с полуприседанием на опорной ноге. Подготовка к «веревочке», скольжение работающей ноги по опорной (муз.размер $\frac{2}{4}$, $\frac{4}{4}$). - в открытом положении на всей стопе. - в открытом положении с проскальзыванием по полу на опорной ноге, на всей стопе и на полупальцах.	Учебное занятие Педагогическое наблюдение

					Развертывание работающей ноги на 45 вперед, в сторону и назад на вытянутой ноге и на полуприседании (муз.размер 2/4, 4/4). - в прямом положении вперед одной ноги. - двумя ногами поочередно. Подготовка к «четке» (муз.размер 2/4, 4/4); - в прямом положении вперед одной ноги. - двумя ногами по очереди. Растяжка из 1 прямой позиции в полуприседании и полное приседание на опорной ноге, стоя лицом к станку (муз.размер $\frac{3}{4}$, 4/4).	
28.	Декабрь	11	Групповая	3	Раздел 1. Русский народный танец. Поочередное раскрытие рук. Движение рук с платком из подготовительного положения в 1 и в 4 и 5 позицию. Бытовой шаг с притопом. Шаркающий шаг, переменный шаг, «девичий ход» с переступаниями.. Притопы. Перетопы тройные. Простой (бытовой) шаг. Простой русский шаг.	Учебное занятие Педагогическое наблюдение
29.	Декабрь	13	Групповая	3	Боковое «припадание», поочередное выбрасывание ног перед собой или крест – накрест на носок или ребро каблука. На месте и с отходом назад. «моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе.	Учебное занятие Педагогическое наблюдение
30.	Декабрь	18	Групповая	3	Промежуточная аттестация	Опрос. Практические задания.
31.	Декабрь	20	Групповая	3	Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям).	Учебное занятие Педагогическое наблюдение

					Бег на месте и с продвижением вперед и назад на полупальцах. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя. Боковые перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции.	
32.	Декабрь	25	Групповая	3	«Веревочка», «ковырялочка» с подскоками, «ключ» простой на подскоках, дробные движения, прыжки с обеих ног.	Учебное занятие Педагогическое наблюдение
33.	Декабрь	27	Групповая	3	Раздел 2. Белорусский народный танец. Элементы танца «Крыжачок». Элементы танца «Крыжачок» Положения рук и ног в белорусском танце. Притопы одинарные. Подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном месте. Тройные подскоки на двух ногах по 1-й прямой	Учебное занятие Педагогическое наблюдение
34.	Январь	10	Групповая	3	Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад. Основной ход «Крыжачка». Поочередное выбрасывание ног на каблук вперед. Тройные притопы с поклоном.	Учебное занятие Педагогическое наблюдение
35.	Январь	15	Групповая	3	Раздел 3. Чувашский танец. Элементы чувашского танца. Положения рук и ног. Боковой ход. Переменный шаг.	Учебное занятие Педагогическое наблюдение
36.	Январь	17	Групповая	3	Шаг с ударом каблучком. Па-де-баск. Подскоки. Шаг с подскоком. Дробь. Движение «Дробь».	Учебное занятие Педагогическое наблюдение
37.	Январь	22	Групповая	3	Раздел 4. Татарский танец. Элементы танца.	Учебное занятие

					Положение рук и ног. «Припадания», подскоки с переступаниями. Основной татарский ход.	Педагогическое наблюдение
38.	Январь	24	Групповая	3	Бурма. Ковырялочка. Бег вперед. Ход в сторону, ход с каблука. Дроби.	Учебное занятие Педагогическое наблюдение
39.	Январь	29	Групповая	3	Раздел 5. Вращения. На полупальцах С откидыванием ног назад.	Учебное занятие Педагогическое наблюдение
				24	Основы джаз-модерн танца.	
40.	Январь	31	Групповая	3	Теория: Техника исполнения джаз-модерн танца.	Беседа. Опрос.
41.	Февраль	5	Групповая	3	Практика: «Разогрев» - смена положений (у станка, на середине, в партере). - разогрев в положении «сидя» и «лежа». - соединение разогрева в комбинации. Раздел «Изоляция». Упражнения головы, плеч, грудная клетка, пелвис, руки, ноги.	
42.	Февраль	7	Групповая	3	Раздел «Упражнения для позвоночника». Соединение в комбинации движений. Использование падений и подъемов во время комбинаций. Соединение contraction и release.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
43.	Февраль	12	Групповая	3	Раздел «Координация». Соединение движений нескольких центров в различные ритмические рисунки. Использование различных ритмов в исполнении движений.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
44.	Февраль	14	Групповая	3	Раздел «Уровни». Комбинации с использованием contraction и release, спирали и твисты торса.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.

					Перемещение из одного уровня в другой. Упражнения стретч-характера.	
45.	Февраль	19	Групповая	3	Раздел «Кросс. Перемещение в пространстве». Комбинации шагов, соединенные с вращениями и стабильными позами. Использование contraction и release во время передвижения. Передвижения в пространстве. Вращения. Комбинации прыжков. Соединение шагов с изолированными движениями двух центров	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
46.	Февраль	21	Групповая	3	Раздел «Комбинация или импровизация». Развернутые комбинации с перемещением в пространстве с использованием смены уровней, вращения и прыжков.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
47.	Февраль	26	Групповая	3	Раздел «Комбинация или импровизация». Развернутые комбинации с перемещением в пространстве с использованием смены уровней, вращения и прыжков.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
48.	Февраль	28	Групповая	3	Раздел «Комбинация или импровизация». Развернутые комбинации с перемещением в пространстве с использованием смены уровней, вращения и прыжков.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
				15	Основы актерского мастерства.	
49.	Март	5	Групповая	3	Теория: Органическое внимание – путь к мышечному освобождению. Активное и пассивное воображение.	Беседа. Опрос.

50.	Март	7	Групповая	3	Практика: Игры для развития ассоциативно-образного мышления.	Педагогическое наблюдение. Учебное занятие.
51.	Март	12	Групповая	3	Этюды на память физических действий. Исполнительское искусство актера.	Педагогическое наблюдение. Учебное занятие.
52.	Март	14	Групповая	3	Умение жить поступками, мыслями и чувствами героя – основное условие создания правдивого сценического образа.	Педагогическое наблюдение. Учебное занятие.
53.	Март	19	Групповая	3	Умение жить поступками, мыслями и чувствами героя – основное условие создания правдивого сценического образа.	Педагогическое наблюдение. Учебное занятие.
				48	Постановочная работа.	
54.	Март	21	Групповая	3	Постановка танцевальных номеров.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
55.	Март	26	Групповая	3	Постановка танцевальных номеров.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
56.	Март	28	Групповая	3	Постановка танцевальных номеров.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
57.	Апрель	2	Групповая	3	Постановка танцевальных номеров.	Учебное занятие Педагогическое наблюдение.
58.	Апрель	4	Групповая	3	Постановка танцевальных номеров.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
59.	Апрель	9	Групповая	3	Постановка танцевальных номеров.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
60.	Апрель	11	Групповая	3	Постановка танцевальных номеров.	Учебное зан Педагогическое наблюдение.

						ятие.
61.	Апрель	16	Групповая	3	Постановка танцевальных номеров.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
62.	Апрель	18	Групповая	3	Постановка танцевальных номеров.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
63.	Апрель	23	Групповая	3	Постановка танцевальных номеров.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
64.	Апрель	25	Групповая	3	Постановка танцевальных номеров.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
65.	Апрель	30	Групповая	3	Постановка танцевальных номеров.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
66.	Май	2	Групповая	3	Постановка танцевальных номеров.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
67.	Май	7	Групповая	3	Постановка танцевальных номеров.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
68.	Май	14	Групповая	3	Постановка танцевальных номеров.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
69.	Май	16	Групповая	3	Постановка танцевальных номеров.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
				9	Концертная деятельность.	
70.	Май	21	Групповая	3	Участие в концертной деятельности и конкурсах по плану.	Контроль над исполнением.

71.	Май	23	Групповая	3	Участие в концертной деятельности и конкурсах по плану.	Контроль над исполнением.
72.	Май	28	Групповая	3	Участие в концертной деятельности и конкурсах по плану.	Контроль над исполнением.
73.	Май	30	Групповая	3	Промежуточная аттестация по итогам года.	Итоговый концерт
			Итого	219		

**План воспитательной работы
хореографического коллектива «Надежда»
Группа № 3**

№ п/п	Мероприятие	Дата проведения	Форма проведения
1	«День Знаний» - знакомство с танцем.	Сентябрь	Презентация
2	«День Учителя»	Октябрь	Концерт
3	«Добро и зло в русских народных сказках»	Ноябрь	Беседа
4	«Скоро Новый год!»	Декабрь	Развлекательная программа
5	«Танцевальный марафон» - танец профессия будущего.	Январь	Конкурс
6	«История татарского танца».	Февраль	Беседа. Видео показ
7	«Увидел грача, весну встречай»	Март	Конкурс рисунков
8	«От улыбки станет мир добрей»- День смеха и добра	Апрель	Развлекательная игра
9	Международный день семьи. «Папа, мама, я – танцевальная семья»	Май	Развлекательная программа

