

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: 1
Номер группы: 4
Возраст обучающихся: 7-8 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: 1
Номер группы: 4
Возраст обучающихся: 7-8 лет**

Составитель:

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

Казань, 2025 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Характеристика группы детского объединения:

Группа № 4 первого года обучения. Возраст 7-8 лет с последующим обучением в процессе реализации программы

Состав обучающихся:

Количество обучающихся в группе человек.

Цель: всестороннее развитие личности, его через приобщение к искусству хореографии.

Предметные компетенции:

- правила техники безопасности
- укрепление опорно-двигательного аппарата,
- развитие силы мышц, укрепление суставов и повышение их подвижности,
- развитие выносливости и постановка дыхания,
- развитие чувства ритма, музыкального слуха
- умение ориентироваться и двигаться в пространстве
- знакомство с музыкально-ритмическими играми,
- изучение элементов партерного экзерсиса
- изучение специальной терминологии
- исполнение программного танца

Метапредметные компетенции:

- Регулятивные: умение оценивать правильность выполняемых заданий,
- Познавательные: развитие интереса к танцам
- Коммуникативные: развитие коммуникативных способностей, навыков сотрудничества (доброжелательность, отзывчивость)

Личностные компетенции:

Приобретение основ ценных личностных качеств:

- заинтересованность
- общительность
- активность

Уровень подготовки детей к началу учебного года:

К началу учебного года обучающиеся должны

Знать: названия всех частей тела (позвоночник, кисть, колено, локоть, стопа);

Уметь: иметь природную выворотность ног;

- подъем стопы податливо изгибается, образуя в профиль месяце образную форму;
- балетный шаг выше 90 градусов;
- безошибочно выполняет упражнения на координацию;
- безошибочно повторяет сложный ритмический рисунок;
- без стеснения повторяет эмоции, может сказать, какому эмоциональному состоянию соответствует выражение мимики.

Ожидаемые результаты освоения программы обучающимися:

К концу учебного года обучающиеся должны

Знать:

- основные позиции и положения рук и ног;
- азбуку классического экзерсиса;
- комплекс ритмической разминки;
- последовательность упражнений, направленных на развитие определенных групп мышц, двигательных функций и исправление недостатков осанки;
- простейшие танцевальные комбинации.

Уметь:

- выполнять простейшие элементы на середине;
- выполнять танцевальные композиции, способствующие развитию координации движений обучающихся;
- выполнять растяжку.

Календарный учебный график первого года обучения группа № 4

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	3	Групповая	2	Входная психолого-педагогическая диагностика. Вводное занятие, Т/О.	Тестирование. Беседа. Опрос
				30	Тема № 1. Ритмика и ритмическая разминка.	
2.	Сентябрь	4	Групповая	2	Теория: Длительность музыкального произведения.	Беседа. Устный опрос.
3.	Сентябрь	10	Групповая	2	Практика: Упражнения для улучшения гибкости шеи: -наклоны головы вправо-влево, вперед-назад; - движение головы по квадрату;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение.
4.	Сентябрь	11	Групповая	2	Упражнения для улучшения гибкости шеи: -наклоны головы вправо-влево, вперед-назад; - движение головы по квадрату;	Контроль исполнения упражнений
5.	Сентябрь	17	Групповая	2	Упражнения для улучшения гибкости шеи: -наклоны головы вправо-влево, вперед-назад; - движение головы по квадрату;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
6.	Сентябрь	18	Групповая	2	Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевого сустава: -работа плечами вверх-вниз, вперед-назад; -круговые движения плечами; - «волна» плечами;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
7.	Сентябрь	24	Групповая	2	Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевого сустава:	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение

					-работа плечами вверх-вниз, вперед-назад; -круговые движения плечами; - «волна» плечами;	
8.	Сентябрь	25	Групповая	2	Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевого сустава: -работа плечами вверх-вниз, вперед-назад; -круговые движения плечами; - «волна» плечами;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
9.	Октябрь	1	Групповая	2	Упражнения для улучшения подвижности рук: - круговые движения кистей; - круговые движения рук от плечевого сустава; - круговые движения рук от локтевого сустава; - комбинация для рук с использованием упражнения «волна»;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
10.	Октябрь	2	Групповая	2	Упражнения для улучшения подвижности рук: - круговые движения кистей; - круговые движения рук от плечевого сустава; - круговые движения рук от локтевого сустава; - комбинация для рук с использованием упражнения «волна»;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
11.	Октябрь	8	Групповая	2	Упражнения для улучшения подвижности рук: - круговые движения кистей; - круговые движения рук от плечевого сустава; - круговые движения рук от локтевого сустава; - комбинация для рук с использованием упражнения «волна»;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
12.	Октябрь	9	Групповая	2	Упражнения для гибкости позвоночника: - наклоны корпуса вправо-влево, вперед-назад; -круговые движения корпуса;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
13.	Октябрь	15	Групповая	2	Упражнения для гибкости позвоночника: - наклоны корпуса вправо-влево, вперед-назад; -круговые движения корпуса;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение

14.	Октябрь	16	Групповая	2	Упражнения для гибкости позвоночника: - наклоны корпуса вправо-влево, вперед-назад; - круговые движения корпуса;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
15.	Октябрь	22	Групповая	2	Упражнения для улучшения 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
16.	Октябрь	23	Групповая	2	Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного суставов и эластичности мышц бедра: - работа бедрами вправо-влево, вперед-назад; - работа бедрами вверх-вниз; - работа бедрами по кругу; Упражнения для улучшения 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
				30	Тема № 2. Основы партерной гимнастики.	
17.	Октябрь	29	Групповая	2	Теория: Техника исполнения упражнений для развития подвижности стоп.	Беседа. Опрос
18.	Октябрь	30	Групповая	2	Практика: Упражнения для развития подвижности стоп: - натяжение и сокращение стоп; - круговые движения; - работа стопами по 1, 6 позициям;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
19.	Ноябрь	5	Групповая	2	Упражнения для развития подвижности стоп: - натяжение и сокращение стоп; - круговые движения; - работа стопами по 1, 6 позициям;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение

20.	Ноябрь	12	Групповая	2	Упражнения для развития подвижности стоп: - натяжение и сокращение стоп; - круговые движения; - работа стопами по 1, 6 позициям;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
21.	Ноябрь	13	Групповая	2	Упражнения для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности: - упражнение бабочка; - упражнение «лягушка»;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
22.	Ноябрь	19	Групповая	2	Упражнения для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности: - упражнение бабочка; - упражнение «лягушка»;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
23.	Ноябрь	20	Групповая	2	Упражнения для развития тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра, выворотности: - упражнение бабочка; - упражнение «лягушка»;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
24.	Ноябрь	26	Групповая	2	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясничного суставов, подвижности позвоночника: - упражнение «качалочка»; -упражнение «лодочка»;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
25.	Ноябрь	27	Групповая	2	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясничного суставов, подвижности позвоночника: - упражнение «качалочка»; -упражнение «лодочка»;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
26.	Декабрь	3	Групповая	2	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясничного суставов, подвижности позвоночника: - упражнение «качалочка»; -упражнение «лодочка»;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
27.	Декабрь	4	Групповая	2	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса: - медленный подъем ног вверх в положении лежа; - упражнение «складочка»;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
28.	Декабрь	10	Групповая	2	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса: - медленный подъем ног вверх в положении лежа;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение

					- упражнение «складочка»;	
29.	Декабрь	11	Групповая	2	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса: - медленный подъем ног вверх в положении лежа; - упражнение «складочка»;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
30.	Декабрь	17	Групповая	2	Упражнения на растяжку и развитие танцевального шага: - растяжка на шпагат в положении лежа на спине; - растяжка на шпагат в положении лежа на животе;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
31.	Декабрь	18	Групповая		Упражнения на растяжку и развитие танцевального шага: - растяжка на шпагат в положении лежа на спине; - растяжка на шпагат в положении лежа на животе;	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
32.	Декабрь	24	Групповая	2	Промежуточная аттестация	Опрос. Практическое задание.
				32	Тема № 3. Классический партер.	
33.	Декабрь	25	Групповая	2	Теория: Техника исполнения demi-plie, grand-plie, battements tendu, battements tendu gete, battements releves lent на 90 градусов.	Беседа. Опрос.
34.	Январь	14	Групповая	2	Практика: Комбинации demi-plie.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
35.	Январь	15	Групповая	2	Комбинации demi-plie.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
36.	Январь	21	Групповая	2	Комбинации demi-plie.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
37.	Январь	22	Групповая	2	Комбинации grand- plie.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
38.	Январь	28	Групповая	2	Комбинации grand- plie.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
39.	Январь	29	Групповая	2	Комбинации grand- plie.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение

40.	Февраль	4	Групповая	2	Комбинации battements tendu	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
41.	Февраль	5	Групповая	2	Комбинации battements tendu	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
42.	Февраль	11	Групповая	2	Комбинации battements tendu	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
43.	Февраль	12	Групповая	2	Комбинации battements tendugete.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
44.	Февраль	18	Групповая	2	Комбинации battements tendugete.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
45.	Февраль	19	Групповая	2	Комбинации battements tendugete.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
46.	Февраль	25	Групповая	2	Комбинации battements releves lent на 90 градусов.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
47.	Февраль	26	Групповая	2	Комбинации battements releves lent на 90 градусов.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
48.	Март	4	Групповая	2	Комбинации battements releves lent на 90 градусов.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
				16	Тема № 4. Основы классического танца.	
49.	Март	5	Групповая	2	Теория: Техника исполнения позиции ног (1,2,3,5,6), demi-plie (1,2,5 позициям), battementstendus (с 1 позиции в сторону, вперед, назад; с 5 позиции в сторону, вперед, назад), battementstendugete.	Беседа. Опрос.
50.	Март	11	Групповая	2	Экзерсис на середине зала: Техника исполнения позиции ног (1,2,3,5,6). Техника исполнения 1 pordebra.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
51.	Март	12	Групповая	2	Техника исполнения releves (в 1, 2,5 позициях).	Учебное занятие.

						Педагогическое наблюдение
52.	Март	18	Групповая	2	Allegro: Шаги на полупальцах.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
53.	Март	19	Групповая	2	Шаги с высоким поднятием колена.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
54.	Март	25	Групповая	2	Прыжки на двух ногах по 6 позиции.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
55.	Март	26	Групповая	2	Прыжки на одной ноге.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
56.	Апрель	1	Групповая	2	Бег.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
				26	Постановочная работа.	
57.	Апрель	2	Групповая	2	Постановка танцевальных номеров.	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
58.	Апрель	8	Групповая	2	Постановка танцевальных номеров	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
59.	Апрель	9	Групповая	2	Постановка танцевальных номеров	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
60.	Апрель	15	Групповая	2	Постановка танцевальных номеров	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
61.	Апрель	16	Групповая	2	Постановка танцевальных номеров	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
62.	Апрель	22	Групповая	2	Постановка танцевальных номеров	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
63.	Апрель	23	Групповая	2	Постановка танцевальных номеров	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение

64.	Апрель	29	Групповая	2	Постановка танцевальных номеров	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
65.	Апрель	30	Групповая	2	Постановка танцевальных номеров	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
66.	Май	6	Групповая	2	Постановка танцевальных номеров	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
67.	Май	7	Групповая	2	Постановка танцевальных номеров	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
68.	Май	13	Групповая	2	Постановка танцевальных номеров	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
69.	Май	14	Групповая	2	Постановка танцевальных номеров	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
				4	Концертная деятельность.	
70.	Май	20	Групповая	2	Участие в концертной деятельности и конкурсах по плану.	Контроль над исполнением.
71.	Май	21	Групповая	2	Участие в концертной деятельности и конкурсах по плану.	Контроль над исполнением.
72.	Май	27	Групповая	2	Повторение пройденного материала	Учебное занятие. Педагогическое наблюдение
73.	Май	28	Групповая	2	Промежуточная аттестация по итогам года.	Итоговый концерт
			Итого:	146 часов		

**План воспитательной работы
хореографического коллектива «Надежда»
Группа № 4**

№ 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