

Министерство образования Иркутской области  
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Иркутской области «Усть-Ордынский аграрный техникум»

**«Утверждаю»**  
Директор ГБПОУ ИО «УОАТ»  
\_\_\_\_\_ А. В. Малгатаева  
1 сентября 2025 г.

Дополнительная общеразвивающая программа  
художественного направления  
Хореография

Адресат программы: Обучающиеся техникума.

Срок реализации: 1 год.

Разработчик программы:  
Стругавцова Мария Иннокентьевна

2025г.

## **Пояснительная записка**

Настоящая образовательная программа дополнительного образования хореографического кружка реализуется Усть-Ордынский аграрным техникумом и определяет содержание и планируемые результаты освоения образовательной программы.

Программа разработана согласно нормативным и правовым документам:

-Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» в редакции от 8 августа 2024 года, действующей с 1 сентября 2024 года

-Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 года N 629 Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам

-Санитарные правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N 28

-Профессиональный стандарт "Педагог дополнительного образования детей и взрослых", утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. N 652н

Рабочая программа хореографического кружка предназначена для обучающихся в возрасте 15-18 лет. Наполняемость группы 15-20 человек. Программа рассчитана на 1 год обучения. Занятия проводятся раз в неделю по 2 часа.

**Актуальность программы** состоит в том, что творческая деятельность обучающихся при изучении танцев создает своеобразно эмоционально наполненную среду увлеченных девушек и юношей, в которых осуществляется «создание танцевального шедевра», где они настроены на успех. Развивает творческие способности через включение их в танцевальную деятельность, а также формирует творческую личность посредством обучения языку танца, приобщает к миру танцевального искусства, являющегося достоянием общечеловеческой и национальной культуры. Также актуальность программы обусловлена стремлением к изучению и возрождению этнокультурных традиций округа, в частности, танцев.

**Отличительные особенности образовательной программы** состоят в том, что учебно-воспитательный процесс осуществляется через различные направления работы не только в обучении танцевальных постановок, но и в формировании психологического состояния, развитии уверенности в себе, умении работать в команде. Еще одной отличительной особенностью программы является совместное творчество педагога и обучающихся в процессе постановки танцевальных композиций (педагог предлагает идею танца, сюжет, детали и движения придумываются совместно) способствует повышению творческой инициативы у обучающихся.

**Особенности организации образовательного процесса.** Заниматься по программе может любой обучающийся, без предварительной подготовки, без конкурсного отбора, желающий заниматься художественным искусством, проявляющий интерес к танцам.

**Цель программы** - создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала студентов в процессе обучения искусству хореографии.

### **Задачи программы:**

- сформировать интерес к хореографическому искусству, раскрыв его многообразие и красоту;
  - привить обучающимся умение слышать и слушать музыку и передавать ее содержание в движении;
  - преподавать азбуку классического танца;
  - укреплять костно-мышечный аппарат обучающихся;
  - совершенствовать выразительность исполнения, развивать силу, выносливость, координацию движений;
  - формировать художественно-образное восприятие и мышление;
- воспитывать художественный вкус и эмоциональную отзывчивость

### **Методы занятий:**

1. Словесный (объяснения, замечания).
2. Наглядный (личный показ педагога).
3. Практический (выполнение движений).

### **Структура занятий:**

1. Подготовительная часть (разминка)
2. Основная часть (разучивание нового материала)
3. Заключительная часть (закрепление выученного материала)

### **Прогнозируемые результаты:**

Развитие музыкальности, ритмичности;

Ответственность, самостоятельность;

Умение работать в коллективе.

#### **Должны знать.**

Различные танцевальные жанры (народный, бальный, эстрадный танец). Характер исполнения танцев.

Знать и применять правила сценической культуры.

#### **Должны уметь.**

Танцевать спортивные танцы

Танцевать современные танцы.

Танцевать вальс, полонез.

### **Формы проведения итогов реализации программы:**

Участие в праздничных программах, концертах;

Открытые показы, мастер-классы;

Проведение итогового занятия в конце учебного года

### **Содержание программы.**

**Введение.** Вводный инструктаж по технике безопасности. (1 час)

### **Раздел 1. Ритмика. Основные танцевальные навыки.**

*Теория:* Основы хореографии (1 час).

*Практическое занятие:* упражнения на дыхание, физиологическая разминка. Пантомима, пластические упражнения. Движение в образах. Рисунок в танце, перестроение из одной фигуры в другую. Ритмические комбинации, импровизация. Ритмические комбинации: этюды. Связка танцевальных движений. (9 часов)

### **Раздел 2. Классический танец.**

*Теория:* Знакомство с понятием «классический танец». Раскрытие содержания термина «балет». (2 часа)

*Практическое занятие:* Постановка корпуса, поклон. Позиции рук, ног. Упражнения на гибкость, растяжку. Движение в координации рук и ног по позициям, повороты. Прыжки на месте в координации с движениями рук. Этюд. Постановка танца. Элементы «Новогоднего танца», разучивание элементов. Разучивание репетиционных комбинаций под музыку. Отработка изученных движений Новогоднего танца с музыкальным сопровождением. (14 часов)

### **Раздел 3. Народный танец.**

*Теория:* Знакомство с особенностями народной культуры. Русский народный танец. Изучение танцевальной лексики. (2 часа)

*Практическое занятие:* Актерское мастерство. Образ в танце. Изучение связок, движений, композиций в танце. Репетиционно-постановочная работа. (5 часов)

*Теория:* Бурятский народный танец. Изучение танцевальной лексики. (1 час)

*Практическое занятие:* Изучение связок, движений, композиций в танце. Репетиционно-постановочная работа. (5 часов)

*Теория:* Знакомство с особенностями национальной культуры страны. Просмотр танцев народов мира. (1 час)

*Практическое занятие:* Отработка движений характерных национальным танцам. (2 часа)

### **Раздел 4. Бальный танец.**

*Теория:* Бальный танец – это (1 час)

*Практическое занятие:* Положение рук, ног, головы, характер исполнения. (1 час)

*Теория:* Изучение движений бального танца «Полонез». (1 час)

*Практическое занятие:*

Разучивание комбинаций танцев.

Повторение и отработка элементов. Отработка движений и характера танца с музыкальным сопровождением.

*Теория:* Изучение движений вальса. Просмотр видео роликов. (1 час)

*Практическое занятие:* Изучение движений бального танца. Элементы танца «Школьный вальс». Повторение и отработка элементов. Отработка движений и характера танца с музыкальным сопровождением. Репетиционно-постановочная работа. (6 часов)

### **Раздел 5. Стилизованный танец.**

*Теория:* Изучение танцевальной лексики, овладение законами композиции и чувством стиля. (2 часа)

*Практическое занятие:* Изучение связок, движений, композиций в танце. Репетиционно-постановочная работа. (6 часов)

## Раздел 6. Современный танец.

*Теория:* Изучение направлений современного танца. Изучение современной пластики. (2 часа)

*Практическое занятие:* Разучивания элементов и движений современных танцев.

Постановка спортивного танца «Флешмоб». Отработка движений спортивного танца.

Отработка движений и характера танца с музыкальным сопровождением. Репетиционно-постановочная работа. (11 часов)

## Подведение итогов.

*Практическое занятие:* Итоговая репетиция. Повторение изученного репертуара.

Выступление на праздничном концерте. (2 часа)

## Учебный план

| №      | Наименование                                          | Всего часов |        |          |
|--------|-------------------------------------------------------|-------------|--------|----------|
|        |                                                       | Всего       | теория | практика |
| 1      | Введение. Вводный инструктаж по технике безопасности. | 1           | 1      | -        |
| 2      | Ритмика. Основные танцевальные навыки.                | 10          | 1      | 9        |
| 3      | Классический танец.                                   | 16          | 2      | 14       |
| 4      | Народный танец                                        | 16          | 4      | 12       |
| 5      | Бальный танец                                         | 14          | 3      | 11       |
| 6      | Стилизованный танец                                   | 8           | 2      | 6        |
| 7      | Современный танец                                     | 13          | 2      | 11       |
| 8      | Подведение итогов                                     | 2           | -      | 2        |
| Итого: |                                                       | 80          | 14     | 66       |

## Календарно-тематический план

| №                                                       | Название раздела; темы раздела; темы занятия                                      | Объём часов | форма занятия   |
|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------------|
| 1                                                       | Введение. Знакомство с планом кружка. Вводный инструктаж по технике безопасности. | 1           | Вводная беседа. |
| <b>Раздел 1. Ритмика. Основные танцевальные навыки.</b> |                                                                                   | <b>10</b>   |                 |
| 2                                                       | Ритмика – основа хореографии.                                                     | 1           | теория          |
| 3                                                       | Упражнения на дыхание. Физиологическая разминка.                                  | 1           | практика        |
| 4                                                       | Движение в образах.                                                               | 1           | практика        |
| 5                                                       | Пантомима.                                                                        | 1           | практика        |
| 6                                                       | Пластические упражнения.                                                          | 1           | практика        |
| 7                                                       | Рисунок в танце. Перестроение из одной фигуры в другую.                           | 1           | практика        |
| 8                                                       | Ритмические движения.                                                             | 1           | практика        |
| 9                                                       | Импровизация.                                                                     | 1           | практика        |
| 10                                                      | Ритмические комбинации: этюды.                                                    | 1           | практика        |
| 11                                                      | Связка танцевальных движений.                                                     | 1           | практика        |

|                                      |                                                                                                                                        |           |          |
|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|
| <b>Раздел 2. Классический танец.</b> |                                                                                                                                        | <b>16</b> |          |
| 12                                   | Знакомство с понятием «классический танец». Раскрытие содержания термина «балет», показ фото и видеоматериалов из балетного спектакля. | 1         | теория   |
| 13                                   | Знакомство с понятием «классический танец». Раскрытие содержания термина «балет», показ фото и видеоматериалов из балетного спектакля. | 1         | теория   |
| 14                                   | Постановка корпуса, поклон. Позиции рук, ног.                                                                                          | 1         | практика |
| 15                                   | Упражнения на гибкость, растяжку.                                                                                                      | 1         | практика |
| 16                                   | Движение в координации рук и ног по позициям, повороты.                                                                                | 1         | практика |
| 17                                   | Прыжки на месте в координации с движениями рук.                                                                                        | 1         | практика |
| 18                                   | Движения классического танца.                                                                                                          | 1         | практика |
| 19                                   | Этюд.                                                                                                                                  | 1         | практика |
| 20                                   | Постановка танца.                                                                                                                      | 1         | практика |
| 21                                   | Элементы «Новогоднего танца», разучивание элементов.<br>Разучивание репетиционных комбинаций под музыку                                | 1         | практика |
| 22                                   | Элементы «Новогоднего танца», разучивание элементов.<br>Разучивание репетиционных комбинаций под музыку                                | 1         | практика |
| 23                                   | Элементы «Новогоднего танца», разучивание элементов.<br>Разучивание репетиционных комбинаций под музыку                                | 1         | практика |
| 24                                   | Отработка изученных движений Новогоднего танца с музыкальным сопровождением                                                            | 1         | практика |
| 25                                   | Отработка изученных движений Новогоднего танца с музыкальным сопровождением                                                            | 1         | практика |
| 26                                   | Отработка изученных движений Новогоднего танца с музыкальным сопровождением                                                            | 1         | практика |
| 27                                   | Выступление на Новогодней ёлке.                                                                                                        | 1         | практика |
| <b>Раздел 3. Народный танец.</b>     |                                                                                                                                        | <b>16</b> |          |
| 28                                   | Знакомство с особенностями народной культуры. Просмотр народных танцев.                                                                | 1         | теория   |
| 29                                   | Русский народный танец. Изучение танцевальной лексики                                                                                  | 1         | теория   |
| 30                                   | Актерское мастерство. Образ в танце                                                                                                    | 1         | практика |
| 31                                   | Актерское мастерство. Образ в танце                                                                                                    | 1         | практика |
| 32                                   | Изучение связок, движений, композиций в танце                                                                                          | 1         | практика |
| 33                                   | Репетиционно-постановочная работа.                                                                                                     | 1         | практика |
| 34                                   | Показ танца.                                                                                                                           | 1         | практика |
| 35                                   | Бурятский народный танец. Изучение танцевальной лексики                                                                                | 1         | теория   |
| 36                                   | Изучение связок, движений, композиций в танце                                                                                          | 1         | практика |
| 37                                   | Репетиционно-постановочная работа.                                                                                                     | 1         | практика |
| 38                                   | Репетиционно-постановочная работа.                                                                                                     | 1         | практика |

|                                       |                                                                                                                      |           |          |
|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|
| 39                                    | Репетиционно-постановочная работа.                                                                                   | 1         | практика |
| 40                                    | Показ танца.                                                                                                         | 1         | практика |
| 41                                    | Знакомство с особенностями национальной культуры страны. Просмотр танцев народов мира.                               | 1         | теория   |
| 42                                    | Отработка движений характерных национальным танцам.                                                                  | 1         | практика |
| 43                                    | Отработка движений характерных национальным танцам.                                                                  | 1         | практика |
| <b>Раздел 4. Бальный танец</b>        |                                                                                                                      | <b>14</b> |          |
| 44                                    | Бальный танец – это...                                                                                               | 1         | теория   |
| 45                                    | Положение рук, ног, головы, характер исполнения.                                                                     | 1         | практика |
| 46                                    | Изучение движений бального танца «Полонез». Просмотр видеоролика.                                                    | 1         | теория   |
| 47                                    | Изучение движений бального танца «Полонез».                                                                          | 1         | практика |
| 48                                    | Разучивание комбинаций.                                                                                              | 1         | практика |
| 49                                    | Разучивание комбинаций                                                                                               | 1         | практика |
| 50                                    | Повторение и отработка изученных движений танца с музыкальным сопровождением. Повторение ранее изученного материала. | 1         | практика |
| 51                                    | Изучение движений вальса. Просмотр видео роликов.                                                                    | 1         | теория   |
| 52                                    | Изучение движений бального танца. Элементы танца «Школьный вальс»                                                    | 1         | практика |
| 53                                    | Повторение и отработка элементов. Отработка движений и характера танца с музыкальным сопровождением                  | 1         | практика |
| 54                                    | Репетиционно-постановочная работа                                                                                    | 1         | практика |
| 55                                    | Репетиционно-постановочная работа                                                                                    | 1         | практика |
| 56                                    | Репетиционно-постановочная работа.                                                                                   | 1         | практика |
| 57                                    | Показ танца.                                                                                                         | 1         | практика |
| <b>Раздел 5. Стилизованный танец.</b> |                                                                                                                      | <b>8</b>  |          |
| 58                                    | Изучение танцевальной лексики.                                                                                       | 1         | теория   |
| 59                                    | Импровизация                                                                                                         | 1         | практика |
| 60                                    | Изучение связок, движений, композиций в танце                                                                        | 1         | практика |
| 61                                    | Законы композиции и чувство стиля.                                                                                   | 1         | теория   |
| 62                                    | Репетиционно-постановочная работа                                                                                    | 1         | практика |
| 63                                    | Репетиционно-постановочная работа                                                                                    | 1         | практика |
| 64                                    | Репетиционно-постановочная работа                                                                                    | 1         | практика |
| 65                                    | Показ танца.                                                                                                         | 1         | практика |
| <b>Раздел 6. Современный танец.</b>   |                                                                                                                      | <b>13</b> |          |
| 66                                    | Изучение направлений современного танца                                                                              | 1         | теория   |
| 67                                    | Изучение современной пластики.                                                                                       | 1         | теория   |
| 68                                    | Разучивания элементов и движений современных танцев                                                                  | 1         | практика |
| 69                                    | Постановка спортивного танца «Флешмоб»                                                                               | 1         | практика |
| 70                                    | Разучивания элементов спортивного танца «Флешмоб».                                                                   | 1         | практика |
| 71                                    | Разучивания элементов спортивного танца «Флешмоб».                                                                   | 1         | практика |

|                          |                                                                                                          |           |          |
|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|
| 72                       | Отработка движений спортивного танца. Отработка движений и характера танца с музыкальным сопровождением. | 1         | практика |
| 73                       | Отработка движений спортивного танца. Отработка движений и характера танца с музыкальным сопровождением. | 1         | практика |
| 74                       | Показ танца.                                                                                             | 1         | практика |
| 75                       | Репетиционно-постановочная работа                                                                        | 1         | практика |
| 76                       | Репетиционно-постановочная работа                                                                        | 1         | практика |
| 77                       | Репетиционно-постановочная работа                                                                        | 1         | практика |
| 78                       | Репетиционно-постановочная работа                                                                        | 1         | практика |
| <b>Подведение итогов</b> |                                                                                                          | <b>2</b>  |          |
| 79                       | Итоговая репетиция. Повторение изученного репертуара.                                                    | 1         | практика |
| 80                       | Выступление на праздничном концерте.                                                                     | 1         | практика |
| <b>Итого:</b>            |                                                                                                          | <b>80</b> |          |

### Календарный учебный график

| сентябрь | октябрь | ноябрь | декабрь | январь | февраль | март | апрель | май | июнь | Итого |
|----------|---------|--------|---------|--------|---------|------|--------|-----|------|-------|
| 8        | 8       | 8      | 8       | 8      | 8       | 8    | 8      | 8   | 8    | 80    |

### Список используемой литературы.

1. Захаров В. М. Танцы народов мира. - М., 2001.
2. Агриппина В. Основы классического танца. 2007
3. Н. Ревская. Классический танец. Музыка на уроке. 2004.
4. Захаров Р. Сочинение танца. М. Искусство, 1989
5. А. Лопухов, А. Ширяев, А. Бочаров. Основы характерного танца. 2007