Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Гимназия № 8 «Лицей им. С.П. Дягилева»

ПРИНЯТО:
на заседании педагогического совета
МАОУ Гимназия № 8
Протокол №1 от «26» августа 2026г.

УТВЕРЖДЕНО:
Директор МАОУ Гимназия №8
_____/Н.А. Швидко/
Приказ № 78-О от «26» августа 2026г.

Рабочая программа
по дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программе в области хореографического искусства
«Хореографическое отделение»
ПО.01. Художественно – творческая деятельность
ПО.01.УП.02. «Классический танец»
Возраст обучающихся: 9-11 лет
Срок реализации: 2 года

Авторы – составители:
Лащук Татьяна Октябрисовна,
педагог дополнительного образования,
Зыкова Юлия Владимировна ,
педагог дополнительного образования,
Пермикина Ксения Алексеевна,
педагог дополнительного образования,
Франк Анастасия Геннадьевна,
педагог дополнительного образования
Богданов Максим Владимирович,
педагог дополнительного образования
Гришина Ксения Викторовна
педагог дополнительного образования
Концертмейстер:
Годунова Ольга Геннадьевна

г. Екатеринбург, 2026

Содержание

1. Комплекс основных характеристик программы 3
1.1. Пояснительная записка 3
1.2. Цель и задачи программы 5
1.3. Планируемые результаты освоения программы 6
1.4. Учебно-тематический план 6
1.5. Содержание учебно-тематического плана 20
2. Комплекс организационно-педагогических условий 23
2.1. Календарный учебный график 23
2.2. Формы аттестации/контроля 25
2.3. Оценочные материалы 25
2.4. Методическое обеспечение программы 25
2.5. Условия реализации программы 25
3. Список литературы 27

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

В современном обществе предъявляются повышенные требования к всестороннему развитию и творческой активности личности. В связи с этим роль эстетического воспитания подрастающего поколения имеет наиважнейшее значение.

Занятия хореографией учат детей красоте и выразительности движений, силе и ловкости, развивают и совершенствуют их мышечно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечно-сосудистую системы. Кроме того, занятия танцами требуют от обучающихся напряженных усилий и собранности, повышает их трудолюбие, закаляет волю, характер, способствует всестороннему развитию личности.

Предмет «Классический танец» в рамках дополнительной общеразвивающей программы в области хореографического искусства «Хореографическое отделение» направлен на приобщение детей к хореографическому искусству, на эстетическое воспитание учащихся, на приобретение основ исполнения классического танца.

Учебный предмет «Классический танец» является фундаментом обучения для всего комплекса танцевальных предметов, ориентирован на развитие физических данных учащихся, на формирование необходимых технических навыков, является источником высокой исполнительской культуры, знакомит с высшими достижениями мировой и отечественной хореографической культуры.

Данная программа приближена к традициям, опыту и методам обучения, сложившимся в хореографическом образовании, и к учебному процессу учебного заведения с профессиональной ориентацией. Ее освоение способствует формированию общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности.

Содержание учебного предмета «Классический танец» тесно связано с содержанием учебных предметов «Ритмическая гимнастика, «Сценическая практика».

Направленность (профиль): художественная

Актуальность программы:

Занятия танцами учат детей красоте и выразительности движений, силе и ловкости, развивают и совершенствуют их мышечно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечно-сосудистую системы.

Отличительные особенности программы:

Хореографическая деятельность — это сложный процесс, в ходе которого осуществляется развитие личности, знакомство с основными элементами народного и современного танца, приобретение в процессе занятий специальных навыков развивает у детей художественный вкус, воспитывает у них благородство и изящество исполнения, формирует общую культуру.

Новизна программы:

Новизна данной образовательной программы заключается в комплексном

решении задач оздоровления: физическое развитие детей организуется при одновременном развитии их интеллектуальных и креативных способностей, эмоциональной сферы.

Адресат программы:

Программа предназначена для обучения детей (подростков) в возрасте 9-11 лет.

Характерные черты этого возраста — подвижность, любознательность, конкретность мышления, большая впечатлительность, подражательность и вместе с тем неумение долго концентрировать свое внимание на чем-либо. В эту пору высок естественный авторитет взрослого. Все его предложения принимаются и выполняются очень охотно. Его суждения и оценки, выраженные эмоциональной и доступной для детей форме, легко становятся суждениями и оценками самих детей. Дети этого возраста весьма дружелюбны, легко вступают в общение. Для них все большее значение начинают приобретать оценки их поступков не только со стороны старших, но и сверстников. Их увлекает совместная коллективная деятельность. В этом возрасте ребята склонны постоянно меряться силами, готовы соревноваться буквально во всем. Складываются собственные моральные установки и требования, которые определяют характер взаимоотношений со старшими и сверстниками. Появляется способность противостоять влиянию окружающих, отвергать те или иные требования и утверждать то, что они сами считают несомненным и правильным. Они начинают обращать эти требования и к самим себе. Они способны сознательно добиваться поставленной цели, готовы к сложной деятельности, включающей в себя и малоинтересную подготовительную работу, упорно преодолевая препятствия. Чем насыщеннее, энергичнее, напряженнее их жизнь, тем более она им нравится. Больше не существует естественный авторитет взрослого. Они болезненно относятся к расхождениям между словами и делами взрослого. Они все настойчивее начинают требовать от старших уважения своих взглядов и мнений и особенно ценят серьезный, искренний тон взаимоотношений.

Уровень освоения программы: стартовый

Наполняемость группы: 5-15

Объем программы: 408 часов

Срок освоения программы: 2 года

Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 часа с одной группой

Форма обучения: очная

Особенности организации образовательного процесса:

При реализации программы используются в основном групповая форма организации образовательного процесса и работа по подгруппам, в отдельных случаях – индивидуальная в рамках группы. Занятия по программе проводятся в соответствии с учебными планами в одновозрастных группах обучающихся.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: Цель программы - формирование навыков выполнения танцевальных упражнений, воспитание чувство коллективизма, способности к продуктивному творческому общению.

Задачи программы:

Образовательные:

- ознакомить обучающихся с основами хореографии и элементарной теории музыки;
- формировать и совершенствовать исполнительские навыки;
- обучить выразительному и техничному исполнению движений;
- сформировать навык исполнения экзерсиса у станка и на середине;
- сформировать навыки ансамблевого исполнительства;
- сформировать навыки публичного выступления, умения держаться на сцене;
- научить анализировать свою работу на занятии и в концертном выступлении.
- познакомить обучающихся, с разными видами и стилями хореографии через учебную и художественно-творческую деятельность.

Развивающие:

- ознакомить с историей возникновения народного танца;
- развить эмоциональную отзывчивость на музыку;
- развить музыкальные способности: музыкальный слух, музыкальную память, мышление, чувство ритма;
- развить координацию;
- развить навыки и умения анализировать содержание музыкальных фраз, предложений, применяя эти знания при разучивании и исполнении танцевальных;
- ознакомить с основами музыкальных жанров и стилей.

Воспитательные:

- воспитать трудолюбие и дисциплинированность;
- сформировать навыки самостоятельной работы над танцевальным номером;
- сформировать художественный музыкальный вкус, развить интерес к исполнению народных танцев и посещению концертов;
- воспитать культуру общения в творческом коллективе;
- воспитать чувство ответственности перед самим собой и коллективом
- воспитывать интерес к танцевальной культуре своего народа и народов других национальностей.

1.3. Планируемые результаты освоения программы

Предметные образовательные результаты:

Сформировано понимание основных элементов классического танца. а также, понимание дальнейшего развития природных данных. Обучающийся должен уметь:

- грамотно исполнять программные движения;
- знать правила выполнения программных движений;
- знать структуру и ритмическую раскладку;
- координировать движения ног, корпуса и головы в умеренном темпе;

- уметь работать в ансамбле.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- соблюдение правил поведения в танцевальном классе;
- умение планировать свои действия в танцевальной комбинации;
- способность корректировать исполнение по замечаниям педагога;
- самоконтроль при выполнении упражнений.

Познавательные УУД:

- различение музыкальных фраз, размеров, ритмических рисунков;
- понимание связи музыки и движения;
- освоение понятий: вступление, части, метрическая пульсация, двухголосье, канон;
- способность анализировать и оценивать качество исполнения.

Коммуникативные УУД:

- работа в паре и в группе;
- синхронность движений, чувство партнёра;
- перестроения из колонны в шеренгу, в круг и обратно;
- навыки взаимоанализа и взаимооценки исполнения.

Личностные результаты:

Необходимо выработать навыки точной согласованности элементов и движений, а также правильности и чистоты их исполнения.

Обучающийся проявляет интерес к собственной эстетике тела, исполнения движения и искусству в целом.

1.4. Учебно-тематический план

№ п/п	Модуль, тема	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Раздел 1. Первый год обучения.	204	191	13	
1.1.	Модуль 1. Партерная гимнастика.	54	50	4	
1.1.1.	Вводное занятие, объяснение правил техники безопасности и поведения в классе.	2	2	0	Пед. наблюдение
1.1.2.	Развитие общей гибкости тела посредством выполнения комплекса партерных упражнений.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.1.3.	Совершенствование гибкости позвоночника посредством выполнения последовательных прогибов и округлений спины.	2	2	0	Взаимоанализ

1.1.4.	Развитие подвижности позвоночника при выполнении наклонов корпуса вперёд из положения сидя.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.1.5.	Формирование правильной техники выполнения глубоких наклонов корпуса с сохранением контроля положения спины.	2	1	1	Взаимоанализ
1.1.6.	Совершенствование амплитуды движений в тазобедренных суставах при выполнении упражнений лёжа на спине.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.1.7.	Совершенствование выворотности ног посредством выполнения упражнений в положении лёжа на животе.	2	2	0	Оценка
1.1.8.	Подготовка к освоению поперечного шпагата посредством последовательного развития подвижности тазобедренных суставов.	2	1	1	Пед. наблюдение
1.1.9.	Подготовка к освоению продольного шпагата посредством развития гибкости мышц передней и задней поверхности бёдер.	2	1	1	Пед. наблюдение
1.1.10.	Совершенствование эластичности мышц ног посредством чередования активных движений и статических положений.	2	2	0	Взаимоанализ
1.1.11.	Совершенствование подвижности плечевого пояса при выполнении круговых движений руками.	2	2	0	Инд. показ
1.1.12.	Формирование правильного положения шейного отдела позвоночника при выполнении упражнений на гибкость корпуса.	2	1	1	Оценка
1.1.13.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Взаимоанализ

1.1.14.	Закрепление навыков безопасного выполнения упражнений на гибкость и подвижность суставов в составе комплексного занятия.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.1.15.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Инд. показ
1.1.16.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Взаимоанализ
1.1.17.	Развитие эластичности мышц передней поверхности бёдер посредством выполнения контролируемых разгибаний ног.	2	2	0	Инд. показ
1.1.18.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Оценка
1.1.19.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.1.20.	Совершенствование координации движений головы и корпуса при выполнении партерных упражнений на гибкость.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.1.21.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Взаимоанализ
1.1.22.	Комплексное совершенствование гибкости позвоночника, тазобедренных суставов и мышц нижних конечностей.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.1.23.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Инд. показ
1.1.24.	Контрольное занятие I четверти.	2	2	0	Оценка
1.1.25.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Инд. показ
1.1.26.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Взаимоанализ
1.1.27.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Инд. показ
1.2.	Модуль 2. Силовая партерная гимнастика.	54	51	3	Взаимоанализ
1.2.1.	Развитие общей мышечной силы посредством выполнения комплекса упражнений в положении лёжа, сидя и на боку.	2	2	0	Наблюдение, анализ

1.2.2.	Формирование мышечного корсета и укрепление основных мышечных групп, обеспечивающих правильное положение тела.	2	1	1	Пед. наблюдение
1.2.3.	Развитие силы мышц брюшного пресса при выполнении подъёмов корпуса из положения лёжа на спине; Развитие силы косых мышц живота посредством выполнения контролируемых поворотов корпуса в положении лёжа.	2	2	0	Оценка
1.2.4.	Совершенствование силовой выносливости мышц живота посредством выполнения серий повторных упражнений.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.2.5.	Формирование навыка стабилизации корпуса при выполнении упражнений с одновременным движением рук и ног.	2	1	1	Пед. наблюдение
1.2.6.	Укрепление мышц голеностопного сустава при выполнении направленных движений стопами с сопротивлением собственной мускулатуры.	2	2	0	Инд. показ
1.2.7.	Развитие силы мышц, стабилизирующих плечевые суставы, посредством выполнения контролируемых движений рук; Совершенствование координации движений рук при сохранении устойчивого положения корпуса.	2	2	0	Взаимоанализ
1.2.8.	Развитие силовой выносливости посредством последовательного выполнения упражнений	2	2	0	Наблюдение, анализ

	на мышцы живота, спины и ног.				
1.2.9.	Совершенствование контроля амплитуды движений при выполнении силовых упражнений для нижних конечностей.	2	1	1	Оценка
1.2.10.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Инд. показ
1.2.11.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.2.12.	Развитие координации и силового контроля при выполнении упражнений с одновременным удержанием и перемещением конечностей.	2	2	0	Взаимоанализ
1.2.13.	Развитие силы мышц рук.	2	2	0	Инд. показ
1.2.14.	Развитие силы мышц тазобедренной области при выполнении отведений и приведений ног с контролируемой амплитудой.	2	2	0	Взаимоанализ
1.2.15.	Укрепление мышц верхней части спины при выполнении движений руками с фиксацией положения лопаток.	2	2	0	Оценка
1.2.16.	Развитие силы мышц плечевого сустава.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.2.17.	Закрепление навыков правильного распределения мышечного усилия и координации при самостоятельном выполнении комплекса партерной гимнастики.	2	2	0	Взаимоанализ
1.2.18.	Подготовка к контрольному занятию.	2	2	0	Инд. показ
1.2.19.	Подготовка к контрольному занятию.	2	2	0	Взаимоанализ
1.2.20.	Подготовка к контрольному занятию.	2	2	0	Инд. показ
1.2.21.	Открытый урок. Контрольное занятие II четверти.	2	2	0	Оценка
1.2.22.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Инд. показ

1.2.23.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Взаимоанализ
1.2.24.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Инд. показ
1.2.25.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Взаимоанализ
1.2.26.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.2.27.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Оценка
1.3.	Модуль 3. Прыжки.	26	23	3	
1.3.1.	Освоение исходных положений и правил выполнения прыжковых упражнений.	2	1	1	Пед. наблюдение
1.3.2.	Формирование навыка правильного приседания как основы прыжковой техники.	2	1	1	Пед. наблюдение
1.3.3.	Развитие силы мышц ног, необходимой для выполнения прыжков.	2	2	0	Взаимоанализ
1.3.4.	Освоение прыжков с двух ног на две ноги в различных позициях.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.3.5.	Формирование навыка мягкого и бесшумного приземления после прыжка.	2	1	1	Пед. наблюдение
1.3.6.	Развитие эластичности стопы при выполнении малых прыжков.	2	2	0	Инд. показ
1.3.7.	Развитие высоты прыжка при сохранении правильного положения корпуса.	2	2	0	Взаимоанализ
1.3.8.	Развитие быстроты отталкивания и точности завершения прыжкового движения.	2	2	0	Инд. показ
1.3.9.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Оценка
1.3.10.	Развитие силовой выносливости при выполнении последовательных прыжковых упражнений.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.3.11.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.3.12.	Совершенствование исполнительской	2	2	0	Взаимоанализ

	выразительности при выполнении прыжков под музыкальное сопровождение.				
1.3.13.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Инд. показ
1.4.	Модуль 4. Усложненные прыжки.	34	33	1	
1.4.1.	Совершенствование техники исполнения прыжков с увеличением высоты отталкивания.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.4.2.	Развитие прыгучести и силовой выносливости посредством выполнения серийных прыжковых упражнений.	2	2	0	Взаимоанализ
1.4.3.	Развитие быстроты реакции и точности отталкивания при выполнении повторных прыжков.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.4.4.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Инд. показ
1.4.5.	Совершенствование пространственной ориентировки при преодолении препятствий в прыжке.	2	2	0	Взаимоанализ
1.4.6.	Развитие силы мышц ног посредством выполнения прыжков через препятствия различной ширины.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.4.7.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Оценка
1.4.8.	Прыжки через гимнастическую скакалку на двух ногах.	2	2	0	Инд. показ
1.4.9.	Развитие ритмичности и координации при выполнении одиночных прыжков через вращающуюся скакалку.	2	2	0	Взаимоанализ
1.4.10.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Инд. показ
1.4.11.	Формирование навыка чередования прыжков на двух ногах и попеременно на каждой ноге при работе со скакалкой.	2	2	0	Инд. показ

1.4.12.	Освоение прыжков с продвижением вперёд через скакалку с сохранением правильной осанки.	2	2	0	Взаимоанализ
1.4.13.	Освоение комплексных упражнений, объединяющих прыжки через препятствия, работу со скакалкой.	2	1	1	Пед. наблюдение
1.4.14.	Контрольное занятие III четверти.	2	2	0	Оценка
1.4.15.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.4.16.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Инд. показ
1.4.17.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Оценка
1.5.	Модуль 5. Координация.	36	34	2	
1.5.1.	Формирование способности согласовывать движения рук и ног при выполнении физических упражнений.	2	1	1	Взаимоанализ
1.5.2.	Развитие зрительно-двигательной координации посредством выполнения упражнений с предметами.	2	2	0	Инд. показ
1.5.3.	Формирование навыка согласованного выполнения групповых упражнений с соблюдением дистанции.	2	1	1	Наблюдение, анализ
1.5.4.	Развитие координации при выполнении упражнений с мячами, скакалками и другими вспомогательными предметами.	2	2	0	Инд. показ
1.5.5.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Оценка
1.5.6.	Развитие координации посредством выполнения упражнений с чередованием движений на месте и в перемещении.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.5.7.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.5.8.	Совершенствование точности движений при	2	2	0	Инд. показ

	выполнении заданий на ограниченной площади.				
1.5.9.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Взаимоанализ
1.5.10.	Совершенствование двигательной ориентировки посредством выполнения комбинаций с поворотами и изменением направления движения.	2	2	0	Инд. показ
1.5.11.	Закрепление навыков точного и согласованного выполнения двигательных комбинаций различной сложности.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.5.12.	Подготовка к контрольному занятию.	2	2	0	Оценка
1.5.13.	Подготовка к контрольному занятию.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.5.14.	Подготовка к контрольному занятию.	2	2	0	Наблюдение, анализ
1.5.15.	Подготовка к контрольному занятию.	2	2	0	Инд. показ
1.5.16.	Подготовка к контрольному занятию.	2	2	0	Взаимоанализ
1.5.17.	Подготовка к контрольному занятию.	2	2	0	Инд. показ
1.5.18.	Открытый урок. Контрольное занятие IV четверти.	2	2	0	Оценка
2.	Раздел 2. Второй год обучения.	204	176	28	
2.1.	Модуль 1. Партерная гимнастика.	98	84	14	
2.1.1.	Вводное занятие, объяснение правил техники безопасности и поведения в классе.	2	2	0	Пед. наблюдение
2.1.2.	Упражнение на координацию.	2	2	0	Взаимоанализ
2.1.3.	Гимнастика, направленная на развитие гибкости и силы подъёма, стоп и икроножных мышц.	2	2	0	Взаимоанализ
2.1.4.	Развитие тазобедренного сустава.	2	2	0	Оценка
2.1.5.	Растяжка на ковриках; Изучение demi-plié лежа на ковриках.	2	1	1	Инд. показ
2.1.6.	Battements tendus лежа на ковриках.	2	1	1	

2.1.7.	Упражнение на координацию.	2	2	0	Пед. наблюдение
2.1.8.	Объяснение принципа от меньшего к большему.	2	1	1	Взаимоанализ
2.1.9.	Battements tendus jeté лежа на ковриках. Объяснение разницы высоты ноги в градусах.	2	1	1	Взаимоанализ
2.1.10.	Изучение demi-rond лежа на спине, а также из положения сфинкса.	2	1	1	Оценка
2.1.11.	Упражнение на координацию.	2	2	0	Инд. показ
2.1.12.	Броски ноги лежа на спине, на боку и на спине.	2	2	0	Взаимоанализ
2.1.13.	Растяжка на ковриках.	2	2	0	Пед. наблюдение
2.1.14.	Изучение основных позиций ног: I позиция, II позиция, III позиция и IV позиция.	2	1	1	Взаимоанализ
2.1.15.	Упражнение на координацию.	2	2	0	Оценка
2.1.16.	Развитие эластичности суставов пальцев на ногах для высоких полупальцев.	2	2	0	Взаимоанализ
2.1.17.	Силовая закачка пальцев ног, подъёма, икроножных мышц.	2	2	0	Взаимоанализ
2.1.18.	Упражнение на координацию.	2	2	0	Пед. наблюдение
2.1.19.	Изучение основных позиций рук: подготовительное положение, I позиция, III позиция и II позиция.	2	1	1	Инд. показ
2.1.20.	I port de bras лежа на ковриках.	2	1	1	Взаимоанализ
2.1.21.	Контрольное занятие I четверти.	2	2	0	Оценка
2.1.22.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Инд. показ
2.1.23.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Взаимоанализ
2.1.24.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Оценка
2.1.25.	Марш на середине зала, простой шаг по диагонали с соблюдением I полувыворотной позиции.	2	2	0	Инд. показ
2.1.26.	Растяжка на ковриках;	2	1	1	Инд. показ

	Изучение положения ног sur le cou-de-pied.				
2.1.27.	Изучение battement fondus с применением ранее изученного положения sur le cou-de-pied лежа на ковриках.	2	1	1	Взаимоанализ
2.1.28.	Позиции ног на середине зала, перенос port de bras с коврика на положение стоя в I полувывортной позиции.	2	1	1	Пед. наблюдение
2.1.29.	Упражнение на координацию.	2	2	0	Инд. показ
2.1.30.	Изучение rond de jamb en l'air на ковриках. Объяснение принципа en dehour et en dedahs.	2	1	1	Инд. показ
2.1.31.	Releve lent лежа на спине, на боку и на животе.	2	2	0	Взаимоанализ
2.1.32.	Passe, объяснение то, где должна находиться нога.	2	2	0	Оценка
2.1.33.	Трамплинные прыжки.	2	2	0	Взаимоанализ
2.1.34.	Упражнение на координацию.	2	2	0	Инд. показ
2.1.35.	Developpe лежа на спине, на боку и на животе.	2	2	0	Взаимоанализ
2.1.36.	Grand battements jetés лежа на ковриках.	2	2	0	Пед. наблюдение
2.1.37.	Relevé на полупальцы, попеременная смена.	2	2	0	Взаимоанализ
2.1.38.	Изучение battements fondus лежа на ковриках.	2	1	1	Оценка
2.1.39.	Petit battements, объяснение принципа сохранения колена на одном месте.	2	1	1	Взаимоанализ
2.1.40.	Port de bras на середине зала по I выворотной позиции.	2	1	1	Инд. показ
2.1.41.	Высокие трамплинные прыжки на середине зала с зависанием.	2	2	0	Взаимоанализ
2.1.42.	Подготовка к контрольному занятию.	2	2	0	Пед. наблюдение
2.1.43.	Подготовка к контрольному занятию.	2	2	0	Взаимоанализ
2.1.44.	Подготовка к контрольному занятию.	2	2	0	Взаимоанализ

2.1.45.	Открытый урок. Контрольное занятие II четверти.	2	2	0	Оценка
2.1.46.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Инд. показ
2.1.47.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Взаимоанализ
2.1.48.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Взаимоанализ
2.1.49.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Пед. наблюдение
2.1.50.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Инд. показ
2.1.51.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Оценка
2.2.	Модуль 2. Работа у станка.	106	92	14	
2.2.1.	Demi-plié в I и II позициях; Grand plié по I et II позиции.	2	1	1	Взаимоанализ
2.2.2.	Battements tendus из I позиции в сторону, вперед, назад.	2	1	1	Пед. наблюдение
2.2.3.	Battements tendus с demi-plié в I позиции в сторону, вперед и назад.	2	2	0	Взаимоанализ
2.2.4.	Passé par terre, исполнение через I позицию с остановкой вытянутым носком на полу вперед и назад.	2	1	1	Взаимоанализ
2.2.5.	Demi-rond de jambe par terre.	2	1	1	Взаимоанализ
2.2.6.	Rond de jambe par terre en dehors et en dedans , повторить понятие en dehors et en dedans.	2	1	1	Пед. наблюдение
2.2.7.	V позиция лицом к станку.	2	2	0	Взаимоанализ
2.2.8.	Battements tendus из V позиции в сторону, вперед и назад.	2	2	0	Взаимоанализ
2.2.9.	Battements tendus с demi-plié в V позицию в сторону, вперед и назад.	2	2	0	Оценка
2.2.10.	Положение ноги sur le cou-de-pied впереди (основное и условное), и сзади. Из положения ноги, вытянутой на II позицию носком в пол.	2	1	1	Взаимоанализ

2.2.11.	Battements tendus с dégagé и enveloppé по V позиции.	2	2	0	Взаимоанализ
2.2.12.	Battements tendus jeté из I и V позиций в сторону, вперед и назад.	2	2	0	Взаимоанализ
2.2.13.	Battements tendus jeté с demi-plié в I и V позиции в сторону, вперед и назад.	2	2	0	Пед. наблюдение
2.2.14.	Battements tendus pour le pied с I и V позиций с опусканием пятки на II позицию.	2	2	0	Взаимоанализ
2.2.15.	Relevé lent на 45º в сторону, вперед и назад.	2	1	1	Инд. показ
2.2.16.	Battements tendus jetés piqués.	2	2	0	Инд. показ
2.2.17.	Battements tendus jeté с сокращением (flex) стопы работающей ноги на высоте 25º в сторону, вперед и назад.	2	2	0	Взаимоанализ
2.2.18.	Battements frappés в сторону, вперед и назад открывая работающую ногу носком в пол.	2	2	0	Оценка
2.2.19.	Petits battements sur le cou-de-pied с равномерным переносом стопы.	2	2	0	Взаимоанализ
2.2.20.	Battements doubles frappés в сторону, вперед и назад, открывая работающую ногу носком в пол.	2	2	0	Взаимоанализ
2.2.21.	Grand plié по I, II и V позициям.	2	1	1	Пед. наблюдение
2.2.22.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Инд. показ
2.2.23.	Battement rétiré, как подготовительное движение для battements developpé.	2	2	0	Взаимоанализ
2.2.24.	Relevé на полупальцах по I, II и V позициям.	2	2	0	Пед. наблюдение
2.2.25.	Battements developpé в сторону, вперед и назад. В сторону и назад, лицом к станку, вперед – держась одной рукой за палку.	2	2	0	Взаимоанализ
2.2.26.	Grands battements jeté из I и V позиций в сторону, вперед и назад. В сторону и назад	2	2	0	Инд. показ

	исполнение лицом к палке, вперед – держась за палку одной рукой				
2.2.27.	Контрольное занятие III четверти.	2	2	0	Оценка
2.2.28.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Взаимоанализ
2.2.29.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Инд. показ
2.2.30.	Повторение пройденного материала.	2	2	0	Оценка
2.2.31.	Battements fondus в сторону, вперед и назад. Начиная, открывая работающую ногу на 45º.	2	2	0	Взаимоанализ
2.2.32.	Battements frappés в сторону, вперед и назад открывая работающую ногу на 45º.	2	2	0	Взаимоанализ
2.2.33.	Battements fondus в сторону, вперед и назад. Начиная, из V позиции и проходя через положение ноги sur le cou-de-pied.	2	2	0	Пед. наблюдение
2.2.34.	Battements doubles frappés в сторону, вперед и назад, открывая работающую ногу на 45º.	2	2	0	Инд. показ
2.2.35.	Перегибы корпуса назад и в сторону лицом к палке в I и V позициях.	2	2	0	Оценка
2.2.36.	Rond de jambe en l’air en dehors et en dedans. Объяснение принципа сгибания и разгибания ноги в колене.	2	2	0	Взаимоанализ
2.2.37.	Pas de bourrée с переменой ног en dehors et en dedans лицом к станку. (4/4)	2	1	1	Инд. показ
2.2.38.	Pas de bourrée с переменой ног en dehors et en dedans лицом к станку. (3/4)	2	1	1	Взаимоанализ
2.2.39.	Temps levé по I, II и V позициям.	2	1	1	Пед. наблюдение
2.2.40.	Échappé.	2	1	1	Взаимоанализ
2.2.41.	Assemblé в сторону.	2	1	1	Инд. показ
2.2.42.	Jeté в сторону.	2	1	1	Взаимоанализ
2.2.43.	Закрепление пройденного материала.	2	2	0	Оценка

2.2.44.	Трамплинные прыжки по I позиции.	2	2	0	Взаимоанализ
2.2.45.	Подготовка к контрольному занятию.	2	2	0	Взаимоанализ
2.2.46.	Подготовка к контрольному занятию.	2	2	0	Пед. наблюдение
2.2.47.	Подготовка к контрольному занятию.	2	2	0	Взаимоанализ
2.2.48.	Подготовка к контрольному занятию.	2	2	0	Взаимоанализ
2.2.49.	Подготовка к контрольному занятию.	2	2	0	Пед. наблюдение
2.2.50.	Подготовка к контрольному занятию.	2	2	0	Инд. показ
2.2.51.	Открытый урок. Контрольное занятие IV четверти.	2	2	0	Оценка
	Итого	408	367	41	

1.5. Содержание учебно-тематического плана

Раздел 1. Первый год обучения.

Модуль 1. Партерная гимнастика.

Тема 1-27.

Теория: данные упражнения направлены на начальное силовое знакомство со своим телом. Каждое движения направлено на развитие природных данных.

Практика: каждая новая тема представляет собой часть целого комплекса, направленного на всестороннее развитие подвижности суставов, эластичности мышц, а так же мускулатуры.

Инвентарь: коврик.

Модуль 2. Силовая партерная гимнастика.

Тема 1-27.

Теория: представляет собой модифицированную версию с более обширной амплитудой движения, что способствует качественной проработке всех нужных для танца мышц тела.

Практика: крепкое развитие и формирование мышечного каркаса.

Инвентарь: коврик, спортивный блок.

Модуль 3. Прыжки.

Тема 1-13.

Теория: развитие прыгучести по средствам формирований правильного толчка, помощи рук и мягкого приземления, а так же формированию способствующих прыжку группе мышц.

Практика: множественные повторения, следовательно ускоренный рост правильный рост при соблюдении всех инструкций исполнения.

Инвентарь: коврики, спортивные блоки.

Модуль 4. Усложненные прыжки.

Тема 1-17.

Теория: умелое использование скакалки помогает отточить быстроту и реакцию, для точности исполнения прыжков.

Практика: исполнение всех прописанных упражнений, согласно тематическому плану.

Инвентарь: коврик, скакалка.

Модуль 5. Координация.

Тема 1-18.

Теория: движения со сложной структурой, с разным счетом, с переменным темпом способны развить способность к координации, что позже поможет в освоении сложных координационных движений.

Практика: научиться контролировать своё тело на автоматизме, отделяя его от процесса мыслительного, который занят более сложно координационной задачей.

Инвентарь: коврик.

Раздел 2. Второй год обучения.

Модуль 1. Партерная гимнастика.

Тема 1-51.

Теория: подготовительные движения на ковриках облегчают понимание детей правильность исполнения сложных движений. Сюда уже начинает входить exesis из классического танца, то есть балетная терминология.

Практика: правильное исполнение движений, и на протяжении более долгого промежутка времени способно зафиксировать в уже нужно сложившихся мышцах исполнение, которое после переноситься в exersis у станка.

Инвентарь: коврики, спортивные блоки.

Модуль 2. Работа у станка.

Тема 1-51.

Теория: ранее пройденные движения на ковриках способствуют правильному исполнению движений у станка. Главной задачей теперь является зафиксировать перенос веса тела, так как ранее вся работа проходила на полу.

Практика: работа мышц, их натянутость, правильная работа суставов фиксируются в мышечной памяти.

Инвентарь: балетный станок

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Место проведения: МАОУ Гимназия №8, «Лицей им. С. П. Дягилева», г. Екатеринбург, ул. Луначарского, 173.
Время проведения занятий: в соответствии с утвержденным расписанием.
Год обучения: 2026-2027
Количество учебных недель: 34 недели.
Количество учебных дней: 170 дней.
Сроки учебных периодов: 1 полугодие – 01.09.2026-30.12.2026.
2 полугодие – 11.01.2027-26.05.2027.

Первый год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Месяц	Примечание
1.	Контрольное занятие I четверти.	2	Контрольный урок.	Оценка	Октябрь.	
2.	Открытый урок. Контрольное занятие II четверти.	2	Контрольный урок.	Оценка	Декабрь.	
3.	Контрольное занятие III четверти.	2	Контрольный урок.	Оценка	Март.	
4.	Открытый урок. Контрольное занятие IV четверти.	2	Контрольный урок.	Оценка	Май.	

Второй год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Месяц	Примечание
1.	Контрольное занятие I четверти.	2	Контрольный урок.	Оценка	Октябрь.	
2.	Открытый урок. Контрольное занятие II четверти.	2	Контрольный урок.	Оценка	Декабрь.	
3.	Контрольное занятие III четверти.	2	Контрольный урок.	Оценка	Март.	
4.	Открытый урок. Контрольное занятие IV четверти.	2	Контрольный урок.	Оценка	Май.	

2.2. Формы аттестации/контроля

Формы аттестации/контроля для выявления предметных и метапредметных результатов*:*

конкурс, отчетный концерт.

Формы аттестации/контроля формы для выявления личностных качеств:

наблюдение, беседа.

Особенности организации аттестации/контроля:

Аттестация проводится, как правило, в форме открытого занятия с приглашением родителей и представителей педагогического коллектива и руководства организации.

2.3. Оценочные материалы

Контрольные уроки в соответствии с образовательной программой:
- правильность исполнения движений;
- музыкальность и чувство ритма;
- танцевальные этюды/танцы.

2.4. Методическое обеспечение программы

Методические материалы:

методическое материалы...

Методики и технологии:

методики и технологии...

Краткое описание работы с методическими материалами:

во время занятий обучающийся...

2.5. Условия реализации программы

Для эффективной реализации настоящей программы необходимы определённые условия:

наличие помещения для учебных занятий, рассчитанного на 5-15 и отвечающего правилам СанПин;

наличие ученических столов и стульев, соответствующих возрастным особенностям обучающихся;

шкафы стеллажи для оборудования, а также разрабатываемых и готовых прототипов проекта;

наличие необходимого оборудования согласно списку;

наличие учебно-методической базы: качественные иллюстрированные определители животных и растений, научная и справочная литература, наглядный материал, раздаточный материал, методическая литература.

Материально-техническое обеспечение программы:

Наименование	Количество	Область применения
Коврики	30 шт.	Используются для партерной гимнастики.
Спортивные блоки	20 шт.	Используются для партерной гимнастики.

Кадровое обеспечение программы:

Для реализации программы требуется педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

2.6. Воспитательный компонент

Цель воспитательной работы

Содействие обучающимся в понимании значимости избранных сфер деятельности как основы для самореализации и профессионального самоопределения.

Задачи воспитательной работы

Воспитать трудолюбие и дисциплинированность.

Приоритетные направления воспитательной деятельности

здоровьесберегающее воспитание, культурологическое и эстетическое воспитание

Формы воспитательной работы

беседа,

Методы воспитательной работы

рассказ, беседа, приучение, требование, поощрение, наказание, наблюдение.

Планируемые результаты воспитательной работы

Воспитывать интерес к танцевальной культуре своего народа и народов других национальностей.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия	Задачи	Форма проведения	Сроки проведения
1.	Новогодний концерт.	Предпросмотр номеров на отчетные концерты, а так же конкурсы.	Очная	Декабрь
2.	Отчетный концерт.	Демонстрация достижений и прогресса, сделанных за учебный год.	Очная	Апрель

3.	Домашний отчетный концерт.	Демонстрация достижений и прогресса, сделанных за учебный год.	Очная	Апрель
4.	Конкурсы	Привить детям чувство отсутствия страха на сцене, а так же развитие сценической танцевальности и выразительности.	Очная/заочная	В течении всего учебного года

3. Список литературы

для педагога:

1. Ваганова А. Я. Основы классического танца: учебник для высших и средних учебных заведений искусства и культуры. — СПб.: Лань; Планета музыки, 2007.
2. Базарова Н. П., Мей В. П. Азбука классического танца. Первые три года обучения. — СПб.: Лань; Планета музыки, 2006.
3. Костровицкая В. С., Писарев А. А. Школа классического танца. — Л.: Искусство, 1986.
4. Костровицкая В. С. 100 уроков классического танца: с 1 по 8 класс. — Л.: Искусство, 1981.
5. Вихрева Н. А. Классический танец для начинающих. — М.: Театралис, 2004.
6. Звездочкин В. А. Классический танец: учебное пособие для студентов высших и средних учебных заведений искусства и культуры. — Ростов н/Д: Феникс, 2003.
7. Головкина С. Н. Уроки классического танца в старших классах. — М.: Искусство, 1989.
8. Партерная гимнастика и физическая подготовка
9. Лисицкая Т. С. Гимнастика и танец. — М.: Физкультура и спорт, 1988.
10. Лисицкая Т. С., Сиднева Л. В. Силовая тренировка и ее методика. — М., 2005.
11. Петров П. К. Методика преподавания гимнастики в школе. — М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2000.
12. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры: учебник. — М.: Физкультура и спорт, 1991.

для обучающихся:

1. Базарова Н. П., Мей В. П. Азбука классического танца. Первые три года обучения. — СПб.: Лань; Планета музыки, 2006.
2. Ваганова А. Я. Основы классического танца. — СПб.: Лань; Планета музыки, 2007.
3. Вихрева Н. А. Классический танец для начинающих. — М.: Театралис, 2004.
4. Барышникова Т. К. Азбука хореографии. — СПб.: Люкси; Респекс, 2004.
5. Чистякова В. В мире танца. — М.: Искусство, 1964.
6. Бочарникова Э. В. Страна волшебная — балет. — М.: Детская литература,

1974.

для родителей (законных представителей):

1. Барышникова Т. К. Азбука хореографии: методические указания в помощь педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. — СПб.: Люкси; Респекс, 2004.
2. Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. В. Учите детей танцевать: учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования. — М.: ВЛАДОС, 2003.
3. Лисицкая Т. С. Гимнастика и танец. — М.: Физкультура и спорт, 1988.
4. Буренина А. И. Ритмическая мозаика: программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. — СПб.: ЛОИРО, 2000.
5. Ваганова А. Я. Основы классического танца. — СПб.: Лань; Планета музыки, 2007.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 187598946305064097190711460653033521119524543992

Владелец Швидко Наталья Алексеевна

Действителен С 10.09.2026 по 10.09.2027