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

ПРИНЯТО:
на заседании педагогического совета
МАОУ Гимназия № 8
Протокол №1 от «27» августа 2025г.

УТВЕРЖДЕНО:
Директор МАОУ Гимназия №8
_____ /Л.А. Швидко/
Приказ №79-О от «27» августа 2025г.

Рабочая программа
по дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программе в области хореографического искусства
«Хореографическое отделение»
ПО.01. Художественно – творческая деятельность
ПО.01.УП.04. «Народно-сценический танец»
Возраст обучающихся: 11-13 лет
Срок реализации: 2 года

Автор – составитель:
Пермикина Ксения Алексеевна,
педагог дополнительного образования,
Франк Анастасия Геннадьевна,
педагог дополнительного образования
Концертмейстер:
Торокина Ирина Константиновна

г. Екатеринбург, 2025

1.Пояснительная записка

В современной культуре проблема сохранения особенностей традиционных укладов жизни, национальных духовных и художественных ценностей имеет место быть. Для обучающихся на отделении хореографии учебным планом предусмотрена возможность овладеть различными видами хореографии, в том числе традиционными формами фольклорной танцевальной культуры, народно-сценического, характерного танца. Это позволяет обучающемуся углубить знания о своей родной культуре, корнях и традициях, знакомиться через танец с культурой других народов.

Практическое овладение традиционными фольклорными и народно-сценическими образцами хореографии расширяет кругозор обучающегося, как общий, так и специальный, формирует у обучающегося телесно-пластические навыки и обогащает картину знаний и представлений о танцевальных культурах разных стран, характерных движениях и особенностях национальных традиций, характерных национальных формах танцевального движения и особенностей музыкальной и танцевальной выразительности.

Освоение дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Народно-сценический танец» способствует развитию творческой, художественной коммуникации, так как бытование народной культуры предполагает коллективное существование, традиции, коллективное творчество, транслирующее духовные и художественные ценности.

Цель программы:

развитие творческих способностей на основе интереса подростков к танцу как к виду искусства, к двигательной практике, практике творчества, формирование у них потребности в самосовершенствовании и создании условий для реализации творческих возможностей. Дать базовые знания и навыки в области народно-сценического танца, овладение техникой и манерой исполнения танцев различных народов и культур. Развитие физической и духовной культуры обучающихся средствами народно-сценического танца.

Задачи:

Обучающие

- научить основам народно-сценического танца;
- научить формам народно-сценической хореографии;
- научить эффективно использовать теоретические и практические знания в танцевальной практике, в творческой самореализации;
- расширить обзор профессиональных ориентаций обучающихся в области танцевального искусства;
- познакомить на практике с такими профессиями как танцовщик, педагог-хореограф, хореограф-постановщик;
- научить эффективно работать в команде при создании творческого проекта, используя полученные навыки.

Развивающие:

- развить художественный вкус, фантазию и креативность;
- раскрыть и развить потенциал каждого ребенка;
-

Воспитательные

- пробудить интерес к искусству танца и художественному творчеству;
- сформировать творческое отношение к жизни;
- сформировать творческий подход, при исполнении поставленных задач.

Основным средством обучения, воспитания и развития обучающихся являются выполнение учебных заданий, учебные индивидуальные и групповые работы, которые строятся на основе следующих принципов: постепенном усложнении, направленном на

решение педагогических, технических и художественных задач, стремлении к высокохудожественному результату.

Срок и объем реализации

Программа рассчитана на 2 года обучения, из расчета 2 часа в неделю, 68 часов в год. Программа включает в себя 34 учебных недели ежегодно.

Объем программы за весь период обучения составляет 136 часов.

Условия реализации программы

Режим занятий:

2 академических часа (40 минут) в неделю, 68 часов в год.

2. Календарный учебный график на 2025-2026 уч. год

Начало учебного года – 01.09.2025 г.

Окончание учебного года – 26.05.2026 г.

Продолжительность учебного года – 33 недели для 1 года обучения.

Период	Сроки	Продолжительность
I четверть	01.09.2025 – 24.10.2025	8 учебных недель
Осенние каникулы	25.10.2025 – 04.11.2025	9 календарных дней
II четверть	05.11.2025 – 30.12.2025	8 учебных недель
Зимние каникулы	31.12.2025 – 11.01.2026	12 календарных дней
III четверть	12.01.2026 – 27.03.2026	10 учебных недель
Дополнительные каникулы для первоклассников	16.02.2026 – 22.02.2026	7 календарных дней
Весенние каникулы	28.03.2026 – 05.04.2026	9 календарных дней
IV четверть	06.04.2026 – 26.05.2026	8 учебных недель
Летние каникулы	27.05.2026 – 31.08.2026	

Сроки промежуточной аттестации:

Период	Сроки
I четверть	20.10.2025 – 24.10.2025
II четверть, I полугодие	22.12.2025 – 26.12.2025
III четверть	23.03.2026 – 27.03.2026
IV четверть, II полугодие	18.05.2026 – 22.05.2026

Место проведения занятий: МАОУ Гимназия № 8 «Лицей им. С.П. Дягилева», г. Екатеринбург ул. Луначарского, 173. Время и дата – в соответствии с утверждённым расписанием.

3. Планируемые результаты

За время обучения обучающиеся должны приобрести целый ряд практических навыков. На первом году обучения народно-сценическим танцем обучающиеся знакомятся с особенностями народного танца, его отличиями от других стилей, историей происхождения. На данном этапе обучения ученики учатся правильной постановке корпуса в народном танце, основным положениям и позициям рук и ног, а также основным движениям русского народного танца.

Личностные результаты:

•чувство стиля и культура движения;

• настойчивость, целеустремлённость, дисциплинированность, трудолюбие;

• толерантность к различным хореографическим жанрам и стилям;

• духовно-нравственные ценности и идеалы;
• чувство прекрасного в соприкосновении с музыкой и миром танца;
• мотивация к занятиям хореографическим искусством;
• уважительное отношение к коллективу, партнёрам по занятиям.

Предметные результаты:

- Освоение правильной постановки корпуса;
- Знать позиции рук и ног в народном танце;
- Умение правильно исполнять основные шаги русского народного танца;
- Умение исполнять основные движения русского народного танца;
- Знать порядок комбинаций;
- Умение 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

4. Тематическое планирование дисциплины «Народно-сценический танец» 1 год обучения (2 часа в неделю)

Уч. неделя	Тема занятия	кол-во часов		Форма контроля
		Теория	практика	
1	Инструктаж по технике безопасности, правила поведения в танцевальном классе	0,5	0,5	Беседа
1	Подготовка к началу движения		1	Наблюдение, анализ
2	Основные позиции рук в народном танце		1	Наблюдение, анализ
2	Основные позиции ног в народном танце		1	Наблюдение, анализ
3	Изучения por de bras с использованием всех позиций рук, изучение переводов из позиции в		1	Наблюдение, анализ

	позицию			
3	Изучение движения «гармошка», подготовка к вращениям		1	Наблюдение, анализ
4	Изучение правильного исполнения дробных выстукиваний	0,5	0,5	Наблюдение, анализ
4	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
5	Дробные выстукивания: одинарная, двойная дроби		1	Наблюдение, анализ
5	Подготовка к вращениям	0,5	0,5	Наблюдение, анализ
6	Изучение переменного шага и бега		1	Наблюдение, анализ
6	Вращения по диагонали: «бегунок», «на подскоках»		1	Наблюдение, анализ
7	Изучение: «Припадание» боковые, прямые		1	Наблюдение, анализ
7	Дробные выстукивания: перетопы тройные, «ключи»		1	Наблюдение, анализ
8	Простой русский шаг: назад через пальцы на всю стопу, с притопом и продвижением вперед, с притопом и продвижением назад	0,5	0,5	Наблюдение, анализ
8	Вращения по диагонали: «блинчик»		1	Наблюдение, анализ
9	«Девичий ход» с переступаниями		1	Наблюдение, анализ
9	Хлопки и хлопушки одинарные, двойные, тройные		1	Наблюдение, анализ
10	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
10	Изучение: «Припадание» с притопом		1	Наблюдение, анализ
11	Дробные выстукивания: ключи	0,5	0,5	Наблюдение, анализ
11	Хлопки и хлопушки одинарные, двойные, тройные		1	Наблюдение, анализ
12	Вращения по диагонали: «блинчик» на прямых ногах		1	Наблюдение, анализ
12	Этюдная работа: основные шаги русского народного танца	0,5	0,5	Наблюдение, анализ
13	Этюдная работа: основные шаги русского народного танца		1	Наблюдение, анализ
13	Этюдная работа: основные шаги и движения		1	Наблюдение, анализ

	русского народного танца			
14	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
14	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
15	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
15	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
16	Подготовка к открытому уроку		1	Наблюдение, анализ
16	Открытый урок		1	Наблюдение, анализ
17	Экзерсис у станка: приседания	0,5	0,5	Наблюдение, анализ
17	Изучение положений рук в парах и тройках		1	Наблюдение, анализ
18	Изучения форм и видов русского народного танца	0,5	0,5	Наблюдение, анализ
18	Виды присядок: с разворотом корпуса, с броском ноги		1	Наблюдение, анализ
19	Экзерсис у станка: Упражнения для развития подвижности стопы и их виды		1	Наблюдение, анализ
19	Движения в парах и тройках: бег с поворотом, переменный бег, переменный шаг, припадания		1	Наблюдение, анализ
20	Изучение «подбивки» у станка		1	Наблюдение, анализ
20	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
21	Экзерсис у станка: Маленькие броски и их виды	0,5	0,5	Наблюдение, анализ
21	Вращения на месте		1	Наблюдение, анализ
22	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
22	Вращения на месте: «топорик»		1	Наблюдение, анализ
23	Виды присядок: с «хлопушкой», по прямой позиции	0,5	0,5	Наблюдение, анализ
23	Экзерсис у станка: Круговые движения ногой		1	Наблюдение, анализ
24	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
24	Изучение «Моталочки» у станка		1	Наблюдение, анализ
25	Экзерсис у станка: Низкие и высокие развороты ноги.		1	Наблюдение, анализ

25	Этюдная работа: кадриль		1	Наблюдение, анализ
26	Изучение «Моталочки» у станка		1	Наблюдение, анализ
26	Экзерсис у станка: Дробные выстукивания	0,5	0,5	Наблюдение, анализ
27	Этюдная работа: кадриль		1	Наблюдение, анализ
27	«Подбивки» у станка		1	Наблюдение, анализ
28	Экзерсис у станка: Подготовка к движению «верёвочка»		1	Наблюдение, анализ
28	Этюдная работа: кадриль		1	Наблюдение, анализ
29	«Моталочка» на середине зала	0,5	0,5	Наблюдение, анализ
29	Экзерсис у станка: флик-фляк		1	Наблюдение, анализ
30	«Подбивки» на середине зала		1	Наблюдение, анализ
30	Экзерсис у станка: Раскрывание ноги на 90 градусов		1	Наблюдение, анализ
31	Этюдная работа: кадриль		1	Наблюдение, анализ
31	Экзерсис у станка: большие броски		1	Наблюдение, анализ
32	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
32	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
33	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
33	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
34	Подготовка к открытому уроку		1	Наблюдение, анализ
34	Открытый урок		1	Наблюдение, анализ
	Итого	6	62	
			68	

5. Тематическое планирование дисциплины «Народно-сценический танец» 2 год обучения (2 часа в неделю)

Планируемые результаты

За время обучения, обучающиеся должны приобрести целый ряд практических навыков. На втором году обучения народно-сценическим танцем обучающие должны освоить экзерсис у станка в русском характере и познакомится с другими народностями.

Обучающие должны освоить правильную постановку корпуса у станка, изучить позиции ног, которых нет в классическом экзерсисе, понимать их отличия и особенности. На данном этапе обучения продолжается этюдная работа, где усложняются движения, они направлены больше на развитие плавности и координации.

Личностные результаты:

•чувство стиля и культура движения;
• настойчивость, целеустремлённость, дисциплинированность, трудолюбие;
• толерантность к различным хореографическим жанрам и стилям;
• духовно-нравственные ценности и идеалы;
• чувство прекрасного в соприкосновении с музыкой и миром танца;
• мотивация к занятиям хореографическим искусством;
• уважительное отношение к коллективу, партнёрам по занятиям.

Предметные результаты:

- Освоение правильной постановки корпуса;
- Знать позиции ног в экзерсисе у станка;
- Умение правильно исполнять экзерсис у станка
- Умение исполнять основные движения народного танца;
- Знать порядок комбинаций;
- Умение 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

Форма занятия – групповое, практическое

Уч. неделя	**Тема занятия**	**кол-во часов**		**Форма контроля**
		Теория	Практика	
1	Инструктаж по технике безопасности, правила поведения в танцевальном классе	0,5	0,5	Беседа
1	Комбинация разминка по кругу: шаги, бег, притопы		1	Наблюдение, анализ

2	Экзерсис на середине: por de bras по всем позициям рук		1	Наблюдение, анализ
2	Экзерсис на середине: подготовка к вращениям		1	Наблюдение, анализ
3	Экзерсис у станка: комбинация приседание в башкирском характере		1	Наблюдение, анализ
3	Комбинация разминка по кругу: шаги, бег, притопы		1	Наблюдение, анализ
4	Экзерсис на середине: дробные выстукивания («ключи», «трилистник»)	0,5	0,5	Наблюдение, анализ
4	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
5	Экзерсис у станка: упражнение на развитие подвижности стопы в татарском характере (battement tendu)		1	Наблюдение, анализ
5	Экзерсис на середине: вращения на месте	0,5	0,5	Наблюдение, анализ
6	Экзерсис на середине: дробные выстукивания в продвижении		1	Наблюдение, анализ
6	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
7	Экзерсис у станка: маленькие броски в русском характере с «моталочкой» (battement tendu jete)		1	Наблюдение, анализ
7	Экзерсис на середине: повторение		1	Наблюдение, анализ
8	Экзерсис на середине: вращения по диагонали «бегунок», на подкоках	0,5	0,5	Наблюдение, анализ
8	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
9	Экзерсис у станка: круговые движения ногой в русском характере одной рукой к станку (rond de jamb par terre)		1	Наблюдение, анализ
9	Экзерсис на середине: дробные выстукивание комбинации		1	Наблюдение, анализ
10	Экзерсис у станка: повторение материала		1	Наблюдение, анализ
10	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
11	Экзерсис у станка: battement fondu в северном характере	0,5	0,5	Наблюдение, анализ
11	Экзерсис на середине: дробные выстукивание комбинации		1	Наблюдение, анализ
12	Экзерсис на середине: вращения на месте и по диагонали		1	Наблюдение, анализ
12	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
13	Экзерсис у станка: каблучное упражнение в кавказском характере	0,5	0,5	Наблюдение, анализ

13	Экзерсис у станка: повторение материала		1	Наблюдение, анализ
14	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
14	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
15	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
15	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
16	Подготовка к открытому уроку		1	Наблюдение, анализ
16	Открытый урок		1	Наблюдение, анализ
17	Разминка на месте и по кругу	0,5	0,5	Наблюдение, анализ
17	Por de bras в русском характере		1	Наблюдение, анализ
18	Экзерсис у станка: flic-flac во флотском характере («яблочко»)	0,5	0,5	Наблюдение, анализ
18	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
19	Экзерсис у станка: отработка движений		1	Наблюдение, анализ
19	Экзерсис на середине: дробные выстукивание комбинации		1	Наблюдение, анализ
20	Экзерсис у станка: раскрытие ноги на 90 градусов и выше с добавлением дробных выстукиваний (battement developpe)		1	Наблюдение, анализ
20	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
21	Экзерсис на середине: дробные выстукивание комбинации	0,5	0,5	Наблюдение, анализ
21	Этюдная работа: татарский танец		1	Наблюдение, анализ
22	Экзерсис у станка: большие броски во флотском характере («яблочко»)		1	Наблюдение, анализ
22	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
23	Экзерсис на середине: вращения на месте и по диагонали	0,5	0,5	Наблюдение, анализ
23	Экзерсис у станка: отработка движений		1	Наблюдение, анализ
24	Этюдная работа: татарский танец		1	Наблюдение, анализ
24	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
25	Экзерсис у станка: отработка движений		1	Наблюдение, анализ
25	Экзерсис на середине: вращения на месте и по		1	Наблюдение, анализ

	диагонали			
26	Этюдная работа: татарский танец		1	Наблюдение, анализ
26	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
27	Экзерсис на середине: дробные выстукивания	0,5	0,5	Наблюдение, анализ
27	Этюдная работа: татарский танец		1	Наблюдение, анализ
28	Экзерсис на середине: дробные выстукивания		1	Наблюдение, анализ
28	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
29	Экзерсис на середине: вращения на месте и по диагонали		1	Наблюдение, анализ
29	Экзерсис у станка: отработка движений		1	Наблюдение, анализ
30	Экзерсис на середине: вращения на месте и по диагонали	0,5	0,5	Наблюдение, анализ
30	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
31	Этюдная работа: татарский танец		1	Наблюдение, анализ
31	Экзерсис у станка: отработка движений		1	Наблюдение, анализ
32	Экзерсис на середине: вращения по диагонали «бегунок», на подкоках		1	Наблюдение, анализ
32	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
33	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
33	Закрепление пройденного материала		1	Наблюдение, анализ
34	Подготовка к открытому уроку		1	Наблюдение, анализ
34	Открытый урок		1	Наблюдение, анализ
	Итого	6	62	
			68	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 187598946305064097190711460653033521119524543992

Владелец Швидко Наталья Алексеевна

Действителен С 10.09.2026 по 10.09.2027