

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
**«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2 с.п. ЗНАМЕНСКОЕ»**  
(МБОУ «СОШ № 2 с.п. ЗНАМЕНСКОЕ»)

МУ «Надтеречни ша-шена урхалла деш йолу клоштан администрации дешаран дақъа»  
Муниципальни бюджетни йуккъерадешаран хъукумат  
**«ЗНАМЕНСК ЙҮРТТАН ЙУКЪАРА ЙУККЪЕРАДЕШАРАН №2 ЙОЛУ ИШКОЛ»**  
(МБИЙУХЬ «ЗНАМЕНСК ЙҮРТТАН ЙУЙУШ № 2 ЙОЛУ ИШКОЛ»)

ПРИНЯТА  
решением  
педагогического совета  
Протокол № 1  
от 29.08.2025 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Ритмы Кавказа»  
(хореография)**

Направленность: художественная.  
Уровень программы: стартовый

Возраст детей 8 – 14 лет  
Срок реализации: 1 год.

Составитель:  
Такаева Лайла Ахметовна,  
педагог дополнительного образования

с.п. Знаменское  
2025-2026 гг.

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации в МБОУ «СОШ №2 с.п. Знаменское».

Эксперт Исаева А.М. заместитель директора по ВР от «29» 08.2025 г.



## **Содержание программы**

<b>Раздел 1.</b> Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:	
1.1. Нормативная правовая база к разработке дополнительных общеобразовательных программ:.....	4
1.2. Направленность программы.....	4
1.3. Уровень освоения программы.....	4
1.4. Актуальность программы.....	4
1.5. Отличительные особенности.....	4
1.6. Цель и задачи программы.....	5
1.7. Категория учащихся. ....	5
1.8. Сроки реализации и объем программы.....	5
1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.....	5-6
1.10. Планируемые результаты освоения программы.....	6
<b>Раздел 2.</b> Содержание программы.	
2.1. Учебный (тематический) план.....	6-7
2.2. Содержание учебного плана.....	7-8
<b>Раздел 3.</b> Формы аттестации и оценочные материалы. ....	8
<b>Раздел 4.</b> Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы:	
4.1. Материально-технические условия реализации программы.....	9
4.2. Кадровое обеспечение программы.....	9
4.3. Учебно-методическое обеспечение. ....	9
<b>Список литературы.....</b>	<b>10</b>
<b>Приложение № 1.</b> Календарно-учебный график	

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы:**

### **1.1. Нормативная правовая база к разработке дополнительных общеобразовательных программ:**

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г.;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

-Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

-Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе с Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ);

- Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобразования и науки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей» (в частях, не противоречащих действующему законодательству);

- Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 N 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

### **1.2. Направленность программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Теркист» относится к художественной направленности, разработана для детей школьного возраста и направлена на освоение и приобщение к богатству танцевального и музыкального искусства. Содержание программы нацелено на создание условий для развития детей, формирование культуры творческой личности. Программа расширяет представления детей о танце, знакомит с основами классической хореографии, музыкальными ритмами, способствует укреплению физического здоровья.

### **1.3. Уровень освоения программы - стартовый.**

Стартовый уровень программы рассчитан на 144 часов. Программа направлена на освоение азов искусства хореографии, способствует развитию физических данных ребенка и формированию музыкального слуха

### **1.4. Актуальность программы**

Данная дополнительная общеобразовательная программа соотносится с тенденциями развития дополнительного образования и согласно Концепции развития дополнительного образования способствует:

- созданию необходимых условий для личностного развития учащихся, позитивной социализации и профессионального самоопределения;

- удовлетворению индивидуальных потребностей учащихся в художественноэстетическом, нравственном развитии.

- формирование и развитие творческих способностей учащихся, выявление, развитие и поддержку талантливых учащихся;

- обеспечение духовно-нравственного, гражданского, патриотического, трудового воспитания учащихся;

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся.

Актуальность программы заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам учащихся и родителей (законных представителей несовершеннолетних учащихся): формирует социально значимые знания, умения и навыки оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровьесберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает учащихся к творчеству.

### **1.5. Отличительные особенности данной программы**

В основу программы «Теркист» положены нормативные требования по физической подготовке, научные и методические разработки по танцевальному спорту. Данная программа отличается от других программ тем, что занятия проводятся с использованием танцевальной аэробики, художественной гимнастики, спортивной гимнастика, оздоровительных технологий и методик (ритмической гимнастики, дыхательной гимнастики, релаксирующей гимнастики). Комплексы занятий разработаны с учетом возрастных и функциональных возможностей детей и варьируются с учетом индивидуальных особенностей каждого ребенка (упрощение или усложнение)

### **1.6. Цель и задачи программы**

**Цель:** Создать благоприятные условия для формирования ритмических движений и развитию творческих способностей посредством хореографического искусства у детей среднего и старшего школьного звена, а также подготовить танцевальные номера на конкурсные мероприятия районного и регионального уровня в течении года.

#### **Задачи программы:**

##### **Образовательные**

- Способствовать физическому развитию и умению красиво и выразительно двигаться под музыку;
- Научить распознавать основные танцевальные стили и направления, работе со зрителем;
- Сформировать основы танцевальной культуры.

##### **Развивающие**

- Формировать у учащихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью,
- Формировать спортивные двигательные умения и навыки.
- Развить творческую активность, индивидуальные способности ребенка;
- Способствовать развитию художественного вкуса и интереса к танцевальному искусству;
- Развить гибкость, пластичность, умение красиво и выразительно двигаться под музыку.

##### **Воспитательные**

- Воспитывать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями.
- Привить навыки физической культуры, ЗОЖ, культуры поведения, правила хорошего тона, расширить сферу общения со сверстниками;
- Приобщить детей к музыкально-танцевальному творчеству.

### **1.7. Категория учащихся**

Программа адресована учащимся школьного возраста (8–14 лет), не имеющим медицинские противопоказания.

Зачисление в группы осуществляется по желанию ребенка и заявлению его родителей (законных представителей).

### **1.8. Срок реализации и объем программы**

Срок реализации программы – 1 год

Объем программы – 144 часов

### **1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий**

Программа предусматривает проведение учебных занятий в различной форме:  
- беседа;

- теоретическое занятие;
- практическое занятие;
- репетиционная работа;
- коллективная;
- групповая;
- индивидуальная.

Каждое занятие независимо от степени подготовки обучающихся построено следующим образом:

организационная работа: изучение правил техники безопасности, правил поведения на занятии, этикета, принципов тренировки, выбора стиля одежды др.

- разминка (основы движений под музыку);
- повторение пройденного материала (тренаж);
- изучение нового материала;
- повторение изученных танцев.

Образовательный процесс организован в форме чередования теоретических и практических занятий.

Основной формой организации деятельности на занятии является практическое занятие. Способы организации: пластика рук, правильная осанка, дыхательные упражнения и сообразительность.

#### **1.10. Планируемые результаты и способы их проверки**

В процессе овладения данной образовательной программой дети должны добиться следующих результатов:

##### **Предметные результаты освоения программы:**

в области исполнительской подготовки будут знать:

- знаний основ техники безопасности на учебных занятиях и концертной площадке;
- знаний принципов взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности

- умений выполнять танцевальные номера;
- умений самостоятельно создавать музыкально - двигательный образ;
- навыков сценической практики;
- навыков сохранения и поддержки собственной физической формы.

Учащиеся будут **уметь** правильно пройти в такт музыке танцевальным шагом сноска на пятку, сохранив красивую осанку. Различать музыкальные размеры, понимать музыкальные вступления и завершение музыкального произведения. Ориентироваться в пространстве балетного зала, понимать направление движения.

##### **Метапредметные результаты освоения программы:**

У учащихся будут сформированы:

- чувство прекрасного и эстетического на основе знакомства с хореографическим искусством;
- умение осуществлять итоговый и пошаговый контроль своей творческой деятельности

##### **Личностные результаты освоения программы:**

В результате освоения программы формируются следующие результаты, соответствующие требованиям федерального и государственного стандарта начального образования:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

## **Раздел 2. Содержание программы.**

### **2.1. Учебно-тематический план.**

<b>№</b>	<b>Название разделов и тем</b>	<b>Количество часов</b>			<b>Формы контроля/ аттестации</b>
		<b>всего</b>	<b>теория</b>	<b>практика</b>	
<b>1.</b>	Вводное занятие	2	2	-	Опрос
<b>2.</b>	Азбука музыкального движения	12	4	8	Показ пройденных комбинаций
<b>3.</b>	Элементы ритмики и акробатики:	24	6	18	Показ пройденных комбинаций
<b>4.</b>	Элементы классического танца	34	10	24	Показ пройденных комбинаций
<b>5.</b>	Элементы народного танца	30	8	22	Показ пройденных комбинаций
<b>6.</b>	Элементы эстрадного танца	20	6	14	Показ пройденных комбинаций
<b>7.</b>	Постановочная репетиционная работа	20	4	16	Показ пройденных комбинаций
<b>8.</b>	Итоговое занятие	2	-	2	Итоговый танец

### **Содержание учебного плана**

**1. Введение.** Знакомство с детьми. Техника безопасности на занятиях. Режим работы. Одежда для занятий.

#### **2. Азбука музыкального движения.**

Теория: мелодия и движение, темп музыки, музыкальные размеры, контрастная музыка (быстрая - медленная, веселая – грустная).

Практика: движения в различных темпах; определение характера музыки словами; передача изменения характера музыки в движениях.

#### **3. Элементы ритмики и акробатики.**

Теория: правильное выполнение вдохов, выдохов.

Практика: правильное выполнение вдохов и движений;

- различные шаги (с носка, на полупальцах, на пятках);
- бег (с высоким подниманием бедра, с захлестом);
- упражнения для укрепления различных групп мышц (шеи, плечевого пояса, спины, живота, рук и ног);

- упражнения на координацию движений;

- полуспагат, спагат;

- упражнения на гибкость («лодочка», «колечко», «кошечка»);

- упражнения на растяжку мышц («бабочка», «лягушка» и др.).

#### **4. Элементы классического танца.**

Теория: выработка осанки, выворотности, эластичности голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Позиции рук и ног.

Практика: постановка корпуса, позиции ног и рук, Demiplie, Grandplie; Battement tendu (по I поз., V поз.); Rond de jambe par terre (по точкам); Relevé (по I, II, V поз.); Port de bras (I); Sotte (по VI поз.).

#### **5. Элементы народного танца.**

Теория: особенности народных движений; характерные положения рук и ног.

Практика: шаг с притопом, «гармошка», «ковырялочка», переменный шаг, подскоки.

#### **6. Элементы эстрадного танца.**

Движения на координацию; прыжки; перестроение из одного рисунка в другой; движения по кругу, танцевальные движения в образах.

### **7. Постановочная репетиционная деятельность.**

Теория: Посещение репетиций других групп. Изучение танцев и объяснение смысла изучаемых номеров. Знание того, что должен танцор рассказать в данном танце зрителю.

Практика: Усложняются элементы народного танца, Участие в концертных программах. Работа над усовершенствованием уже выученных танцев

### **8. Итоговое занятие.** Диагностика усвоения программного материала. Отчетный танец.

### **Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы**

Данная программа предусматривает следующие виды контроля:

- вводный контроль (беседа) – сентябрь;
- текущий контроль знаний (творческие задания) – по текущей теме;
- итоговый контроль (выступление) – по окончании обучения по программе.

### **Методы и формы отслеживания результативности обучения и воспитания:**

#### методы:

- педагогическое наблюдение;
- выполнение упражнений;

#### формы:

- отчетные выступления.

### **Раздел 4. Комплекс организационно- педагогических условий**

#### **4.1. Материально-технические условия реализации программы**

Для проведения танцевального занятия достаточно иметь зал и аудиоаппаратуру.

#### **4.2. Кадровое обеспечение программы**

Программа может быть реализована педагогом дополнительного образования, имеющим образование, соответствующее направленности дополнительной общеобразовательной программы, осваиваемой учащимися.

#### **4.3. Учебно-методическое обеспечение**

<b>Название учебной темы</b>	<b>Форма занятий</b>	<b>Название и форма методического материала</b>	<b>Методы и приемы организации учебно-воспитательного процесса</b>
Вводное занятие	Групповая, теоретическая подготовка	Презентация по теме. Вводное занятие проводится как организационно-ознакомительное. Инструкции по ТБ.	Словесные
Азбука музыкального движения	Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическая работа	Презентация по теме знакомство с понятиями: шеренга, колонна, интервал, дистанция. Построение и передвижение в танцевальном зале. Интернет-ресурсы: <a href="http://www.mon.gov.ru">http://www.mon.gov.ru</a>	Словесные, наглядные, практические
Элементы	Групповая,	Презентация по теме	Словесные,

ритмики и акробатики:	индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическая работа	партерная гимнастика дает детям первоначальную хореографическую подготовку. Она развивает природные физические данные, шаг, гибкость, выворотность. Интернет-ресурсы: <a href="http://www.open-sky.su">http://www.open-sky.su</a>	наглядные, практические
Элементы классического танца	Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическая работа	Презентация по теме (адажио)- медленно, медленная часть танца. (аллегро)- прыжки, (апломб)- устойчивость, (ассамблее)- соединять, собирать Интернет-ресурсы: <a href="http://www.revskaya.ru">http://www.revskaya.ru</a>	Словесные, наглядные, практические
Элементы народного танца	Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическая работа	Презентация по теме народно-характерный танец, его особенности, манера исполнения. Интернет-ресурсы: <a href="http://olymp.aviaschool.net">http://olymp.aviaschool.net</a>	Словесные, наглядные, практические
Элементы эстрадного танца	Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическая работа	Презентация по теме эстрадный танец, его особенности, манера исполнения. Интернет-ресурсы: <a href="http://olymp.aviaschool.net">http://olymp.aviaschool.net</a>	Словесные, наглядные, практические
Постановочная репетионная работа	Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическая работа	Презентация по теме концертная деятельность; мероприятия в коллективе Интернет-ресурсы: <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>	Словесные, наглядные, практические
Итоговое занятие	Практическая работа		практические

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

### **Для педагога**

1. Аствацатуян Э.Г. Оружие народов Кавказа. – СПб: «Атлант», 2004.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии - М.: «Айрес-пресс», 2000.
3. Башкович Н. История хореографии всех веков и народов. - М.: ЮНИТИ, 2002
5. Бешкок М. М. «Танцевальная культура адыгов с древнейших времен до наших дней». - Майкоп: ГУРИПП «Адыгея», 2000.
6. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала; Учеб. Пособие для студ. Вузов культуры и искусства. – М.: Гуман.изд. центр ВЛАДОС, 2003.
7. Кудаев М.Ч. Древние танцы балкарцев и карачаевцев. – Нальчик: Эльбрус, 2005.
8. Лопухов А., Ширяев А., Бочаров А. Основы характерного танца. - М.: «Лань», 2010.
9. Умаханова, А.М. Хореографическое искусство народов Дагестана: Генезис, традиции, формы выразительности / Отв. ред. К.И. Абуков /. - Махачкала, 2004;

### **Для детей и родителей**

- Абдулаева М. Ш. Этномузикальные традиции в многоуровневой структуре идентичностей народов Дагестана // Теория и практика общественного развития. 2013. № 2. с. 158.
- Абдулаев И.Х., Микаилов К.Ш. К истории дагестанских этнонимов лег и лак/Этнография имен. М., 1971.
- Гаджимурадов И. Чей танец лезгинка? 2005
- Соколова А.Н. Циркумпонтийская лезгинка // «Вестник АГУ», 2014. Вып. 2 (140).
- . Нагиев Ф. В. История танца лезгинка

### **Интернет ресурсы**

- 1.<http://www.trizland.ru/>
- 2.<https://rorain.ru/triz/HYPERLINK/>
3. <http://www.altshuller.ru/triz/>
4. <http://allforchildren.ru/rebus/>