

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДВОРЕЦ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА»**

Принята на заседании
педагогического совета
протокол № 2 от 11.12.2025 г.

Утверждена

приказом директора
от 12.12.2025 г № 736

Е.А.Каменских



**Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа**

«НА ПУТИ К МАСТЕРСТВУ»

направленность: художественная
возраст обучающихся: с 6 лет
срок реализации: 1 год (модульная)
Модуль № 2

Автор-составитель:

Марецкая Арина Николаевна

педагог дополнительного образования

Кстово
2025

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

*Танец, одна из самых лучших практик
самопознания, самосовершенствования.
Он дарит свободу и лёгкость,
учит двигаться изящно.....*

Программа предназначена для работы в кружке «Арабика».

Восточный танец – это искусство, история которого насчитывает века, а может быть и тысячелетия.

Это яркое, захватывающее зрелище, которое дарит радость и здоровье. Сложные движения танца приучают организм детей к длительным и разнообразным нагрузкам, вместе с выносливостью тело приобретает гибкость и изящество. После занятий у обучающихся самочувствие, позвоночник становится гибким, исчезает сутулость, появляется грациозность движений.

Танец снимает стресс и депрессию, дарит радость. Танцуя, девочки приобретают новые качества - артистизм, развивают свои творческие способности.

Программа направлена на формирование у обучающихся стремления видеть и создавать вокруг себя прекрасное. Желание познавать свои физические и эмоциональные возможности, постигать основы пластики и хореографии.

Актуальность данной дополнительной образовательной программы связана с популяризацией восточных танцев, музыки не только среди взрослого населения, но и среди детей. К тому же занятия предполагают удовлетворение потребностей современных детей, подверженных гиподинамии больше двигаться и вести активный образ жизни.

Направленность программы – художественная.

Программа является модулем к программе «На пути к мастерству» Модуль №1. Продолжительность 2 модуля -36 часов

Срок реализации – 1 год.

Возраст обучающихся – с 6 лет прошедших обучение по программе Модуля №1.

Количественный состав группы 12-15 человек. В группе занимаются обучающиеся, прошедшие курс обучения в 1 модуле и обучающиеся имеющие начальную танцевальную подготовку.

Занятия проходят в следующем **режиме:**

- 2 раза в неделю по два часа, что составляет 36 часов в год.

Особенность данной программы заключается в том, что в процессе обучения восточным танцам обучающиеся продолжают знакомиться с латиноамериканскими танцами, которые будут использованы в изучаемых концертных номерах. На

мастер-классах для обучающихся и родителей «Танцуем вместе!» девочки помогают освоить эти навыки мамам и бабушкам.

В своей работе я придерживаюсь здоровьесберегающей организации образовательного процесса. Создаю условия для возникновения ситуации успеха, радости в процессе обучения, мотивации на здоровый образ жизни, формирования у девочек понимания, что занятия танцами – это способ поддержания здоровья.

В образовательном процессе активно используются компьютерные технологии. Это помогает поддерживать контакты с танцевальными коллективами, накапливать и хранить музыкальный и видео материал, проводить с обучающимися просмотр и анализ выступлений. При использовании различных интернет - платформ (ZOOM, группа объединения в «Вконтакте», Телеграм, МАКС) возникает возможность дистанционной формы обучения по программе.

Цель программы: Эстетическое и физическое развитие девочек через приобщение их к искусству восточного танца.

Задачи:

Обучающие:

- ✓ Знакомство с историей восточного и бального танца;
- ✓ Овладение культурой и начальными навыками исполнения восточных танцев и начальными навыками исполнения основных шагов латиноамериканских танцев.
- ✓ Овладение навыками общефизической подготовки;
- ✓ Формирование осанки, координации движения.

Развивающие:

- ✓ Развитие эмоциональной сферы обучающихся, способности выражать свои чувства через танец;
- ✓ Развитие чувства ритма и темпа;
- ✓ Развитие зрительной и музыкальной памяти;
- ✓ Развитие умения импровизации;

Воспитательные:

- ✓ Формирование культуры общения в коллективе;
- ✓ Воспитание предпочтения здорового образа жизни.

Ожидаемые результаты

Обучающиеся должны знать:

- историю возникновения и развития восточного танца;
- историю возникновения танцев «Самба» и «Ча-ча-ча»;
- историю восточного костюма;
- простые восточные ритмы;
- знать правила общения в коллективе

Обучающиеся должны уметь:

- исполнять простые и сложные танцевальные движения;
- исполнять танцевальные связки в различных плоскостях.

- различать простые танцевальные ритмы;
- импровизировать под знакомую музыку;
- выражать свои чувства через танец;
- запоминать музыкальный материал танца;
- работать в паре и коллективе;
- оценивать и анализировать увиденное.

Способы проверки:

1. Текущая, промежуточная и итоговая диагностики знаний, умений, навыков;
2. Участие в мероприятиях воспитательного характера;
3. Участие в концертных программах.

2. Учебно-тематический план

		Теория	Практика	Аттестация	Всего
11	Танец « Ча-ча-ча» Локстеп. Изучение.	1	5	0	6
12	Танец « Восточный вальс»	1	16	1	18
13	Участие в концертных программах. Промежуточная и итоговая аттестация.	0	0	2	12
	ВСЕГО:	13	125	6	36

3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

.

1 тема. Танец «Ча-ча-ча» Локстеп

Теория:

- комментарии педагога по ходу занятия;
- просмотр видеозаписей;

Практика:

- изучение и отработка шага в медленном и быстром темпах;
- использование шага в танцевальной постановке;

2 тема. Танец « Восточный вальс»

Итоговая аттестация

Теория:

- комментарии педагога при изучении и отработке;

Практика:

- изучение и отработка вальсовых движений;
- изучение и отработка танцевальных связок;

-отработка танцевального номера в зале и на сцене.

3 тема. Участие в концертных программах

Теория:

- комментарии педагога по ходу занятия;

Практика:

- отработка изученных номеров на сцене;

Итоговая аттестация:

Концертная программа, посвящённая дню матери, Рождественский бал, концертная программа, посвященная международному женскому дню 8 марта, концертная программа « Первые шаги», Отчетный концерт «Майские звёзды», заключительный праздник ДДЮТ « Престиж».

4. Календарный график

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Каникулярный период	Дата итоговой аттестации	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1-й / модуль №2	23.03	31.05.	-	18.05-31.05	9	36 часов	2 раза в неделю по 2 ак. часа

7.МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

	Название тематического блока	Формы проведения и методы организации	Дидактический материал и техническое оборудование	Форма подведения итогов
1	Танец «Ча-ча-ча». Локстеп.	Информационный, наглядный, репродуктивный	Музыкальное оборудование, танцевальный зал	Наблюдение, поощрение, активизации
2	Танец «Восточный вальс».	Информационный, наглядный, репродуктивный	Музыкальный оборудование, танцевальный зал	Наблюдение, анализ
3	Участие в концертных программах	Информационный, наглядный, репродуктивный.	Сцена, музыкальное оборудование,	Поощрение, наблюдение

6.ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Изучая различные темы с воспитанниками, всегда сначала ставится определённая цель и задача, вырабатываются максимальные пути её достижения и прогнозируются конечные результаты, т. е. достигнутый уровень знаний, умений, навыков.

Диагностика может проходить в различных формах:

- Занятие – диагностика: один раз в полугодие демонстрация воспитанниками знаний и умений по пройденному материалу;
- Коллективные и индивидуальные выступления в концертных и конкурсных программах;
- Выступления в конкурсных программах;
- Видео съёмка выступлений, их просмотр и обсуждение;
- Отчётный концерт для родителей;
- Текущая, промежуточная, итоговая диагностики.

Первичная подготовка в начале каждого года одинакова. Она выявляет подготовленность обучающегося к занятиям после летнего отдыха и проблемы, которые надо решить в процессе обучения в первом полугодии. .

Критерии оценки:

В - высокий уровень,

С - средний уровень,

Н - низкий уровень.

3- балла - средний уровень,

1-2 балла - низкий уровень.

Итоговая аттестация

Имя Фамилия	Танец «Восточный вальс»		Танец «Ча-ча-ча»	
	теория	практика	теория	практика
	Родина танца. Название танцевальных фигур.	Исполнение в Группе. Позиции, координация, перемещение по сцене.	Родина танца, ритмический рисунок.	Исполнение композиции. Позиции рук и ног, координация движений

Танец « Восточный вальс»

Теория:

Родина танца - 3 балла

Ритмический рисунок, счет- 3 балла

Высокий уровень- 5-6 баллов

Средний уровень- 3-4 балла

Низкий уровень- 0-2 балла

Практика:

Исполнение танцевальной композиции- 5 балла

Позиции, координация, перемещения- 4 балла

Высокий уровень- 7-9 баллов

Средний уровень- 4-6 баллов

Низкий уровень- 0-3 баллов

Танец «Ча-ча-ча»

Теория: Исполнение шассе с винтом и локом- 3 балла

Ритмический рисунок, счет- 3 балла

Высокий уровень- 5-6 баллов

Средний уровень- 3-4 балла

Низкий уровень- 0-2 балла

Практика:

Исполнение под музыку в ритме - 3 балла

Танцевальная стойка, взаимодействие в паре - 4 балла

Взаимодействие в паре- 2 балла

Высокий уровень- 7-9 баллов

Средний уровень- 4-6 баллов

Низкий уровень- 0-3 балл

8.Воспитательная работа

Образование и воспитание являются единым и неотрывным процессом. При обучении детей определённым умениям и навыкам уделяется внимание воспитанию формированию таких качеств, которые способствуют развитию личности:- воспитание трудолюбия;

- воспитание ответственности за партнёра;

- воспитание ответственности за коллектив.

1. Тематические беседы.

✓ « Удачная тренировка»;

✓ « Звёзды танцевального спорта»;

✓ « Как вести себя на конкурсной и концертной площадке»;

✓ « Мы такие разные , но любим танцевать»;

✓ « История возникновения праздника Рождество». Эту беседу мы проводим сначала с ребятами, а затем совместно с родителями. Ребята уже имеют возможность показать свои знания по этому вопросу.

✓ « История русского бала . Этикет»

2. Выставки рисунка

Обучающиеся участвуют в конкурсах рисунка:

- ✓ «Моя любимая мама»;
- ✓ «Новогодняя фантазия»;
- ✓ «В мире танца».

3. Украшение кабинета.

С большим интересом и любовью украшают поделками и игрушками, сделанными своими руками наш танцевальный кабинет в новогодние праздники.

9. Работа с родителями

1. Родительские собрания

Знакомство с родителями, установление контакта и взаимодействие во время всего периода обучения происходит на родительских собраниях. Они проводятся в начале и в конце учебного года. В начале учебного года выбирается родительский комитет, который помогает педагогу решать вопросы, связанные с деятельностью коллектива и работы ДДЮТ. В конце учебного года подводятся итоги учебного года. По необходимости такие собрания могут состояться и в середине года.

2. Мастер – Классы «Танцуем вместе!»

Мастер классы проходят в каникулярное время. Родители вместе с обучающимися изучают основные фигуры бальной хореографии. Исполняют совместно в парах.

Такое мероприятие объединяет родителей и детей и даёт возможность увидеть на что в дальнейшем обратить внимание, чтобы повысить качество танцевания ребёнка.

3. Рождественский бал

В период зимних каникул в ДДЮТ проводится ежегодный «Рождественский бал». Этому интересному мероприятию предшествует подготовка не только танцев, которые исполняются на балу, но и тематические беседы.

1. История возникновения праздника Рождество;
2. История русского бала;
3. Правила поведения и этикета на балу.
4. Рождественские колядки.

Семьи танцоров участвуют в общих репетициях, что позволяет не только сплотить семью, но и познакомиться с семьями других объединений.

4. Беседы

Очень важно в нашем виде спорта подготовить танцоров к первому конкурсу. Как правильно причёску подобрать выигрышный костюм, поддержать ребёнка если результат ниже, чем ожидали мы разбираем на встрече под названием «Мы едем на танцевальный турнир!»

Если возникают проблемы поведения обучающегося, проблемы при взаимодействии в паре, то они решаются в индивидуальных беседах.

10.Список литературы.

Нормативно-правовая база

к созданию дополнительной общеобразовательной программы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;
3. Указ Президента Российской Федерации от 29.05.2017 № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства»;
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р;
6. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2030 года: Проект 17.12.2024;
7. Распоряжение Правительства РФ от 17.08.2024 № 2233-р «Об утверждении Стратегии реализации молодежной политики в Российской Федерации на период до 2030 года» (ред. от 08.05.2025);
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09. 2019 г.№ 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
10. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. N 652 н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
11. Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
12. Письмо Минпросвещения России от 29.09.2023 N АБ-3935/06 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным,

духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны»);

13. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

14. Постановление государственного санитарного врача Российской Федерации от 17.03.2025 № 2 «О внесении изменений в санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2»;

15. Устав и локальные нормативные акты МАУ ДО ДДЮТ

16. Письмо Минобрнауки России от 27.11.2015 N 08-2228 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по профилактике травматизма на занятиях физической культурой и спортом в общеобразовательных организациях Российской Федерации»).

17. Приказа Минспорта России от 27.12.2013 №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта».

Методическая литература для педагога:

1. Вербовская Е.В. и др. Психомоторное и эмоциональное развитие шестилетнего ребёнка средствами выразительного движения. Н.Новгород, МПСИ, 2001 г.

2. ЛайредУолтер «Техника латинских танцев», перевод и редакция Веновского Л.Д. 2004

3.Международный конгресс «Блекпул». Латина. 2008 г.

4. Мур Алекс «Бальные танцы», учебник, 2005 г.

5. Позы в европейских танцах , 2008 г.

6. Популярные английские вариации. Латиноамериканские танцы. Выпуск №2, 2004 г.

7. Принципы обучения начинающих. Европейские танцы. 2004 г.

8. Фестиваль суперзвезд бального танца. Латина. 2008 г.

9. Рубинштейн Н. Мотивация танцоров. Взаимоотношения танцор-тренер-родитель. Идеология тренера. Лекции для конгресса ФТС ЦФО , Ярославль, 2004 г.

10. Учебный цикл «Линия танца», латиноамериканские танцы, основные фигуры. 2008 г

11. Чемпионат Германии по формейшен. 2004 г.

12. «Шесть ступеней мастерства». Детские танцы. Учебное видеопособие. 2006 г.

Литература для детей и взрослых:

1. Сборник «Слава России» , 2007 г. Дети 2
2. Плетнёв Л. Учебный цикл «Линия танца» , Европейские танцы , часть 2
3. Плетнёв Л. Учебный цикл «Линии танца» Латиноамериканские танцы
4. Фестиваль суперзвёзд бального танца. Латина 2008 г.
5. Рубштейн Н. Мотивация танцоров .Взаимоотношения танцор-тренер-преподаватель
6. Идеология тренера. Лекция для конгресса ФТС ЦФО , Ярославль , 2004
7. Чемпионат Германии по формейшн , 2004 г.
8. «Шесть ступеней мастерства.» Детские танцы. Учебное пособие , 2006 г.

Интернет-ресурсы

1. Рабочая программа по спортивным бальным танцам, возраст обучающихся 8-16 лет, срок реализации – 8 лет / Составитель В.И. Чижкова // [Электронный ресурс]. – 2015. URL: <http://nsportal.ru/user/668883/page/rabochaya-programma-po-sportivnym-balnymtantsam> (дата обращения: 10.08.2016).
2. Программа «Молодежный ансамбль бального танца» Народного спортивно- танцевального коллектива «эста» / Составители А.А. Порешина, А.В. Порешин // [Электронный ресурс]. – 2015. URL: <http://l.120-bal.ru/doc/24638/index.html> (дата обращения: 10.08.2016).
3. Рабочая программа по спортивным бальным танцам / Составитель Н.Н. Чистов // [Электронный ресурс]. – 2013. URL: <http://gigabaza.ru/doc/108336.html> (дата обращения: 10.08.2016) и др.
4. Всё о турнирах по спортивным бальным танцам «Ballroom»<http://www.ballroom.ru/i.asp?id=4068>
5. ЭБС «Издательство Лань», ООО «Издательство Лань». Информационное письмо от 13.09.2013 г. Адрес доступа: <http://e.lanbook.com/> • Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам". Адрес доступа: <http://window.edu.ru/> Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов. Адрес доступа: <http://schoolcollection.edu.ru/>
6. Сайт Нижегородской Федерации Танцевального Спорта <http://www.nfts.nno>

Базовые ритмы в восточных танцах

Обозначения:

D DUM - чистый низкий акцентированный звук

T Тек - чистый высокий акцентированный звук

___ - промежуток между ударами

к ка - чистый высокий неакцентированный звук (на барабане левой рукой)

S Slap - глухой низкий акцентированный звук

Большими буквами обозначены акцентированные звуки, маленькими - наполнение.

Соответственно,

D-T-___T-D-___T-___ читается как ОиМ-Тек-(и)-Тек-ОиМ-(и)-Тек-(и), а D-T-kkT-D-kkT-kk читается как DUMTek-

kakaTek-DUM-kakaTek-kaka. Сокращения введены только для того, чтобы вы видели на схеме, как удары укладываются в 4/4 или 8/4 или в другой размер.

I. МАКСУМ

Этот ритм широко распространен в любой музыке Среднего Востока и Средиземноморья. Простой «максум» является базовым для множества ритмов и особенно важен в современной и фольклорной музыке Египта,

максум 4/4

1 -+-2 -+-3 -+-4-+-|D-T-___T-D-___T-___| базовый

D-T-kkT-D-kkT-kk| наполненный

D-S-tkS-D-tkS-tk| акцентированный

«идущий» максум 4/4

1-+-2-+-3 -+-4-+-|D-T-k-T-D-k-T—| базовый

D-T-k-T-D-k-T-tk| с мостиком

II. БАЛАДИ.

Это более фольклорный вариант базового средневосточного «максум», который характеризуется двумя DUM, начинающими фразу. Довольно часто он называется «масмуди сагир» («короткий масмуди») потому что имеет такие же акценты, как «масмуди», но играется на 4/4 вместо 8/4. Среди танцовщиц все-таки он более известен как «балади» (беледи). Этот ритм весьма типичен для современного беллиданса. «Балади» обычно играется медленнее, чем «максум».

балади 4/4

1-+-2-+-3-+-4-+-|D-D-___T-D-___T-___| базовый

D-D-tkT-D-tkT-tk| наполненный

D-D-T-S-D-T-S-tk| «египетский классический»

III. САИДИ.

«Саиди» - еще один ритм семейства максум. «Саиди» получается удвоением среднего DUM. Имеет немного другой оттенок и заполнение, популярен в верхнем Египте (Напоминаем Вам, что верхний Египет соответствует верховью Нила, то есть югу Египта). Так же как "балади", играется быстро. Традиционно он используется в народном мужском танце с палками, а также в беллидансе, где он превратился в танец с тростью.

саиди 4/4

1-+-2-+-3 -+-4-+-|D-T-__D-D-__T-__j базовый

D-T-tkD-D-tkT-tk| наполненный

Позиции — это основные положения ног и рук в классическом танце.

Позиции рук. Используют три основные позиции рук (Таблица) и подготовительные положения к ним, исполняемые в закругленном и удлинненном виде. 1 - опущенные вниз руки округлены в локтях и кистях, слегка отделены от корпуса; 2 – руки разведены в стороны на уровне плеч; 3 - руки подняты над головой. Из основных позиций образуется множество производных положений.

Таблица - Позиции рук в классическом танце

Рисунок	Описание
 Рисунок 1 – Подготовительная позиция	Руки вниз, округленные в локтевом и лучезапястном суставах ладонью вверх. Большой палец внутри ладони
 Рисунок 2 – Первая позиция	Руки вперед, округленные в локтевом и лучезапястном суставах
 Рисунок 3 – Вторая позиция	Руки вперед в стороны, округленные в локтевом и лучезапястном суставах ладонями внутрь
 Рисунок 4 – Третья позиция	Руки вперед кверху, округленные в локтевом и лучезапястном суставах, ладонями внутрь

Позиции ног

Позиции ног основаны на принципе выворотности.

Рисунок	Описание
 Рисунок 5 – Первая позиция ног	Сомкнутая стойка носки наружу. Пятки сомкнуты, носки наружу. Ноги расположены на одной линии с равномерным распределением центра тяжести по всей стопе
 Рисунок 6 – Вторая позиция ног	Широкая стойка ноги врозь носки наружу. Ноги расположены друг от друга на одной линии на расстоянии одной стопы с равномерным распределением центра тяжести между стопами
 Рисунок 7 – Третья позиция ног	Правая приставлена к середине левой стопы (носки наружу)
 Рисунок 8 – Четвертая позиция ног	Стойка ноги врозь, правая перед левой (на расстоянии одной стопы) носки наружу (выполняется с обеих ног)
 Рисунок 9 – Пятая позиция ног	Сомкнутая стойка правая перед левой, носки наружу (правая пятка сомкнута с носком левой, выполняется с обеих ног)
 Рисунок 10 – Шестая позиция ног	Сомкнутая стойка (пятки и носки сомкнуты)