

	Министерство образования и науки Республики Бурятия
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»
	Положение по видам деятельности
	2.6. Воспитательная работа
СК-ПВД-2.6.-25	Дополнительная общеразвивающая программа «Танцы» «NON STOP»

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ «ГЭТ»

Б.М.Спасов

«02» сентября 2025г.



**Дополнительная общеразвивающая программа «Танцы» «NONSTOP»**

г.Гусиноозерск, 2025 г

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК-ПВД-2.6.-25	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр №	Дополнительная общеразвивающая программа «Танцы» «NON STOP»	2	17

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт программы
  2. Пояснительная записка
  3. Цель и задачи программы
  4. Планируемые результаты освоения программы
  5. Учебный план
  6. Календарный учебный график
  7. Содержание программы (модули и темы)
  8. Условия реализации программы
  9. Формы, методы и технологии обучения
  10. Оценочные материалы и формы контроля
  11. Требования охраны труда и техники безопасности
- Приложения (образцы документов)

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК-ПВД-2.6.-25	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр №	Дополнительная общеразвивающая программа «Танцы» «NON STOP»	3	17

## 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Параметр	Характеристика
Наименование программы	Дополнительная общеразвивающая программа «Танцы» «NONSTOP»
Направленность	Художественная (хореография/современный танец)
Вид программы	Общеразвивающая
Форма обучения	Очная (возможны элементы дистанционного сопровождения: видео-разбор, домашние задания)
Язык обучения	Русский
Возраст обучающихся	14–25 лет
Срок реализации	1 год
Объём	72 часа
Режим занятий	2 раза в неделю по 1 академическому часу (45 мин) + организационные паузы
Наполняемость группы	10–20 человек
Форма организации	Групповая, подгрупповая, индивидуальная (по необходимости)
Формы итоговой аттестации	Зачётный показ/концертный номер, портфолио достижений, участие в мероприятиях
Условия зачисления	Заявление обучающегося/родителя (законного представителя), отсутствие медицинских противопоказаний

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК-ПВД-2.6.-25	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр №	Дополнительная общеразвивающая программа «Танцы» «NON STOP»	4	17

Программа разработана в соответствии с действующими нормативными правовыми актами Российской Федерации в сфере дополнительного образования детей и молодёжи, локальными актами организации и требованиями охраны труда.

## 2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### Актуальность

Танцевальное искусство — доступная и современная форма самовыражения, развивающая физическую выносливость, чувство ритма, координацию, дисциплину, коммуникацию и сценическую культуру.

Программа «NONSTOP» направлена на формирование устойчивого интереса к занятиям хореографией, развитие творческого потенциала и создание условий для участия обучающихся в культурных и спортивно-массовых мероприятиях организации и района/города.

### Новизна

Программа сочетает базовую хореографическую подготовку (осанка, стопа, координация, растяжка) с современными танцевальными направлениями, а также включает постановочную работу и развитие сценического образа.

### Педагогическая целесообразность

Занятия выстроены по принципу «от простого к сложному»: от освоения основных движений и техники безопасности — к комбинациям, импровизации и созданию концертных номеров.

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК-ПВД-2.6.-25	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр №	Дополнительная общеразвивающая программа «Танцы» «NON STOP»	5	17

Регулярная практика и выступления формируют ответственность, уверенность, умение работать в команде и выдерживать сценическую нагрузку.

### **Целевая аудитория**

Обучающиеся 14–25 лет, имеющие интерес к танцам. Уровень подготовки — от начального до базового. Программа предусматривает вариативность заданий по уровню сложности.

## **3. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

### **Цель**

Создать условия для развития танцевальных и творческих способностей обучающихся через освоение основ современной хореографии и подготовку сценических постановок.

### **Задачи**

Обучающие:

- освоить базовые элементы хореографической техники (положение корпуса, рук, ног, шаги, прыжки, вращения);
- изучить основы современного танца и элементы уличных стилей;
- познакомиться с музыкальностью, счётом, ритмикой, принципами построения комбинаций;
- освоить основы сценического движения и актёрской выразительности.

Развивающие:

- развивать координацию, гибкость, выносливость, силу и чувство ритма;

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК-ПВД-2.6.-25	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр №	Дополнительная общеразвивающая программа «Танцы» «NON STOP»	6	17

- формировать творческое мышление, импровизацию, умение работать с образом;

- развивать коммуникативные навыки и командное взаимодействие.

Воспитательные:

- воспитывать дисциплину, ответственность, трудолюбие и культуру поведения на занятиях;

- формировать ценностное отношение к здоровому образу жизни и безопасным тренировкам;

- развивать эстетический вкус и уважение к творчеству других.

#### 4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

##### Личностные результаты

- устойчивый интерес к хореографии и сценической деятельности;
- развитие уверенности в себе, самодисциплины, ответственности;
- формирование культуры здорового образа жизни и безопасного поведения.

##### Метапредметные результаты

- умение работать в группе, принимать правила и распределять роли;
- развитие навыков самоконтроля, постановки целей и рефлексии;
- развитие коммуникативных умений (взаимодействие, обратная связь, совместное творчество).

##### Предметные результаты

Обучающийся будет знать:

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК-ПВД-2.6.-25	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр №	Дополнительная общеразвивающая программа «Танцы» «NON STOP»	7	17

- базовую терминологию и правила техники безопасности на занятиях;
- основы музыкальности (счёт, акценты, темп) и структуру танцевальной связки;
- основные элементы выбранных направлений и принципы постановочной работы.

Обучающийся будет уметь:

- выполнять разминку, растяжку и ОФП-комплекс в правильной технике;
- исполнять танцевальные комбинации и простые хореографические этюды;
- держать корпус, работать с координацией, амплитудой и динамикой;
- выступать на сцене (в составе группы/соло) и соблюдать сценическую культуру.

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК-ПВД-2.6.-25	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр №	Дополнительная общеразвивающая программа «Танцы» «NON STOP»	8	17

## 5. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Общий объём программы — 72 часа. Соотношение теории и практики: теория 10% (вводные инструктажи, терминология, анализ видео), практика 90%.

Раздел/модуль	Теория (ч)	Практика (ч)	Всего (ч)	Форма контроля
Модуль 1. Вводный. ритмика, хореографии	2	12	14	Текущий контроль
Модуль 2. Техника современного танца	2	16	18	Показ комбинаций
Модуль 3. Уличные стили	2	12	14	Танц. связка
Модуль 4. Постановочная работа и сценическая культура	1	17	18	Репетиционный показ
Модуль 5. Итоговая подготовка. Номер/выступление	0	8	8	Итоговый зачёт

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК-ПВД-2.6.-25	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр №	Дополнительная общеразвивающая программа «Танцы» «NON STOP»	9	17

## 6. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

График может корректироваться в зависимости от календаря организации, каникулярных периодов и участия в мероприятиях. Рекомендуемый вариант: сентябрь–май, 2 занятия в неделю.

Период	Количество недель	Часов в неделю	Итого часов
Сентябрь– Октябрь	8	2	16
Ноябрь–Декабрь	8	2	16
Январь–Февраль	8	2	16
Март–Апрель	8	2	16
Май (итоговые репетиции/показ)	4	2	8

## 7. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ (МОДУЛИ И ТЕМЫ)

### Модуль 1. Вводный. ТБ, ритмика, основы хореографии (14 ч)

Теория: правила поведения в зале, требования к форме и обуви, профилактика травм, питьевой режим. Терминология: позиции, уровни, направления, изоляции.

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК-ПВД-2.6.-25	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр №	Дополнительная общеразвивающая программа «Танцы» «NON STOP»	10	17

Практика: разминка; постановка осанки; работа стопы; базовые шаги и перемещения; изоляции (голова/плечи/грудной отдел/таз); ритмика и счёт; координационные упражнения; основы растяжки.

### **Модуль 2. Техника современного танца (18 ч)**

Теория: принципы дыхания и «центра», работа с весом, безопасные уровни и падения (в облегчённом варианте).

Практика: contemporary/jazz база; plié, relevé, tendu (в адаптации); повороты (chainé, pivot); прыжковые элементы (в облегчении); работа в уровнях; диагонали; комбинации на динамику (soft/hard), пластика рук, волны; мини-этюды.

### **Модуль 3. Уличные стили и грув (14 ч)**

Теория: музыкальные акценты, грув, понятие «кач»/bounce/rock (в доступной терминологии).

Практика: hip-hop базовые стёпы (two-step, step-touch и др.); grooves; изоляции; комбинации в стиле jazz-funk; работа с подачей и энергией; связки 8×8; импровизационные задания «в круге».

### **Модуль 4. Постановочная работа и сценическая культура (18 ч)**

Теория: композиция танца, рисунки, перестроения, работа с пространством, сценический этикет, мимика и выразительность.

Практика: разучивание постановки (групповой номер); отработка синхрона, чистоты линий, акцентов; работа над образом; репетиции с

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК-ПВД-2.6.-25	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр №	Дополнительная общеразвивающая программа «Танцы» «NON STOP»	11	17

реквизитом (при необходимости); прогон номера; участие в мероприятиях организации.

### **Модуль 5. Итоговая подготовка. Номер/выступление (8 ч)**

Практика: итоговые прогоны; корректировка ошибок; сценическая репетиция; итоговый показ/зачёт; подведение итогов, рефлексия, формирование портфолио (фото/видео, дипломы).

## **8. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **Кадровые условия**

Реализацию программы осуществляет педагог дополнительного образования с профессиональной подготовкой и/или опытом работы в сфере танца.

### **Материально-технические условия**

Танцевальный зал/спортзал: безопасное покрытие пола, зеркала (желательно), проветривание, доступ к питьевой воде. Музыкальное оборудование: колонка/акустическая система, ноутбук/телефон, доступ к интернету (по возможности).

### **Требования к форме обучающихся**

Удобная спортивная форма (футболка/лонгслив, спортивные штаны/леггинсы), чистая обувь для зала (кроссовки с немаркой подошвой) либо чешки/дジャзовки по требованиям педагога. Волосы убраны. Запрещены украшения, мешающие занятиям.

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК-ПВД-2.6.-25	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр №	Дополнительная общеразвивающая программа «Танцы» «NON STOP»	12	17

## 9. ФОРМЫ, МЕТОДЫ И ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ

### Формы занятий

Групповая тренировка, мастер-класс, репетиция, показ, разбор видео, участие в концертах/фестивалях/конкурсах.

### Методы

- показ и объяснение (демонстрация движений);
- тренировочный метод (повтор, «прогон» связок, диагонали);
- игровой и соревновательный элементы (баттл в дружественном формате, «вызов» на точность/ритм);
- проблемно-поисковый (самостоятельная импровизация, создание мини-этюда);
- рефлексия и самооценка (короткий разбор, «что получилось/что улучшить»).

### Технологии

Личностно-ориентированный подход, здоровьесберегающие технологии, проектная деятельность (создание номера), использование цифровых ресурсов (видеоанализ, плейлисты).

## 10. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ И ФОРМЫ КОНТРОЛЯ

### Текущий контроль

Наблюдение педагога на занятиях, выполнение разминки и технических заданий, качество исполнения связок, дисциплина и соблюдение ТБ.

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК-ПВД-2.6.-25	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр №	Дополнительная общеразвивающая программа «Танцы» «NON STOP»	13	17

### Промежуточный контроль (по модулям)

Показ комбинаций/диагоналей, мини-этюд, групповая связка 8×8, участие в мероприятиях.

### Итоговый контроль

Итоговый зачёт в форме показательного выступления/концертного номера (группа или подгруппа) и краткой рефлексии обучающихся.

### Критерии оценивания (зачёт/незачёт)

Критерий	Показатели	Уровень (ориентир)
Техника	точность, чистота движений, контроль корпуса	высокий/достаточный/начальный
Музыкальность	счёт, ритм, акценты, попадание в темп	высокий/достаточный/начальный
Координация и синхрон	согласованность в группе, перестроения	высокий/достаточный/начальный
Выразительность	подача, динамика, образ, работа рук/взгляда	высокий/достаточный/начальный
Дисциплина и ТБ	соблюдение правил, бережное отношение к здоровью	высокий/достаточный/начальный

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК-ПВД-2.6.-25	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр №	Дополнительная общеразвивающая программа «Танцы» «NON STOP»	14	17

## 11. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА И ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ

1) Перед началом занятий проводится вводный инструктаж по технике безопасности и правилам поведения в зале. Инструктаж фиксируется в журнале инструктажей.

2) На занятиях обязательны разминка и заминка. Запрещено выполнять сложные элементы без подготовки и разрешения педагога.

3) Обучающийся обязан сообщить педагогу о недомогании, болевых ощущениях, травмах. При необходимости — прекратить выполнение упражнения.

4) В зале запрещены толчки, бег без задания, использование телефона во время выполнения упражнений.

5) Обувь должна быть чистой, с нескользящей подошвой. Волосы убраны, украшения сняты.

6) Педагог контролирует нагрузку, обеспечивает безопасные условия, следит за исправностью оборудования, организует проветривание и питьевой режим.

7) При чрезвычайной ситуации обучающиеся действуют по плану эвакуации организации и указаниям педагога/администрации.

	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК-ПВД-2.6.-25	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр №	Дополнительная общеразвивающая программа «Танцы» «NON STOP»	15	17

## ПРИЛОЖЕНИЯ (ОБРАЗЦЫ ДОКУМЕНТОВ)

### Приложение 1. Заявление на зачисление (образец)

Руководителю \_\_\_\_\_

от \_\_\_\_\_

#### ЗАЯВЛЕНИЕ

Прошу \_\_\_\_\_ зачислить \_\_\_\_\_ меня/моего \_\_\_\_\_ ребёнка

в объединение дополнительного образования «Танцы» «NONSTOP». С правилами внутреннего распорядка и требованиями техники безопасности ознакомлен(а).

Контактный телефон: \_\_\_\_\_ Подпись: \_\_\_\_\_ Дата:

\_\_\_ / \_\_\_ / 20\_\_

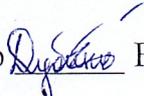


	Министерство образования и науки Республики Бурятия	СК-ПВД-2.6.-25	
	ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»	лист	листов всего
Экземпляр №	Дополнительная общеразвивающая программа «Танцы» «NON STOP»	17	17

### Приложение 3. Журнал инструктажей по ТБ (шаблон)

Дата	ФИО обучающегося	Тема инструктажа	Подпись обучающегося	ФИО инструктора	Подпись инструктора

Разработал:

Педагог-организатор  Валерия Сергеевна Дубинина

Согласовано:

Заместитель директора по ВР  Евгения Александровна Гуржапова

Руководитель отдела качества  Светлана Александровна Ульянова