

муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Дом детского творчества»
Никольского района Пензенской области

«УТВЕРЖДАЮ»
директор МБУ ДО «Дом детского творчества»
Никольского района
Храбкова И.В.
приказ № 30-ОД
от «29» августа 2025 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по реализации дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы
«Фольклорная мозаика»
на 2025-2026 учебный год

Педагоги дополнительного образования

Пинимасова Наталья Ильдаровна

Содержание занятий для учащихся 1 года обучения
по дополнительной образовательной общеразвивающей программе
«Фольклорная мозаика»

месяц	№ занятия	Тема занятия	Содержание			Итого часов	Формы аттестации (контроля)
			теория	практика	воспитательная работа		
09	1	Вводное	Правила поведения на занятиях хореографией			1	Входная диагностика
	2	Вводное	Беседа о танце. Техника безопасности на занятиях.			1	беседа
	3	Азбука музыкального движения		темп (быстро, медленно, умеренно)		1	Наблюден.
	4	Упражнения на середине зала		Правила исполнения упражнений для плеч, прыжков, наклонов головы и корпуса.		1	Контроль
	5	Народный танец	понятие «нар. танец». Культур. традиции разных народов.			1	беседа
	6	Создание хореографической композиции	беседа о поведении и при выступлении			1	беседа
	7	Народный танец		упражнение «Ковырялочка» с двойным притопом		1	Контроль
	8	Создание хореографической композиции	разговор о танцевал. композ.			1	беседа
	9	Создание хореографичес		Выход и Ф 1 танца «Валенки»		1	просмотр

		кой композиции					
10	1	Упражнения на середине зала		Правила исполнения поклона. Разучивание поклона		1	Практическо-игровые задания
	2	Народный танец		упражнения «Ковырялочка» с двойным и тройным притопом;		1	Практические задания
	3	Создание хореографической композиции		Разучивание элементов хореографической композиции.		1	просмотр
	4	Азбука музыкального движения		Музыкальные размеры: 2/4, 3/4, 4/4		1	Практическо-игровые задания
	5	Народный танец		танцевальная комбинация «ладушки».		1	Практическо-игровые задания
	6	Создание хореографической композиции		Разучивание элементов хореографической композиции		1	просмотр
	7	Народный танец		танцевальная комбинация «ладушки» в парах		1	Практическо-игровые задания
	8	Упражнения на середине зала		Правила исполнения упражнения на разминку		1	Практическ. задания
11	1	Азбука музыкального движения		Муз.размеры: 2/4, 3/4, 4/4. Хлопки в ритмическом рис.		1	Практическ. задание
	2	Создание хореографической композиции		Изуч. Ф2 и Ф3 танца «Валенки»		1	просмотр
	3	Народный танец		«галоп» в парах с продвижением по кругу		1	Практическо-игровые задания
	4	Создание хореографической композиции		Изуч. Ф 5 танца «Валенки»		1	просмотр
	5	Упражнения на середине зала		поднимание на полупальцах, приседание вниз на полупальцах по 6 позиции		1	Контроль исполнения упражнений
	6	Создание хореографичес		Изуч. Финала танца «Валенки»		1	просмотр

		кой композиции					
	7	Народный танец		Упражнения для исполнения присядки		1	просмотр
	8	Создание хореографической композиции		Выход танца «На полянке»	Утренник ко Дню матери	1	просмотр
12	1	Создание хореографической композиции		Ф1 танца «На полянке»		1	просмотр
	2	Народный танец		Работа над присядкой		1	Практическо-игровые задания
	3	Азбука музыкального движения		Контрастная музыка (быстрая - медленная, веселая - грустная)		1	Практическо-игровые задания
	4	Народный танец		притопы с продвижением вперед		1	Практическо-игровые задания
	5	Создание хореографической композиции		Ф2 танца «На полянке»		1	просмотр
	6	Упражнения на середине зала		Наклоны головы, упражнения для плеч, наклоны корпуса		1	Практическо-игровые задания
	7	Народный танец		притопы с продвижением и усложнением		1	просмотр
	8	Создание хореографической композиции		Ф3 танца «На полянке»	Зимние забавы	1	просмотр
	9	Народный танец		упражнение упражнение «Переменный» шаг	Промеж уточная аттест.	1	Практическ. задание
01	1	Азбука музыкального движения		Правила и логика перестроения из одного рисунка в другой		1	Практическо-игровые задания
	2	Народный танец		упражнение «Переменный» шаг с продвижением		1	Контроль
	3	Создание хореографической		Ф4 танца «На полянке»		1	просмотр

		композиции				
	4	Народный танец		упражнение «Переменный» шаг с продвижением вперёд	1	Практическ.задание
	5	Создание хореографической композиции		Ф5 танца «На полянке»	1	просмотр
	6	Народный танец		«Моталочка» с сосоком	1	просмотр
	7	Упражнения на середине зала		Правила исполнения упражнений для рук, позиций рук в русском народном танце.	1	Практическо-игровые задания
	8	Народный танец		упражнение «Переменный» шаг с продвижением вперёд и назад	1	просмотр
02	1	Создание хореографической композиции		Изучение Финала танца «На полянке»	1	Контроль
	2	Азбука музыкального движения		Маршировка в ритме музыки в разных ракурсах (по кругу, диагонали).	1	Практическо-игровые задания
	3	Народный танец		Переменный шаг с притопом	1	Практическо-игровые задания
	4	Создание хореографической композиции		Исполнение и репетиция номера	1	просмотр
	5	Народный танец		Переменный шаг с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением вперёд	1	Практическо-игровые задания
	6	Создание хореографической композиции		Изучения Выхода танца «Метелиц»	1	контроль
	7	Упражнения на середине зала		практические упражнения на правильность выполнения позиций и положений рук.	1	просмотр
	8	Народный		Переменный шаг с	1	Практическо-

		танец		фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением вперёд и назад			игровые задания
03	1	Создание хореографической композиции		Изучение Ф 1 танца «Метелица»		1	просмотр
	2	Народный танец		Изучение упражнения «гармошка»		1	промотр
	3	Создание хореографической композиции		Изучению Ф2 танца «Метелица»		1	просмотр
	4	Упражнения на середине зала		Правила исполнения подскоков на месте		1	Практическо-игровые задания
	5	Создание хореографической композиции		Изучение Ф2 танца «Метелица»		1	просмотр
	6	Народный танец		упражнения «гармошка» с открыванием и закрыванием рук во II позицию		1	Контроль
	7	Создание хореографической композиции		Изучение Ф3 танца «Метелица»		1	просмотр
	8	Народный танец		Изучение упражнения «Моталочка»	Ко Дню 8 марта	1	Практическ.задание
04	1	Создание хореографической композиции		Изучение Ф4 танца «Метелица»		1	просмотр
	2	Народный танец		Отработка упражнения «Моталочка»		1	просотр
	3	Создание хореографической композиции		Изучение Ф5 танца «Метелица»		1	просмотр
	4	Народный танец		«Моталочка» в комбинации			Практическ. задание

	5	Упражнения на середине зала		Правила исполнения подскоков на месте и с продвижением		1	Игровые задания
	6	Создание хореографической композиции		Изучение Финала танца «Метелица»		1	просмотр
	7	Народный танец		«Моталочка» в прямом положении на полупальцах		1	Практическо-игровые задания
	8	Создание хореографической композиции		Исполнение полного номера		1	просмотр
05	1	Упражнения на середине зала		Подскоки на месте.		1	контроль
	2	Народный танец		Комбинация «Моталочка» с «Ковырялочкой»		1	Практическо-игровые задания
	3	Создание хореографической композиции		Закрепление, усложнение изученного материала		1	просмотр
	4	Народный танец		Отработка, закрепление изученного материала		1	просмотр
	5	Создание хореографической композиции		Репетиция номеров		1	просмотр
	6	Итоговое занятие		подведение итогов года. Показ выученного материала.	Аттестация	1	Практическо-игровые задания
итого						72	

Содержание занятий для учащихся 2 года обучения
по дополнительной образовательной общеразвивающей программе
«Фольклорная мозаика»

мес	№ занятия	Тема занятия	Содержание			Итого часов	Формы аттестации (контроля)
			теория	практика	воспитательная работа		
09	1	Вводное Техника безопасности на занятиях хореографией	Правила поведения на занятиях хореографией			1	Входная диагностика
	2	Вводное	Беседа о танце. Техника безопасности на занятиях			1	беседа
	3	Народный танец	Разновидность русского танца.			1	беседа
	4	Упражнения на середине зала	Правила исполнения упражнений для плеч, прыжков, наклонов головы и корпуса.			1	беседа
	5	Народный танец		Переводы рук из одной позиции в другую		1	просмотр
	6	Подготовка к «дробям»		правила исполнения притопов, ударов полупальцами, ударов каблуком		1	Практическо-игровые задания
	7	Народный танец		Русский поклон		1	просмотр
	8	Создание хореографической композиции	разговор о танцевал.			1	беседа

			композиц.				
	9	Народный танец		Простой поясной поклон на месте.		1	Практическо-игровые задания
10	1	Азбука музыкального движения	темп (быстро, медленно, умеренно). Муз. размеры: 2/4, 3/4, 4/4. быстрая медленная, веселая грустная			1	Практическо-игровые задания
	2	Народный танец		Простой поясной с движением правой руки к левой стороне груди, затем в III позицию, левая рука в подгот. положении.		1	просмотр
	3	Подготовка к «дробям»		выполнение простого притопа		1	Контроль
	4	Народный танец		позиции рук в русском народном танце		1	Практическо-игровые задания
	5	Создание хореографической композиции		Изучение Выхода танца «Русская пляска»		1	Практическо-игровые задания
	6	Упражнения на середине зала		Практические упражнения на правильность выполнения позиций рук		1	контроль
	7	Создание хореографической композиции		Изучение Ф1 и Ф2 танца «Русская пляска»		1	Практическо-игровые задания
	8	Хлопушки и трюки для мальчиков		правила исполнения одинарных ударов ладонью по бедру и голенищу.		1	просмотр

11	1	Азбука музык. движения		Маршировка в ритме музыки в разных ракурсах		1	Практическ. задание
	2	Народный танец		Положения рук в парах, в круге		1	просмотр
	3	Подготовка к «дробям»		выполнение простого и двойного притопа		1	Практическо-игровые задания
	4	Создание хореографической композиции		Изучение Ф3 и Ф4 танца «Русская пляска»		1	Практическо-игровые задания
	5	Народный танец		Движения рук. Раскрытие и закрытие.		1	просмотр
	6	Упражнения на середине зала		Правила исполнения упражнений для рук, позиций рук в русском народном танце		1	контроль
	7	Создание хореографической композиции		Изучение Ф5 танца «Русская пляска»		1	Просмотр
	8	Хлопушки и трюки для мальчиков		правила исполнения одинарных ударов ладонью по бедру и голенищу.		1	Контроль
12	1	Создание хореографической композиции		Изучение Финала танца «Русская пляска»		1	Контроль исполнения упражнений
	2	Народный танец		всевозможные взмахи и качания платочком, прищелкивания пальцами		1	Практическо-игровые задания
	3	Подготовка к «дробям»		выполнение ударов полупальцами		1	просмотр
	4	Хлопушки и трюки для мальчиков		выполнение движений, подготовка к «Крокодильчик»		1	Контроль исполнения упражнений
	5	Народный танец		движения рук с платочком: взмахи в	Утренни к ко	1	Практическо-игровые

				положении присогнутой руки в локтевом суставе перед собой	Дню матери		задания
	6	Упражнения на середине зала		Разминочные упражнения для плеч, наклонов головы и корпуса		1	Практическо- игровые задания
	7	Народный танец		развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», «ковырялочка».		1	Контроль исполнения упражнений
	8	Создание хореографичес кой композиции		Изучение Выхода танца «Барыня»	Зимние забавы	1	Просмотр
	9	Народный танец		Позиции ног: выворотные	Промеж уточная аттестат	1	Просмотр
01	1	Создание хореографичес кой композиции		Изучение Ф1 и Ф2 танца «Барыня»		1	Просотр
	2	Народный танец		Позиции ног: прямые		1	Просмотр
	3	Подготовка к «дробям»		выполнение ударов полупальцами		1	Просмотр
	4	Хлопушки и трюки для мальчиков		выполнение движений, подготовка к «Крокодилчик»		1	Практическ. игровые задания
	5	Народный танец		подскоки с продвижением вперед, назад и вокруг себя, подскоки на двух ногах.		1	Контроль
	6	Создание хореографичес кой композиции		Изучение Ф3 и Ф4 танца «Барыня»		1	Просмотр
	7	Народный		Подскоки вокруг		1	Практическ.за

		танец		себя			дание
	8	Народный танец		приставные шаги в сторону двойные		1	Просмотр
02	1	Создание хореографической композиции		Изучение Ф5 танца «Барыня»		1	Контроль
	2	Народный танец		Подскоки в парах		1	Просмотр
	3	Подготовка к «дробям»		выполнение ударов полупальцами		1	Просмотр
	4	Народный танец		припадания по I прямой позиции, вокруг себя		1	Контроль
	5	Создание хореографической композиции		Изучение Финала танца «Барыня»		1	Просмотр
	6	Народный танец		Припадания по I прямой позиции, вокруг себя и в сторону		1	Просмотр
	7	Упражнения на середине зала		Практические упражнения на правильность выполнения позиций рук		1	Просмотр
	8	Народный танец		выполнение движения «ключ» простой		1	Просмотр
03	1	Создание хореографической композиции		Изучение Выхода танца «Сени, мои сени»		1	Просмотр
	2	Народный танец		выполнение движения «ключ» с переступаниями		1	Практическ. задание
	3	Подготовка к «дробям»		выполнение ударов каблуком		1	Контроль
	4	Народный танец		«ковырялочка» вперед и назад		1	просмотр
	5	Упражнения на середине зала		Поднимание на полупальцах, приседание вниз на полупальцах по 6 позиции		1	Практическо-игровые задания

	6	Народный танец		«ковырялочка» с двойным притопом, тройным притопом.		1	просмотр
	7	Создание хореографической композиции		Изучение Ф 1 и Ф 2 танца «Сени, мои сени»		1	просмотр
	8	Народный танец		выполнение упражнения «пружинка с поворотом»	Ко Дню 8 марта	1	просмотр
04	1	Создание хореографической композиции		Изучение Ф 3 и Ф 4 танца «Сени, мои сени»		1	просмотр
	2	Упражнения на середине зала		Подскоки на месте и с продвижением		1	Контроль
	3	Подготовка к «дробям»		выполнение ударов каблуком		1	промотр
	4	Народный танец		выполнение упражнения «пружинка с поворотом»		1	просмотр
	5	Создание хореографической композиции		Изучение Ф 5 танца «Сени, мои сени»		1	просмотр
	6	Народный танец		приставные шаги в сторону одинарные		1	Практическо-игровые задания
	7	Подготовка к «дробям»		выполнение ударов каблуком		1	Практическ.задание
	8	Создание хореографической композиции		Изучение Финала танца «Сени, мои сени»		1	Практическо-игровые задания
05	1	Создание хореографической композиции		Репетиция номеров		1	Контроль
	2	Народный танец		Закрепление изученного материала		1	Просмотр
	3	Создание хореографической		отработка движений, соблюдение эмоционального		1	Просмотр

		композиции		содержания танца			
	4	Подготовка к «дробям»		Каблучные упражнения		1	Просмотр
	5	Создание хореографической композиции		Показ изученного материала		1	Просмотр
	6	Итоговое занятие		Творческое отчётное мероприятие с показом выученного материала	Аттестация	1	Просмотр
итого						72	