

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
Шороховская средняя общеобразовательная школа  
Исетского района Тюменской области

РАССМОТРЕНО  
на заседании методического  
совета протокол № 1  
от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора школы  
№ 202 от 31.08.2023 г.  
 Н.А. Загидуллина

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
Направление – художественное  
**«В мире танца»**

**Возраст обучающихся:** 7-17 лет  
**Срок реализации программы:** 1 год  
**Объём программы:** 68 часов  
**Автор-составитель:**  
Латышева Алена Сергеевна  
**Должность:**  
Педагог дополнительного образования

с. Шорохово,  
2023 г.

## **Пояснительная записка**

Нормативно-правовая база:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 № 52831)
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 года №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (зарегистрированного от 18.12.2020 №61573).
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)).
- Письмо Минобрнауки России от 18 августа 2017 г. № 09-1672 «О направлении методических рекомендаций по организации содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности.
- Требования к дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам и методические рекомендации по их применению (ИМЦ РМЦ РЕАЛИЗАЦИЯ ПРИОРИТЕТНОГО ПРОЕКТА «Доступное дополнительное образование для детей» на территории Тюменской области. /Автор-составитель: Хохлова Светлана Викторовна, к.п.н., заместитель директора по дополнительному образованию ГАУ ДО ТО «Дворец творчества и спорта «Пионер», Тюмень, 2017)

**Основной вид деятельности по программе:** кружок

**Актуальность:**

Искусство хореографии вносит определенный вклад в художественно-эстетическое воспитание детей. Занятия танцами учат красоте и выразительности движений, формируют правильную осанку, развивают музыкальность и чувство ритма. Хореография оказывает комплексное воспитательное влияние на физическую и духовную культуру человека. Скромностью, вежливостью, чувством меры обладает не каждый взрослый человек. Танец оказывает большое влияние на формирование внутренней культуры человека, особенно ребенка, обучает правил поведения, хорошим манерам, культуре общения между людьми. Занятия танцем помогают воспитывать волевые качества и характер человека.

Танец - это источник эстетического удовлетворения. Человек, который хорошо танцует, испытывает неповторимые ощущения от свободы и легкости своих движений, от умения владеть своим телом, его радует точность, красота, пластичность, с которыми он исполняет сложные танцевальные движения и па. В танцевальном искусстве красота и совершенство форм неразрывно связано с красотой внутреннего содержания танца. В этом единстве заключена сила его воспитательного воздействия. С помощью классического танца, мы можем обеспечить такие условия для человеческой деятельности, которые помогают

раскрыть ребенку его творческий потенциал и нравственные возможности личности.

Данная программа является актуальной для МАОУ Шороховская СОШ, т.к. данный вид творчества является популярным среди обучающихся 1-11 классов и их родителей (на основании проведенного тестирования), а также данный вывод можно сделать, проанализировав кружковую работу в школе.

### **Особенности программы:**

Направленность программы «Хореография» по содержанию является художественно-эстетической; по функциональному предназначению – досуговой, учебно-познавательной и общекультурной; по форме организации – групповой, кружковой, для самостоятельных коллективов, общедоступной.

Особенность программы состоит в том, что большая часть урока, опирается на партерный экзерсис и также предусмотрены отдельные блоки по различным танцевальным направлениям.

Педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

Цель программы: приобщение детей к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

Для достижения поставленной цели при разработке и реализации программы «В мире танца» предусматривается решение следующих основных задач:

- **Образовательные:**
  - развивать познавательный интерес к хореографическому искусству;
  - обучить основным танцевальным элементам, позициям рук и ног;
  - познакомить с историей танцевального искусства и современными танцевальными направлениями;
  - обучить умению создавать простые танцевальные «связки».
- **Развивающие:**
  - развивать деловые качества, такие как самостоятельность и ответственность;
  - развивать креативное мышление, потребность к творческой деятельности;
- **Воспитательные:**
  - формировать устойчивый интерес к хореографическому искусству, умению работать в коллективе, стремлению к достижению поставленной цели и самосовершенствованию;
  - способствовать воспитанию нравственных, эстетических и личностных качеств, доброжелательности, трудолюбия и ответственности;
  - расширить интерес к работам хореографов в различных танцевальных направлениях.

**Категории воспитанников:** обучающиеся МАОУ Шороховской СОШ с 1 по 11 класс, программа разделена с учетом возрастных особенностей на 1-4 классы и 5-11 классы.

**Формы организации деятельности обучающихся на занятии:** групповая, кружковая.

**Методы обучения:** наглядные, практические, репродуктивные.

**Типы занятий:** комбинированные, практические, теоретические, репетиционные, тренировочные.

**Объём программы:** 68 часов для каждой группы.

**Срок освоения программы:** 1 учебный год.

**Режим занятий:** по 2 занятия в течение 34 учебных недель, продолжительность каждого занятия – 1 час.

**Форма обучения:** очная.

**Планируемые результаты:**

**Предметные:**

- Умение грамотно и выразительно исполнять изученные движения классического, народного, бального танцев;
- Чувствовать характер и темп музыки, двигаясь в такт музыкального сопровождения;
- знать позиции рук и ног, положения рук и корпуса в паре, усвоить танцевальную «терминологию»;

**Метапредметные:**

- Иметь навыки актерской выразительности, изображая разные виды настроения человека, повадки животных и птиц и т.д.;

**Личностные:**

- Определение детьми и подростками своей жизненной позиции, своих личностных качеств и изменений;
- Желание детей и подростков использовать приобретенные умения деятельности в коллективе в постпрограммный период;
- Высокий уровень развития детского коллектива.

**Мониторинг результатов:** входной, текущий, промежуточный, итоговый

- Опрос учащихся по пройденному материалу;
- Наблюдение за учащимися во время занятий и выступлений;
- Мониторинг результатов по окончанию курса обучения;
- Контроль соблюдения техники безопасности;
- Привлечение учащихся к выступлениям на школьном и районном уровнях;
- Танцевальные игры с заданиями;
- Выполнение контрольных упражнений.

# 1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

## 1-4 класс

№ п/п	Тематическое планирование	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Техника безопасности	1	0,5	0,5	Контроль выполнения техники безопасности
2	Партерная гимнастика	12	1	11	Контроль выполнения танцевальных связок и упражнений
3	Упражнения на ориентировку в пространстве	10	1	9	Контроль выполнения танцевальных упражнений
4	Упражнения для разминки	10	1	9	Контроль выполнения танцевальных упражнений
5	Классический танец	10	1	9	Контроль выполнения танцевальных связок и упражнений
6	Народный танец	10	1	9	Контроль выполнения танцевальных связок и упражнений
7	Танцевальные этюды, танцы: - сюжетный танец «Лето»	3	-	3	Контроль выполнения танцевальных связок и упражнений
8	Подготовка к итоговому контрольному занятию.	5	0,5	4,5	Контроль выполнения танцевальных связок и упражнений
9	Итоговое контрольное	2	0,5	1,5	Концерт

	занятие.				
10	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей	5	0,5	4,5	Контроль выполнения танцевальных связок и упражнений
ИТОГО:		68	7	61	

### 5-11 класс

№ п/п	Тематическое планирование	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности	1	0,5	0,5	Контроль выполнения техники безопасности
2.	Партерная гимнастика	10	1	9	Контроль выполнения танцевальных связок и упражнений
3.	Элементы уличного танца	10	1	9	Контроль выполнения танцевальных связок и упражнений
4.	Элементы народно-сценического танца	10	1	9	Контроль выполнения танцевальных связок и упражнений
5.	Элементы эстрадного танца	15	1	14	Контроль выполнения танцевальных связок и упражнений
6.	Работа над репертуаром	10	1	9	Контроль выполнения танцевальных связок и упражнений, репетиции
7.	Творческая деятельность	12	-	12	Контроль

					выполнения танцевальных связок и упражнений, концерт
ИТОГО:		68	5,5	62,5	

2. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

1-4 класс

Месяц	Число	Время проведения занятия	Количество часов	Содержание занятия	Мероприятия за рамками учебного плана
			1	Вводное занятие. Техника безопасности	
			12	Партерная гимнастика	
			10	Упражнения на ориентировку в пространстве	
			10	Упражнения для разминки	
			10	Классический танец	

			10	Народный танец	
			3	Танцевальные этюды, танцы: - сюжетный танец «Лето»	
			5	Подготовка к итоговому контрольному занятию	
			2	Итоговое контрольное занятие	
			5	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей	

**5-11 класс**

[illegible]

			10	Элементы уличного танца	
			10	Элементы народно- сценического танца	
			15	Элементы эстрадного танца	
			10	Работа над репертуаром	
			12	Творческая деятельность	


### 3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА

#### 1. Вводное занятие.

На данном занятии дети узнают, что такое танец. Откуда идут его истоки? Как овладевают этим искусством? Узнают о том, как зародился танец, какие бывают танцы, в чем их отличие. Знакомятся с тем, что необходимо для занятий танцем (танцевальная форма, обувь). Чем дети будут заниматься на протяжении учебного года.

#### 2. Партерная гимнастика.

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Экзерсис бывает партерный, классический, народно-характерный, джазовый и в стиле «модерн» Партерный экзерсис - это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп.

#### 3. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Данная тема позволит детям познакомиться с элементарными перестроениями и построениями (такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг и др.), научит детей четко ориентироваться в танцевальном зале и находить свое место. В дальнейшем, повторяя и закрепляя этот раздел, дети научатся в хореографических этюдах сменять один рисунок на другой.

#### 4. Упражнения для разминки.

Данный раздел поможет детям подготовиться к началу занятия, разовьет у ребенка чувство ритма, умение двигаться под музыку. Послужит основой для освоения детьми различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по программе «В мире танца».

#### 5. Народный танец.

В данном разделе дети будут знакомиться с элементами народного танца: позициями и положениями рук и ног, с различными танцевальными движениями, познакомятся с танцевальными перестроениями. Каждый учебные год внесет свои изменения в процесс освоения материала. После освоения комплекса различных движений дети будут знакомиться с танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях. А из этих комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды. Занятия народным танцем позволят детям познакомиться с основами актерского мастерства, помогут, развить в них более раскрепощенную личность.

#### 6. Классический танец.

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно, владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями (battement tendu, demi plie и др.), познакомятся с квадратом А.Я.Вагановой. с каждым учебным годом к более простым танцевальным движениям будут добавляться более сложные. В финале ознакомления детей с данным разделом им предлагается разучить танцевальные этюды.

#### **7. Бальный танец.**

В раздел «бальный танец» включены такие танцевальные элементы как: подскоки, раг польки, раг вальса. Дети научатся держать корпус и руки согласно тому времени, к которому относятся исполняемые танцевальные движения, постараются перенять манеру исполнения танцев того времени. Во время занятий бальным танцем большое внимание будет уделяться работе в паре, что имеет большое значение для данного вида искусства. На этих занятиях могут быть использованы различные атрибуты, например, веера, шелковые платочки, шляпы и др. Также, как и после знакомства с предыдущими разделами детям предлагается изучить и исполнить этюды «Полька», «Вальс», «Чарльстон».

#### **8. Эстрадный танец.**

В ходе изучения данного раздела, обучающиеся знакомятся с различными элементами эстрадного танца. Эстрадный танец является синтезом различных жанров, которые развиваются, зарождаются и совершенствуются. Кроме того, эстрадный танец особо выражает музыкальность, эмоциональность и творческое воображение. В ходе изучения данного танцевального жанра, обучающиеся могут на основе изученных движений различных подстилей эстрадного танца формировать небольшие комбинации-связки, обыгрывая их сюжетно.

### **4. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

1. Инструкции по технике безопасности;
2. Видеоуроки;
3. Разработки танцевальных связок и игр;
4. Рекомендации по проведении занятий;

#### **Виды дидактических материалов:**

1. Схематический (схемы, рисунки и др.);
2. Звуковой (аудиозаписи);
3. Смешанный (видео);
4. Дидактические пособия;
5. Обучающие прикладные программы;
6. Тематические подборки материалов.

### **5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

Перечень основных составляющих элементов:

- упражнения на развитие основных танцевальных умений и навыков;
- основные танцевальные шаги;
- упражнения для головы, плеч, рук, корпуса, наклоны, круговые движения;
- упражнения на развитие выносливости, танцевального шага;
- основные танцевальные элементы;
- техника исполнения, движения и комбинации;

- рисунки выученных танцев.

Промежуточный и текущий контроль выполняется в форме традиционных для обучающихся отметок:

Отметку «5» можно поставить обучающимся:

- Если он исчерпывающе знает объем учебной программы;
- Правильно выполняет пройденные движения и упражнения;
- Умеет точно, устойчиво, гибко и мягко выполнять всевозможные учебные задания;

- Двигательный аппарат сильный, выносливый, гибкий и легкий;
- Яркой исполнительской индивидуальностью.

Отметку «4» можно поставить ученику:

- Хорошо знает объем учебной программы;
- Довольно правильно выполняет пройденные движения и упражнения;
- Умеет хорошо, устойчиво, гибко и мягко выполнять всевозможные учебные задания;

- Хорошим творческим воображением;
- Неплохой исполнительской индивидуальностью.

Отметку «3» можно поставить ученику:

- Если он удовлетворительно знает объем учебной программы.
- Если он удовлетворительно знает правила выполнения изученных движений.

- Хорошо справляется с выполнением простейших движений и заданий.
- Хорошо относится к повседневной работе.
- Достаточно музыкален, творчески активен.
- Но исполнительная индивидуальность (включая и внешние данные) не отличается примечательными свойствами.

### **Перечень информационного и материально-технического обеспечения программы**

Для реализации ДООП «В мире танца» в МАОУ Шороховская СОШ имеется следующая материально-техническая база:

- Зал, оборудованный зеркалами и станками для занятий хореографией;
- Музыкальные колонки;
- Гимнастические коврики;
- Спортивный инвентарь (скакалки, обручи, утяжелители, фитнес-резинки, гантели).

### **Список литературы**

1. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

2. Золотарева А.В. Концептуальные и организационные основы дополнительного образования детей: учебное пособие / авт. Золотарева А.В., Мухамедьярова Н.А., Пикина А.Л., Тихомирова Н.Г.; под ред. А.В. Золотаревой. - Ярославль: РИО ЯГПУ, 2014. - С. 225-226.

3. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).

4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ / сост. И.Н. Попова, С.С. Славин. – М.: ФГАУФИРО, 2015
5. «Танцевальная мозаика» / сост. Слуцкая С.Л. - М.: Линка – Пресс, 2016.
6. «Танцетерапия»/ сост. Андреева Ю.А. - М.; Диля 2015
7. Хореография в спорте / сост. Шипилина И.А. – Москва, 2010.(переиздано)