



МБОУ Ельнинская СШ № 1 им. М.И.Глинки

<p>Рассмотрено на заседании методического совета Протокол № 01 от 31.08.2023 г.</p> 	<p>Утверждаю И.о. директора МБОУ Ельнинская № 1 им. М.И.Глинки</p>  <p>О.В. Архипова Приказ № _____ от 31.08.2023 г.</p>
---	---

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Мир танца»**

**Направленность программы: художественная**

Возраст детей: 11– 13 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Ворошилова Вероника Николаевна,  
педагог дополнительного образования

Ельня, 2023 г.

## Пояснительная записка

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Мир танца» разработана в соответствии с требованиями к разработке рабочих программ и имеет художественную направленность.

Хореография – искусство синтетическое, в ней музыка живёт в движении, приобретает осязательную форму, а движения как бы становятся слышимыми. В последнее время национально-культурные традиции, которые являются источником формирования морально-этических норм и связывают народ с историческими корнями, требуют сохранения и развития. В «век гиподинамии», когда дети проводят большое количество времени сидя за партой, за компьютером или просто у телеэкрана, занятия хореографией становятся особенно востребованными.

Актуальность программы заключается в том, что, во-первых, танец – это движение, которое развивает физическую силу, выносливость, ловкость, формирует фигуру; во-вторых – искусство, развивающее художественное воображение, ассоциативную память, творческие способности посредством народного танца. Таким образом, хореография является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир танца» разработана в соответствии с требованиями к программам дополнительного образования детей и имеет художественную направленность.

**Актуальность** программы заключается в том, что, во-первых, танец – это движение, которое развивает физическую силу, выносливость, ловкость, формирует фигуру; во-вторых – искусство, развивающее художественное воображение, ассоциативную память, творческие способности детей. Таким образом, хореография является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности.

Хореографическое искусство, обладая определенным набором специальных, выразительных средств, объединяет другие искусства: музыку, литературу, изобразительное искусство, дизайн сценического костюма и т.д. Его многогранность дает возможность проявить себя, создает условия для самовыражения в различных творческих направлениях.

Занятия в детском хореографическом коллективе позволяют не только приобщить детей к танцевальному искусству, но еще и раскрывают перед ними его многообразие и красоту, воспитывают эмоциональную отзывчивость, прививают основные навыки в умении слушать музыку и передавать ее образное содержание. Кроме того благодаря многогранности танцевального искусства,

ребенок получает возможность удовлетворения своих творческих и образовательных потребностей, духовного и интеллектуального развития.

Программа направлена на вооружение воспитанников знаниями основ хореографического искусства, развитие артистических, исполнительских способностей детей, высокого общефизического, социального, интеллектуального, нравственного уровня

### **Педагогическая целесообразность:**

Представив хореографию во всем ее многообразии, дав возможность ребенку попробовать себя в различных направлениях, мы тем самым открываем более широкие перспективы для самоопределения и самореализации. Учитывая требования современного дополнительного образования, данная программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей:

- развитие мотивации детей к познанию и творчеству;
- содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе;
- приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусству;
- сохранение и охрана здоровья детей;
- ориентацию на индивидуальные особенности воспитанника,
- бережное сохранение и приумножение таких важных качеств ребенка, как инициативность, самостоятельность, фантазия, самостоятельность

**Цель программы** – раскрытие и реализация творческого потенциала обучающихся, развитие детской одаренности в хореографии.

### **Задачи:**

#### **Обучающие:**

- формировать понятие об основных направлениях музыкального искусства (классическое, народное, эстрадное и т.д.)
- знакомить с жанрами хореографии;
- реагировать на темповые и динамические изменения в музыке;
- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами.
- обучать навыкам правильного и выразительного движения в области классической, народной и современной хореографии;
- добиваться легкости, естественности и непринужденности в выполнении всех движений;
- упражнять детей легко и непринужденно действовать с различными предметами под музыку;
- обучать детей приемам актерского мастерства;
- стимулировать и поощрять творческие способности детей, предлагая придумать новые варианты в играх, элементы танцевальных движений, комбинируя их, учить эмоционально передать игровые образы, учить составлять несложные композиции;

#### **Развивающие:**

- способствовать укреплению здоровья и общему физическому развитию ребенка;
- способствовать проявлению оздоровительное воздействие на детский организм;
- формировать умение свободно ориентироваться в пространстве;

- способствовать укреплению мышц, правильному формированию опорно-двигательного аппарата;
- осуществлять контроль за правильным дыханием детей во время движений;
- развивать физические качества: устойчивость, гибкость, ловкость, быстроту, выносливость;
- способствовать правильному развитию техник танца, шага, прыжка и т.д.

#### **Воспитательные:**

- воспитывать устойчивый интерес к учебной деятельности в хореографическом коллективе;
- прививать художественный вкус;
- формировать потребности здорового образа жизни;
- воспитывать патриотические чувства – чувство гордости за свою страну, любви к традициям и культуре своего народа;
- способствовать воспитанию уважения и чувства дружбы к народам различных национальностей, умения действовать в коллективе, умения правильно оценить свои действия и действия сверстников;
- способствовать развитию дружеских отношений в коллективе.

#### **Планируемые результаты освоения программы**

##### **Предметные результаты:**

Обучающиеся должны:

- знать основы техники безопасности на учебных занятиях и концертной площадке;
- знать принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности;
- уметь исполнять танцевальные номера;
- владение различными танцевальными движениями, упражнениями на развитие физических данных;
- владение навыками ансамблевого исполнения танцевальных номеров;
- владение навыками сценической практики;
- владение навыками музыкально-пластического интонирования;
- владение навыками сохранения и поддержки собственной физической формы.
- владение первичными знаниями основных эстетических и стилевых направлений в области хореографического искусства, выдающихся отечественных и зарубежных произведений в области хореографического искусства;
- знать основных средств выразительности хореографического и музыкального искусства.

**Метапредметными результатами освоения программы** является формирование универсальных учебных действий (УУД).

В сфере **познавательных УУД** обучающиеся научатся :

- самостоятельно работать с информацией, подбирать и анализировать специальную литературу;
- самостоятельно пользоваться компьютерными источниками информации ;
- правильно формулировать цели исследования, планировать свою деятельность;

В сфере **коммуникативных УУД** обучающиеся научатся:

- правильно формулировать свое мнение, донести его до слушающих;
- умело вести полемику, вступать в диалог, участвовать в дискуссии;

В сфере **регулятивных УУД** обучающиеся научатся:

-ставить учебную цель, планировать ее реализацию, организовывать свое рабочее место;

-сознательно соблюдать правила безопасности на занятии;

**Личностными результатами** освоения программы являются:

-формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения в транспорте и правил поведения на дорогах;

-развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

-формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;

- развитие памяти, внимания, волевых качеств, трудолюбия, терпения.

**Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:**

- Участие в концертах;

- Участие в районных и городских конкурсах и концертах (по желанию и возможности воспитанников и организаторов)

**Особые условия реализации программы**

Принимаются все желающие независимо от уровня подготовки, при отсутствии медицинских противопоказаний для занятий по выбранному направлению.

## Учебный план

№	Наименование раздел, тем	Количество часов			Формы аттестационного контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	1	-	Опрос
2	Упражнения для развития танцевальной техники с элементами гимнастики	6	1	5	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
3	Детский сюжетный танец	2	1	1	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
4	Народно-сценический танец	2	1	1	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
5	Современный эстрадный танец	2	1	1	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
6	Танцевальные импровизации	2	1	1	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
7	Постановочно - репетиционная работа	16	-	16	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
8	Концертная деятельность	3	-	3	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
	Итого	34	6	28	

### Содержание учебного плана

#### 1. Вводное занятие.

**Теория** Инструктаж по технике безопасности -1 час

#### 2. Упражнения для развития танцевальной техники с элементами гимнастики

**Теория** Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов- 1 час

#### **Практика**

Постановка корпуса. Ходьба и бег. Прыжки-1 час

Фигурная маршировка-1 час

Экзерсис на середине зала-1 час

Упражнения с предметами-1 час

Балетная гимнастика-1 час

#### 3. Детский сюжетный танец

**Теория** Детский сюжетный танец. Композиция сюжетного танца – 1 час

**Практика** Отработка элементов детского сюжетного танца -1 час

#### 4. Народно-сценический танец

**Теория** Элементы народно – сценического танца. Теория: особенности положения корпуса, рук. Хоровод, его рисунки. Притоп. Шаг с притопом в сторону. Тройной притоп -1 час

**Практика** Отработка элементов классического танца – 1 час

#### 5. Современный эстрадный танец

**Теория** Основы современного эстрадного танца. Отличие эстрадного танца от других направлений хореографии -1 час

**Практика** Отработка элементов эстрадного танца - 1 час

#### 6. Танцевальные импровизации

**Теория** Понятия: пространство, время, уровни, значение импровизации -1 час

**Практика** Основы партнеринга.(импровизация в паре). Игры зеркало, тень. Импровизация в пространстве через контакт запястий, переход в нижний уровень (партер), добавление других частей тела в контакт. Парная работа с импульсами, на доверие. Передача веса – ладонь в ладонь, плечами, спиной, переходы между частями тела, совместные наклоны и уходы в партер; импровизация в группе. Задание на повторение по 4 человека в «ромбиках» (просто повторение со сменой ведущего, выход из игры, заимствования у соседней группы, перемещение всей группой по пространству, ускорение темпа, переход в разные уровни по пространству). «Включение» тела сверху-вниз и снизу вверх; рисование линий ногами, корпусом, руками, заимствования, скорости Цепочки позировок всей группой по диагонали, добавление тематики (птица, облако, кактус) и внутренний характер позировок; игра «Стань хореографом» - работа с образами - 1 час

### **7. Постановочно - репетиционная работа**

#### **Практика**

Отработка разученных комбинаций и номеров -1 час

Отработка разученных комбинаций и номеров -1 час

Отработка разученных комбинаций и номеров -1 час

Отработка разученных комбинаций и номеров -1 час

Постановочно – репетиционная работа -1 час

Постановочно – репетиционная работа -1 час

Постановочно – репетиционная работа -1 час

Постановочно – репетиционная работа -1 час

Постановочно – репетиционная работа -1 час

Постановочно – репетиционная работа -1 час

Постановочно – репетиционная работа -1 час

Постановочно – репетиционная работа -1 час

Постановочно – репетиционная работа -1 час

Концертная деятельность -1 час

Концертная деятельность -1 час

Концертная деятельность -1 час

## Календарный учебный график

№	Дата	Время	Тема занятия	Ко-во часов	Форма занятий	Форма контроля
1		17-00	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	Теоретическое занятие	Опрос
<b>Упражнения для развития танцевальной техники с элементами гимнастики</b>						
2		17-00	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	1	Теоретическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
3		17-00	Постановка корпуса. Ходьба и бег. Прыжки	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
4		17-00	Фигурная маршировка	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
5		17-00	Экзерсис на середине зала	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
6		17-00	Упражнения с предметами	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
7		17-00	Балетная гимнастика	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
<b>Детский сюжетный танец</b>						
8		17-00	Детский сюжетный танец. Композиция сюжетного танца.	1	Теоретическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
9		17-00	Отработка элементов детского сюжетного танца	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
<b>Народно-сценический танец</b>						
10		17-00	Элементы народно – сценического танца. Теория: особенности положения корпуса, рук. Хоровод, его рисунки. Притоп. Шаг с притопом в сторону. Тройной притоп.	1	Теоретическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
11		17-00	Отработка элементов классического	1	практическое занятие	Выполнение контрольных



			танца			заданий. Наблюдение
<b>Современный эстрадный танец</b>						
12		17-00	Основы современного эстрадного танца. Отличие эстрадного танца от других направлений хореографии.	1	Теоретическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
13		17-00	Отработка элементов эстрадного танца	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
<b>Танцевальные импровизации</b>						
14		17-00	Понятия: пространство, время, уровни, значение импровизации.	1	Теоретическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
15		17-00	Основы партнеринга.(импровизация в паре). Игры зеркало, тень. Импровизация в пространстве через контакт запястий, переход в нижний уровень (партер), добавление других частей тела в контакте. Парная работа с импульсами, на доверие. Передача веса – ладонь в ладонь, плечами, спиной, переходы между частями тела, совместные наклоны и уходы в партер; импровизация в группе. Задание на повторение по 4 человека в «ромбиках» (просто повторение со сменой ведущего, выход из игры, заимствования у соседней группы, перемещение всей группой по пространству, ускорение темпа, переход в разные уровни по пространству). «Включение» тела сверху-вниз и снизу вверх; рисование линий ногами, корпусом, руками, заимствования, скорости Цепочки позировок всей группой по диагонали, добавление тематики (птица, облако, кактус) и внутренний характер позировок; Игра «Стань хореографом» - работа с образами	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
<b>Постановочно - репетиционная работа</b>						
16		17-00	Отработка разученных	1	практическое	Выполнение

			комбинаций и номеров		занятие	контрольных заданий. Наблюдение
17		17-00	Отработка разученных комбинаций и номеров	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
18		17-00	Отработка разученных комбинаций и номеров	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
19		17-00	Отработка разученных комбинаций и номеров	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
20		17-00	Постановочно – репетиционная работа.	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
21		17-00	Постановочно – репетиционная работа.	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
22		17-00	Постановочно – репетиционная работа.	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
23		17-00	Постановочно – репетиционная работа.	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
24		17-00	Постановочно – репетиционная работа.	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
25		17-00	Постановочно – репетиционная работа	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
26		17-00	Постановочно – репетиционная работа. «Баю, баюшки, баю»	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
27		17-00	Постановочно – репетиционная работа	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
28		17-00	Постановочно – репетиционная работа.	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
29		17-00	Постановочно – репетиционная работа	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий.

						Наблюдение
30		17-00	Постановочно – репетиционная работ	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
31		17-00	Постановочно – репетиционная работа	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
32		17-00	Концертная деятельность	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
33		17-00	Концертная деятельность	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение
34		17-00	Концертная деятельность	1	практическое занятие	Выполнение контрольных заданий. Наблюдение

### **Методическое обеспечение программы**

В программе представлены различные разделы, которые объединяет постановочная и концертная деятельность, позволяющая учебно-воспитательному процессу быть более привлекательным, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей.

Методическое обеспечение программы содержит необходимые информационные ресурсы для ведения качественного образовательного процесса и представлено в виде фоно- и видео - медиатеки, тематической литературы, методических разработок занятий, аудио материалы с фонограммами, а также:

- DVD материалы с записями выступлений творческого объединения;
- DVD и видео материалы с записями выступлений известных хореографических коллективов.
- альбом с фотографиями выступлений творческого объединения

#### **Материально-техническое обеспечение:**

Занятия проводятся в кабинете (актовом зале), соответствующем требованиям ТБ, пожарной безопасности, санитарным нормам. Кабинет (зал) Имеет хорошее освещение. В наличии имеется аптечка с медикаментами для оказания первой медицинской помощи.

Для успешной реализации программы обеспечены условия необходимые для реализации программы:

- танцевальный станок;
- зеркальная стена;
- репетиционная форма;
- танцевальная обувь;
- музыкальный центр;
- коврики;

#### **Основные методы работы с обучающимися:**

- словесный (устное изложение материала)
- иллюстрированный (просмотр видео и наглядных материалов)
- репродуктивный (практическое изучение материала по образцу педагога)

Формы организации образовательного процесса: индивидуально-групповая.

Формы организации учебного занятия: практическое и теоретические занятия, концерты, праздники, беседы.

В процессе обучения по данной программе используются следующие педагогические технологии: дифференцированного обучения, развивающего обучения, здоровьесберегающие технологии, технологии игровой деятельности, ИКТ-технологии.

#### Список литературы.

1. А.Я. Ваганова. Основы классического танца. – С.Пб., 2000.
2. Т.А.Барышникова. Азбука хореографии. – М., 1994.
3. С.Ю. Бардина. Балет – уроки. 0 М., 1994.
4. И.Бурмистрова, К. Сигаева, Школа танца для юных. – М. Эксмо, 2003.
5. Т.Ткаченко. Народные танцы.- М., 1975ю
6. П.Т. Левченко. Учите детей танцевать. – М. 2001.
7. Н.И. Тарасов. Классический танец. - М., 1981.
8. В.С. Костровицкая. 100 уроков классического танца.- Л., 1986.
9. И.И. Бахран, Р.Н. Дорохов. Физическое развитие детей 6 – 17 лет. Медицина, подросток и спорт. – Смоленск, 1995.
10. А.А. Климов. Основные русского народного танца. – М.: МГИК 1994.