

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«Увинская средняя общеобразовательная школа № 1»

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора МОУ

«Увинская школа №1»

от 23.05.2023 г. № 144

Директор \_\_\_\_\_ Л.В.Морозова

РАССМОТРЕНО

на заседании методического объединения

Протокол № 4 от 24.04.2023г

ПРИНЯТО

на заседании педагогического совета

Протокол № 14 от 23.05.2023г

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Танцы»

Возраст учащихся: 8-12 лет

Срок реализации программы: 1 год.

Автор программы:  
Кашменских Юлия Михайловна

п.Ува, 2023

## **Пояснительная записка**

Настоящая программа имеет **художественную направленность** и предназначена для развития творческих способностей учащихся.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцы» составлена в составлена с нормативными документами и не противоречит законодательству Российской Федерации.

**Актуальность программы** состоит в том, что обучение танцу строится с учетом индивидуальных и психофизиологических особенностей каждого ребенка; танец рассматривается как способ развития основных познавательных процессов личности ребенка и его эмоционально-волевой сферы.

### **Отличительные особенности программы**

- Совместное творчество педагога и детей в процессе постановки танцевальных композиций (педагог предлагает идею танца, детали и движения придумываются совместно), что способствует повышению творческой инициативы у детей.
- Разнообразный жанровый и стилевой материал.

### **Адресат программы**

Программа дополнительного образования «Танцы» представляет систему творческих и развивающих занятий для детей в возрасте от 8 до 12 лет.

Состав группы постоянный, набор свободный, группа 10-15 человек.

### **Объем программы - 34 часа.**

### **Формы организации образовательного процесса**

Формы организации учебной деятельности: коллективная (изучение нового материала), групповая (проучивание отдельных комбинаций), индивидуальная (отработка движений, с которыми возникли сложности).

Занятия рассчитаны на коллективную, групповую и индивидуальную работу. Они построены таким образом, что один вид деятельности сменяется другим. Это позволяет сделать работу детей динамичной, насыщенной и менее утомительной.

Методы и приёмы организации деятельности на занятиях ориентированы на усиление самостоятельной практической и умственной деятельности, на развитие навыков контроля и самоконтроля, а также познавательной активности детей.

Задания носят не оценочный, а обучающий и развивающий характер. Поэтому основное внимание на занятиях обращено на такие качества ребёнка, развитие и совершенствование которых очень важно для формирования полноценной самостоятельно мыслящей личности. Это - внимание, восприятие, воображение, различные виды памяти и мышление. С каждым занятием задания усложняются: увеличивается объём материала, нарастает темп выполнения заданий, сложнее становятся выполняемые рисунки.

### **Сроки освоения программы**

Программа рассчитана на 1 год.

### **Режим занятий**

Одно занятие в неделю по 40 минут.

В результате этих занятий ребята достигают значительных успехов в своём развитии, они многому научаются и эти умения применяют в дальнейшей деятельности, что приводит к успехам.

### **Цель программы**

Овладение ребенком искусства современной хореографии.

### **Задачи:**

- 1) Создать условия для развития творческой активности детей, участвующих в танцевальной деятельности
- 2) Совершенствовать артистические навыки детей в плане переживания и воплощения образа, а также их исполнительские умения.
- 3) Ознакомить детей всех возрастных групп с различными видами танцев.
- 4) Приобщить детей к танцевальной культуре, обогатить их танцевальный опыт.

**Учебно- тематический план**

| №п/п | № | Название раздела, темы                                  | Количество часов |          |           | Формы аттестации и контроля |
|------|---|---|------------------|----------|-----------|-----------------------------|
|      |   |   | Всего            | Теория   | Практика  |                             |
|      |   | <b>Раздел 1 «Ритмика, элементы музыкальной грамоты»</b> |                  |          |           |                             |
| 1    |   | Вводное занятие. Инструктаж.                            |                  | 1        | 0         | -                           |
| 4    |   | Построения и перестроения.                              |                  | 1        | 3         | -                           |
| 5    |   | Слушание музыки.  |                  | 1        | 2         | -                           |
| 6    |   | Гимнастика.   |                  | 1        | 6         | -                           |
| 9    |   | <b>Раздел 3 «Танец»</b>                                 |                  |          |           | -                           |
| 10   |   | Детские балльные и народные танцы.                      |                  | 1        | 4         | -                           |
| 11   |   | Образные танцы (игровые).                               |                  | 1        | 3         | -                           |
| 12   |   | Постановка танцевальных композиций.                     |                  | 1        | 2         | -                           |
|      |   | <b>Раздел 5 «Творческая деятельность»</b>               |                  |          |           | -                           |
| 15   |   | Игровые этюды.  |                  | 1        | 2         | -                           |
| 16   |   | Музыкально – танцевальные игры.                         |                  | 1        | 3         | -                           |
|      |   | Итоговое занятие  |                  |          |           | <b>Итоговая диагностика</b> |
|      |   | <b>Итого:</b>   | <b>34</b>        | <b>9</b> | <b>25</b> |                             |

**Содержание учебно-тематического плана**

| №  | Раздел/тема   | Теория                                 | Практика  |
|----|---|--|---|
| 1. | <b>Раздел 1 «Ритмика, элементы музыкальной грамоты»</b> |  |   |
| 11 | Вводное занятие. Инструктаж.                            | Инструктаж.                            |   |
| 22 | Элементы музыкальной грамоты.                           |  | Работа над музыкальным восприятием. Исполнение движений в соответствии с музыкальным произведением. художественное и выразительное исполнение музыки. |
| 33 | Музыкально – ритмические упражнения.                    |  | Музыкально - ритмические упражнения. Работа над развитием музыкальности: развитие умений координировать движений с музыкой.                           |
| 44 | Построения и перестроения.                              |  | Построения и перестроения. Работа над развитием музыкальности: развитие умений координировать движений с музыкой.                                     |
| 55 | Слушание музыки.  | Слушание и разбор танцевальной музыки. | Работа над развитием музыкальности: формирование восприятия музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально – слуховых представлений,    |
| 66 | Гимнастика.   |  | Силовые и пластические упражнения; упражнения для гибкости и выносливости.  |

|     |  |   |  |
|-----|--|---|--|
|     | <b>Раздел 2 «Танцевальная азбука»</b>  |   |  |
| 77  | Элементы Классического танца.          |   | Изучение основных позиций и движений классического, бального танца.<br>Упражнения нас развитие тела, технического мастерства, культуры движений, осанки, развитие гибкости и координации движений.   |
| 88  | Элементы Народно – сценического танца. |   | Изучение основных позиций и движений народно - характерного танца.<br>Упражнения нас развитие тела, технического мастерства, культуры движений, осанки, развитие гибкости и координации движений.  |
|     | <b>Раздел 3 «Танец»</b>                |   |  |
| 99  | Детские бальные и народные танцы.      | Изучение народных плясок, исторических и современных бальных танцев. Знакомство с происхождением танца, с его отличительными особенностями, композиционным построением, манерой исполнения и характером музыкального сопровождения. | В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль эпохи и национальный характер танца. Занятия историко-бытовым и бальным танцем органически связано с усвоением норм этики, выработки высокой культуры, общения между людьми. В программный материал по изучению историко-бытового танца входит: <ul style="list-style-type: none"> <li>• усвоение тренировочных упражнений на середине зала,</li> <li>• ритмические упражнения,</li> <li>• разучивание танцевальных композиций.</li> </ul> В танцах определённой композиции отмечается количество фигур, частей и количество тактов. Далее идёт усвоение учащимися необходимых специфических движений по степени сложности. После этого разученные элементы собираются в единую композицию. Народно-сценический танец изучается на протяжении всего курса обучения и имеет важное значение для развития художественного творчества и танцевальной техники у учащихся. На первом этапе дети изучают простейшие элементы русского танца, упражнения по народно-сценическому танцу, изучаются в небольшом объёме и включаются в раздел «танцевальная азбука». Занятия по народному танцу включают в себя: тренировочные упражнения, сценические движения на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции. <p>Изучение элементов современной пластики. В комплекс упражнений входит:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• партерная гимнастика;</li> <li>• тренаж на середине зала;</li> </ul> |
| 110 | Образные танцы (игровые).              |   |  |

|   |                                     |   |   |
|---|-------------------------------------|---|---|
|   |                                     |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• танцевальные движения;</li> <li>• композиции различной координационной сложности.</li> </ul>   |
| 111   | Постановка танцевальных композиций. |   | Постановка танца, отработка движений без музыки под счёт. Отработка движений под музыку. Разучивание рисунка танца, ритмичности, слаженности. Отработка рисунка танца, отработка движений. Отработка связок. Отработка художественной выразительности танца.  |
| <b>Раздел 4 «Беседы по хореографическому искусству»</b> |                                     |   |   |
| 112   | История балета.                     | Беседы по хореографическому искусству проводятся систематически в течение всего курса обучения; включает в себя лекции по истории русского балета, истории мирового балета, общие сведения об искусстве хореографии, её специфике и особенностях. | Цель занятий состоит в том, чтобы помочь учащимся ясно представить себе исторический путь развития хореографического искусства, его борьбу за прогрессивную направленность, самобытность и реализм, его связь с другими видами искусства. Беседы дополняются наглядными пособиями, прослушиванием или просмотром записей фрагментов из балетов, творческих концертов и т.д. |
|   | Танцы народов РФ.                   |   |   |
| <b>Раздел 5 «Творческая деятельность»</b>               |                                     |   |   |
| 113   | Игровые этюды.                      |   | Этюды с предметами (мяч, скакалка, обруч, шарф, лента и т. д.);<br>- этюды с использованием детских музыкальных инструментов (бубнов, колокольчиков, маракас, ложек, барабана и т. д.);<br>- музыкально-ритмические этюды и танцы, сочиненные самими учащимися;<br>- музыкально-ритмические игры (сюжетные и ролевые).  |
|   | Музыкально – танцевальные игры.     |   |   |
| 5   | <b>Итоговое занятие</b>             |   | Итоговая диагностика.   |

### Планируемые результаты

**Метапредметные результаты** - созданные хореографические композиции на основе эстрадного и современного репертуара. Выступление и участие в мероприятиях и концертах.

**Личностные результаты.** Выпускник кружка – это творчески активная личность, развивающаяся гармонично, со своей яркой индивидуальностью, высоким уровнем двигательной обученности, обладающая следующими качествами:

1. Красиво, легко и непринужденно двигаться, выполнять движения различного ритмического рисунка, соотносить движения с характером музыки;
2. Ориентироваться в пространстве и перестраиваться в нем;
3. Участвовать в коллективной сценической работе;
4. Внимательно относиться друг к другу, искренне радоваться достижениям своих товарищей, желание помочь им в преодолении встречающихся трудностей.

### Предметные результаты.

1. Порядок и правильность исполнения движений танцевальной разминки;
2. Методически и музыкально точно исполнять танцевальную разминку;
3. Уметь слушать и анализировать танцевальную музыку, двигаться под музыку;

4. Легко, музыкально, эмоционально исполнять проученные танцы;

Календарный учебный график с 01.09.2023г. по 25.05.2024г.

| Месяц    | Недели обучения |       | Количество часов/из них на контроль |      |      |      |      | Аттестация учащихся | Каникулярный период |
|----------|-----------------|-------|-------------------------------------|------|------|------|------|---------------------|---------------------|
|          |                 |       | № группы/год обучения               |      |      |      |      |                     |                     |
|          |                 |       | №1/1                                | №2/1 | №3/1 | №4/1 | №5/1 |                     |                     |
| сентябрь | 1               | 4-8   | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 2               | 11-15 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 3               | 18-22 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 4               | 25-29 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
| октябрь  | 5               | 2-6   | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 6               | 9-13  | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 7               | 16-20 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 8               | 23-27 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 9               | 30-03 | -                                   | -    | -    | -    | -    |                     |                     |
| ноябрь   | 10              | 06-10 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 11              | 13-17 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 12              | 20-24 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 13              | 27-01 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
| декабрь  | 14              | 04-08 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 15              | 11-15 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 16              | 18-22 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 17              | 19-23 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 18              | 25-29 | -                                   | -    | -    | -    | -    |                     |                     |
| январь   | 19              | 01-05 | -                                   | -    | -    | -    | -    |                     |                     |
|          | 20              | 08-12 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 21              | 15-19 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 22              | 22-26 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
| февраль  | 23              | 29-02 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 24              | 05-09 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 25              | 12-16 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 26              | 19-22 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
| март     | 27              | 26-01 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 28              | 04-07 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 29              | 11-15 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 30              | 18-22 | -                                   | -    | -    | -    | -    |                     |                     |
| апрель   | 31              | 25-29 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 32              | 01-05 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 33              | 08-12 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 34              | 15-19 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 35              | 22-26 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
| май      | 36              | 29-30 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 37              | 06-08 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    |                     |                     |
|          | 38              | 13-17 | 1                                   | 1    | 1    | 1    | 1    | Итоговая аттестация |                     |
|          | 39              | 20-24 | -                                   | -    | -    | -    | -    |                     |                     |

|                                 |    |    |    |    |    |  |  |
|---------------------------------|----|----|----|----|----|--|--|
| <b>Всего учебных недель</b>     | 34 | 34 | 34 | 34 | 34 |  |  |
| <b>Всего часов по программе</b> | 34 | 34 | 34 | 34 | 34 |  |  |

### **Условия реализации программы**

Для реализации данной программы имеется актовый зал для занятий танцами; форма для занимающихся (футболка, лосины или спортивные штаны, чешки, балетки (кроссовки, для определенных танцевальных направлений))

### **Формы аттестации/ контроля**

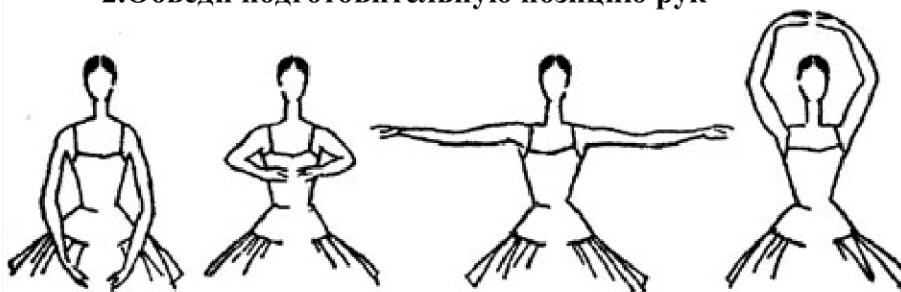
Для отслеживания результатов предусматривается форма контроля в форме теста.

### **Тест**

#### **1. Определи позицию ног: обе ступни, соприкасаются внутренними сторонами стоп**

- А) 1
- Б) 3
- В) 6

#### **2. Обведи подготовительную позицию рук**



#### **3. Что означает положение головы «ан фас»**

- А) Прямо
- Б) Вполоборота
- В) Боком

#### **4. Общепринятое французское название для движения ног, которое по-русски обозначается словом “приседание”.**

- А) Plie (Плие)
- Б) Battement tendu (Батман тандю)
- В) Arabesques (Арабеск)

#### **5. От чего зависит ритмический рисунок и темп танца**

- А) От характера музыки
- Б) От инструментов, которые звучат в мелодии.
- В) От названия мелодии

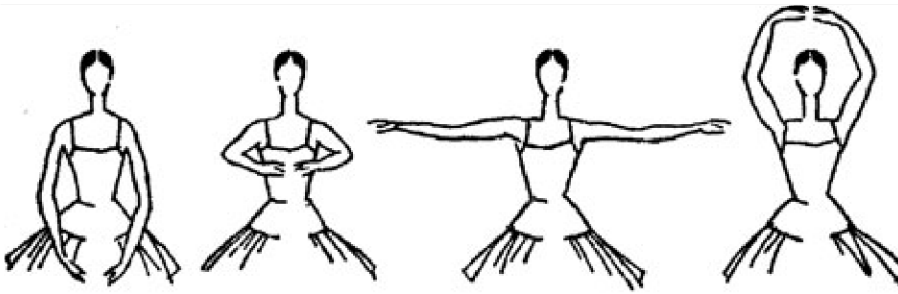
#### **6. Определи позицию ног: ступни, плотно прилегая, закрывают друг друга. Пятка одной ноги соприкасается с носком другой.**

- А) 2
- Б) 5
- В) 6

#### **7. Физические упражнения направленные на развитие эластичности всех мышц, связок и суставов.**

- А) Вращения
- Б) Прыжки
- В) Растяжка

#### **8. Обведи 3 позицию рук**



9. Герой какого классического балета изображен на рисунке



- А) «Щелкунчик»
- Б) «Жизель»
- В) «Лебединое озеро»

10. Танец четырех исполнителей, классический квартет.

- А) Pas de deux [па дэ дэ]
- Б) Pas de trios [па дэ трук]
- В) Pas de quatre [па дэ катр]

11. Термин в классическом танце, означающий высокий прыжок.

- А) Баланс
- Б) Аллегро
- В) Элевация

12. Название элемента экзерсиса



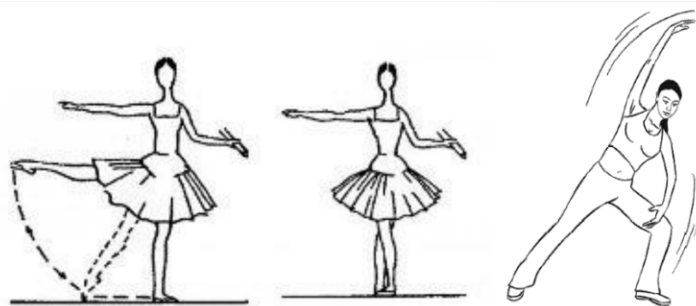
- А) Батман фραπε
- Б) Пор де бра вперед
- В) Сюрле ку де пье (основное положение ноги на щиколотке впереди)

13. Музыкальный размер (м/р)

- А) Определяет количество долей в одном такте.
- Б) Определяет длительность всей мелодии.
- В) Определяет длительность одного музыкального такта.

14. Grand battement (Грандбатман)





А) **15. Древнейшей формой народного танца в России является**

- А) танец-песня  
 Б) кадрили  
 В) хоровод

**Ответы:**

- |     |      |
|-----|------|
| 1.в | 9. а |
| 2.а | 10.в |
| 3.а | 11.б |
| 4.а | 12.в |
| 5.а | 13.б |
| 6.б | 14.а |
| 7.в | 15.в |
| 8.г |      |

**Оценочные материалы**

- 15-13 баллов – высокий уровень;
- 12-10 баллов – уровень выше среднего;
- 9-7 баллов – средний уровень;
- 6-5 баллов – низкий уровень.

**Методические материалы**

В процессе обучения по данной образовательной программе используются следующие основные методы и формы обучения:

- 1) Словесный метод (объяснение, замечание)
- 2) Наглядность (личный показ педагога)
- 3) Практический метод (выполнение движений)

**Рабочая программа воспитания**

Рабочая программа воспитания представляет собой систему воспитательной работы с обучающимися по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе "Танцы" имеет художественную направленность и предназначена для развития творческого потенциала и танцевальных способностей учащихся. Программа реализует следующие воспитательные задачи: воспитание духовно-нравственных качеств у детей, культуру поведения средствами танцевально-эстетической деятельности.

**Календарный план воспитательной работы**

| № | Инвариантная часть                    | Название мероприятия (тема)  | Срок (месяц)        |
|---|---------------------------------------|--|---------------------|
| 1 | Работа с родителями                   | Презентация объединений дополнительного образования                  | сентябрь            |
|   |                                       | Праздничная программа, посвященная дню матери «Мамочка, любимая»     | ноябрь              |
|   | <b>Вариативная часть</b>              | <b>Название мероприятия (тема)</b>                                   | <b>Срок (месяц)</b> |
| 1 | Мероприятия в МОУ «Увинская школа №1» | Праздничная программа, посвященная Дню учителя «Любимый наш учитель» | октябрь             |

|  |  |  |        |
|--|--|--|--------|
|  |  | Праздничные мероприятия, посвященные Международному женскому дню | март   |
|  |  | Фестиваль науки и творчества                                     | апрель |

### Список литературы

1. Андрианова Н.З. Особенности методики преподавания эстрадного танца. Научно-методическая разработка. – Москва: 1999 г.
2. Кудрявцева Т.С. «Исцеляющее дыхание по Стрельниковой А.Н.», ООО «ИД РИПОЛ классик», 2006 г.
3. Михайлова М.А. Развитие музыкальных способностей детей. – Ярославль, 1997 г.
4. Прокопенко Н.К. Авторская программа дополнительного образования детей «Планета детства», 2009 г.
5. Стрельникова А.Н. Дыхательная гимнастика/электронная книга.
6. Суязова Г.А. Программа дополнительного образования детей «Мир танцевального искусства» . – Изд. «Учитель», 2009 г.
7. Юдина Е.И. Азбука музыкально – творческого саморазвития. – Москва, 1994 г.