

Муниципальное казенное образовательное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества»
пгт Санчурск Кировской области

РАССМОТРЕНА
на заседании педагогического совета
Протокол №1
от 30.08.2024 г

УТВЕРЖДАЮ:
директор МКОУ ДО
«Центр детского творчества»
пгт Санчурск Кировской области
З. М. Немихина
Приказ № 20 от 30.08.2024 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«В ритме танца»**

Возраст обучающихся: 8-12 лет
Срок реализации: 4 года

Составитель:
Шургина Светлана Сергеевна
педагог дополнительного образования

пгт Санчурск
2024 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Любой, пусть даже самый маленький, ребенок - прежде всего творческая личность. Дети по своей природе очень восприимчивы, эмоциональны и впечатлительны. Но им обязательно нужно как-то выразить свои переживания, чувства и мысли. Каждый ребенок по-своему ищет пути самовыражения: многие дети лепят, других привлекают музыкальные инструменты, третьи удивительно красиво и пластично двигаются. Вот тут главное - не заглушить, не «забить» эти наклонности в ребенке, а постараться помочь ему.

Программа «**В ритме танца**» составлена на основе программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Хореографический кружок» и с учётом следующих документов:

- Закона об образовании в РФ от 21.12.2012г;
- Устава образовательного учреждения;
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Тип программы – модифицированная

Направленность -художественная

Новизна данной программы состоит в том, что она представляет собой синтез классической, народной и современной хореографии, то есть широкий спектр хореографического образования. Содержание программы даёт возможность выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области.

Актуальность:

Актуальность предлагаемой образовательной программы определяется запросом со стороны детей и их родителей на изучение предмета «Хореография». Минимальные материально-технические условия для реализации программы на базе МКОУДО «ЦДТ» имеются.

Педагогическая целесообразность:

Хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия хореографией не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластичное развитие, формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотную манеру поведения в обществе. Танец является средством удовлетворения детских потребностей в двигательной активности, духовных потребностей, средством катарсического высвобождения сдерживаемых, социально нежелательных чувств и эмоций, средством самовыражения внутреннего мира человека. Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания, танец раскрывает и растит духовные силы, развивает эмоциональный интеллект.

Цель программы: приобщение школьников к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов.

Задачи программы:

Обучающие

Научить владеть своим телом и знать его возможности;

Научить основным движениям классического, историко-бытового, русского, эстрадного, бального танцев;

Научить импровизировать под музыку;

Развивающие

Развивать выразительность, пластичность, общую культуру движений;

Развивать чувство ритма, умение двигаться под музыку;

Развивать воображение;

Развивать коммуникативные качества личности, умение работать в коллективе, сотрудничать со всеми членами объединения;

Воспитательные

Воспитывать исполнительскую выразительность;

Воспитывать внутреннюю культуру личности;

Воспитывать музыкальный вкус.

Цель первого года программы: адаптация детей к новым условиям, к учреждению и группе; знакомство с предметом «Хореография».

Задачи:

- Научить, хлопками, изображать ритмический рисунок;
- Выражать содержание, характер музыки;
- Научить правильной постановке корпуса;
- Познакомить с позициями ног, рук;
- Познакомить с простыми движениями хореографического экзерсиса;.

Целью второго года обучения является развитие танцевальных способностей членов объединения, сознательное приобретение знаний и умений.

Задачи:

- Продолжать развивать чувство ритма, пластику;
- Продолжать развивать воображение;
- Повышать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц и связок;
- Наращивать силу мышц через партерный экзерсис;

Цель третьего года обучения – активное применение полученных знаний, умений и навыков на практике, совершенствование танцевального мастерства.

Задачи:

- Продолжать способствовать развитию ритмичности;
- Развивать навыки актерской выразительности;
- Учить исполнять все пройденные элементы в более быстром темпе и более развернутых комбинациях.
- Учить овладевать правилами исполнения пройденных упражнений и учить самостоятельно их показать и объяснить.

Отличительные особенности программы:

Развитие творческих и коммуникативных способностей обучающихся на основе их собственной творческой деятельности является отличительной чертой данной программы. Такой подход, направленный на социализацию и

активизацию собственных знаний, актуален в условиях необходимости осознания себя в качестве личности, способной к самореализации, что повышает и самооценку обучающегося, и его оценку в глазах окружающих.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы:

Возраст детей по программе «В ритме танца» 8-12 лет. В объединение принимаются дети в начале учебного года (сентябрь) на добровольных началах, без предварительного отбора и конкурса, согласно письменным заявлениям родителей.

Сроки реализации программы:

Программа рассчитана на 4 года обучения.

Оптимальное количество детей - 16 человек в группе.

Занятия проходят:

- первый год обучения - 4 часа в неделю, 144 часа в год;
- второй год обучения - 4 часа в неделю, 144 часа в год;
- третий год обучения - 4 часа в неделю, 144 часа в год;
- четвёртый год обучения - 4 часа в неделю, 144 часа в год.

Формы организации деятельности:

- индивидуальная;
- групповая;
- фронтальная.

Приёмы обучения:

- Словесные – рассказ, беседа;
- Наглядные – схемы, рисунки, показ педагога, видеофильмы;
- Практические – тренировочные упражнения, самостоятельная работа, творческие задания.

Методы обучения

- Объяснительно-иллюстративный
- Репродуктивный
- Частично-поисковый
- Творческий
- Проблемный

Формы проведения занятий:

- Учебное занятие
- Беседа
- Игра - путешествие

- Концерт
- Творческий отчёт
- Праздник
- Открытое занятие

Режим занятий:

- первый год обучения - 2 раза в неделю по 2 часа.
- второй год обучения - 2 раза в неделю по 2 часа.
- третий год обучения - 2 раза в неделю по 2 часа
- четвёртый год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа

Каждый учебный год неразрывно связан с последующим. В зависимости от возраста меняются виды деятельности, формы и методы работы, структура занятия. Но единой нитью через 3 года обучения проходит знакомство с основами хореографии, совершенствование ЗУН в области хореографии. Некоторые темы по годам обучения повторяются, но содержание работы постоянно дополняется и усложняется.

После окончания курса обучения учащиеся должны:

- Получить представления о том, как танцевальное движение выражает внутренний мир человека, что красота танца - это совершенство движений и линий человеческого тела, выразительность, легкость, сила, грация.
- Получить общие сведения об искусстве хореографии, его специфике и особенностях.
- Знать специальную терминологию из разделов программы.
- Уметь выполнить движения классического, русского народного, историко-бытового, бального танцев.
- Овладеть навыками общения, быстро адаптироваться в новых условиях, чувствовать себя комфортно в любой обстановке.
- Получить развитие индивидуальных творческих способностей.
- Воспитать в себе такие качества, как отзывчивость, стремление помочь; чувство собственного достоинства, уверенность.

Формы подведения итогов реализации программы :

Входной контроль осуществляется при приеме детей в объединение. Педагог оценивает обучающегося по следующим критериям: внешние

данные, физические возможности, чувство ритма, музыкальность, внимание, такт. К мальчикам предъявляются минимальные требования, так как они менее охотно, чем девочки, идут в танцевальный коллектив.

Текущий контроль действует на протяжении всего учебного года. Контроль осуществляется по результатам выполнения учебных заданий и по степени участия в концертной деятельности. В конце каждой темы-раздела проводится контрольное занятие.

В конце 1 полугодия проводится **промежуточный контроль** в форме класс-концерта или участия в творческом конкурсе

Итоговый контроль выполняется в конце каждого года обучения в форме отчётного концерта или участия в мероприятиях различного уровня

Учебно – тематический план 1 год обучения

№ п/п	Разделы	Общее количество часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	2	1	1
2.	Ритмопластика	20	-	20
3.	Азбука музыкального движения	20	-	20
4.	Движение и фантазия	20	-	20
5.	Игровой стретчинг	20	-	20
6.	Танцы	42	-	42
7.	Воспитательная работа	20	-	20
	Итого:	144 часа	1	143

2 год обучения

№ п/п	Разделы	Общее количество часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	2	1	1
2.	Ритмопластика	20	-	20
3.	Игровой стретчинг	20	-	20
4.	Движение и фантазия	20	-	20
5.	Партерный экзерсис	20	-	20
6.	Танцы	42	-	42
7.	Воспитательная работа	20	-	20
	Итого:	144 часа	1	143

3 год обучения

№ п/п	Разделы	Общее количество часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	2	1	1
2.	Введение в хореографию	20	-	20
3.	Движение и фантазия	20	-	20
4.	Историко-бытовой и бальный танец	20	-	20
5.	Партерный экзерсис	20	-	20
6.	Танцы	42	-	42
7.	Воспитательная работа	20	-	20
	Итого:	144 часа	1	143

4 год обучения

№ п/п	Разделы	Общее количество часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	2	1	1
2.	Движение и фантазия	20	-	20
3.	Элементы классического танца	20	-	20
4.	Русский народный танец	20	-	20
5.	Партерный экзерсис	20	-	20
6.	Танцы	42	-	42
7.	Воспитательная работа	20	-	20
	Итого:	144 часа	1	143

Содержание изучаемого курса 1 год обучения

Содержание	Теория	Практика
1. Вводное занятие «Готовимся к занятию».	Правила поведения на занятии. Инструктаж по технике безопасности.	Тестирование физических возможностей.
2. Ритмопластика	Понятия: «темп», «ритм», «музыкальный размер», «контраст». Правила исполнения движений, упражнений.	«Чувство ритма», «Формирование осанки», «Шея», «Руки», «Плечи», «Туловище», «Ноги», «Бег», «Прыжки» Пластический этюд: «Дерево», «Цветы», «Кошка», «Лягушка», «Змея», «Олень», «Лебедь», «Цапля», «Пингвин».
3. Азбука музыкального движения	Правила исполнения движений, упражнений	«Песня, танец, марш» «Марш» «Пространственно— музыкальные упражнения» «Танцевальный шаг» «Танцевальные шаги в образе» (олень, журавль) «Танцевальные шаги в образе» (кошка, птичка) «Музыкальный размер 2/4» «Музыкальный размер 4/4» «Музыкальный размер 3/4»
4. Движение и фантазия	Особенности и правила исполнения движений.	А) <i>Импровизация:</i> «Считалочка», «Ручеек», «Бабочка», «Мячик», «Море». Б) <i>Перевоплощение:</i>

		«Клоун», «Обезьяна», «Волшебники», «Снежинки», «Хозяюшки».
5. Игровой стретчинг	Понятие: «стретчинг» Правила исполнения движений.	Комплекс упражнений на растяжку мышц, связок, сухожилий в игровой форме: «Деревце», «Весёлый жеребёнок», «Звёздочка», «Поза воина», «Домик», «Пушка», «Ракета», «Самолёт», «Качели», «Солнышко», «Стрела» и др.
6. Танцы.	Знакомство с содержанием постановки, с ее сюжетом, с характерами образов.	«Казачок», «Веселая прогулка», «Лошадки», «Чебурашка», «Хочу — не хочу», «Ладочки», «Школьная», «Забава», «Вертушка», «Переходный вальс», «Вару — вару», «Модный рок», «Паровозик», «Тук — тук», «Стирка».
7. Воспитательная работа.		Проведение массовых мероприятий, посвященных знаменательным датам. Выступления на сцене РЦКиД, школы, ЦДТ и др.

2 год обучения

Содержание	Теория	Практика
1. Вводное занятие: «Танец – это радость» «Мои возможности»	Правила поведения на занятии. Инструктаж по технике безопасности.	Тестирование физических возможностей.
2. Ритмопластика	Правила исполнения движений, упражнений.	«Шейный отдел позвоночника» «Плечевые суставы» «Локтевые суставы» «Кисти и предплечья» «Голени и стопы» «Позвоночник» «Тазобедренный сустав» «Коленные суставы» «Растяжка» «Танцевальный шаг» «Осанка» «Прыжки со скакалкой»
3. Движение и фантазия	Правила выполнения движений, заданий.	«Танец с веером» «Танец с тростью» «Танец с куклой» «Танец с воздушным шариком» «Танец с зонтиком» «Спортивный танец»

		<p>«Танец с другом» «Танцевальный батл».</p>
4. Игровой стретчинг	Правила исполнения движений.	<p>Комплекс упражнений на растяжку мышц, связок, сухожилий в игровой форме: «Дерево», «Весёлый жеребёнок», «Звёздочка», «Поза воина», «Домик», «Пушка», «Ракета», «Самолёт», «Качели», «Солнышко», «Стрела» и др.</p>
5. Партерный экзерсис.	Особенности и правила исполнения движений.	<p>«Позиции ног, рук, ступней» «Releve» «Поворот ног» (en dehors, en dedans) «Голова и руки» «Endehors, endedans» «Passe» «Passeireleve» «Passe de cote ireleve» «Port de bras» «Passe en lair» «Корпус - поясница» «Battement en avant» «Battementdecote» «Корпус» «Battementenavant одновременным подниманием корпуса» «Battementdecote с одновременным подниманием корпуса»</p>

		<p>«Tenduendehors» «Ноги и стопы» «Эластичность корпуса» «Passetenduendehors» «Наклоны» «Battement вперед с подъемом корпуса» «Rondejamb» «Adagio» «Упражнение на напряжение и расслабление мышц тела»</p>
5.Танцы.	<p>Особенности и правила исполнения движений. Знакомство с содержанием постановки, с ее сюжетом, с характерами образов.</p>	<p>«Тик — так», «Лебедушка», «Улыбка», «Белорусская полька», «Вальс дружб», «Школьный вальс», «Стаккато», «Элвис рок». «Диско — свинг», «Автомобиль», «Мим»,«Азбука».</p>
6.Воспитательная работа.		<p>Проведение массовых мероприятий, посвященных знаменательным датам. Выступления на сцене РЦКиД , школы, ЦДТ и др.</p>

3 год обучения

Содержание	Теория	Практика
1. Вводное занятие: «Мои возможности, мои достижения».	Правила поведения на занятии. Инструктаж по технике безопасности.	Диагностика физических возможностей.
2. Введение в хореографию	Понятие: «экзерсис», «выворотность», «arabesques», «aplomb». Правила исполнения движений, упражнений.	«Азбука хореографии» «Аplomb» «Позиции ног» «Позициирук» «Demi plie» «Battement tendувсторону» «Battement tendujetевсторону» «Позы» (4-е формы arabesque)
3. Историко-бытовой и бальный танец	Происхождение танцев, их название.	Танцы: «Полька», «Полонез», «Падеграс», «Падепатинер», «Менуэт», «Гавот», «Мазурка», «Вальс», «Ча-ча-ча», «Рок-н-ролл», «Джайв» (положение в парах, построение пар на сценической площадке, изучение основного хода)
4. Движение и фантазия.	Особенности и правила исполнения движений.	«Танцевальный образ на веселую и на грустную музыку» («Цирк», «Скворушка») «Зима»

		<p>«Весна» «Лето» «В лесу» «Импровизируем»</p>
5. Партерный экзерсис	Особенности и правила исполнения движений.	<p>В более быстром темпе: «Releve» «Поворотной» (en dehors, en dedans) «Голова и руки» «Endehors, endedans» «Passe» «Passeireleve» «Passe de cote и releve» «Port de bras» «Passe en lair» «Корпус - поясница» «Battement en avant» «Battementdecote» «Корпус» «Battementenavant одновременным подниманием корпуса» «Battementdecote с одновременным подниманием корпуса» «Tenduendehors» «Ноги и стопы» «Эластичность корпуса» «Passetenduendehors» «Наклоны» «Battement вперед с подъемом корпуса»</p>

		<p>«Rondejamb» «Adagio» «Упражнение на напряжение и расслабление мышц тела»</p>
6.Танцы.	Особенности и правила исполнения движений.	<p>«Русский лирический», «Сударушка», «Оляндра», «Эстонский вальс», «Деснянка», «Калинка», «Рилио», «Кремена», «Встреча», «Йоксу — полька.</p>
7.Воспитательная работа.		<p>Проведение массовых мероприятий, посвященных знаменательным датам. Выступления на сцене РЦКиД, школы, ЦДТ и др.</p>

4 год обучения

Содержание	Теория	Практика
1. Вводное занятие: «Мои возможности, мои достижения».	Правила поведения на занятии. Инструктаж по технике безопасности.	Диагностика физических возможностей.
2. Движение и фантазия	Особенности и правила исполнения движений.	«Друзья», «Непогода», «Калейдоскоп», «Планета желаний», «Загадки», «Гусеница», «Карнавал», «Радуга», «Друг без друга».
3. Элементы классического танца	Французская терминология классического экзерсиса. Правила выполнения движений.	«Постановка корпуса» «Постановка ног» (I, II, III, V позиции) «Постановка рук» (подготовительное положение, I, II, III позиций) «Battement tendu» (в сторону, вперед по I, III, V позиции) «Demi rond de jambe par terre» (en dehors, en dedans) «I – e port de bras» «Положение ноги surlecou – depied» (условное) «Battement frappe» «Battement releve l ant на 45°» (в сторону, вперед) «Повороты на двух ногах по IV позиции по 1/4 круга» «I port de bras»

<p>4. Русский народный танец</p>	<p>Отличие народного танца от классического, народного экзерсиса от классического. Терминология.</p>	<p>«Позиции ног» «Позиции рук» «Танцевальный шаг» (с носка) «Танцевальный шаг» (с пятки) «Притоп» «Ковырялочка» (без подскока) «Шаг с притопом» (в сторону) «Тройной притоп» «Легкие прыжки» «Выдвижение ноги на каблук» «Переменный шаг вперед» «Вращение» (на подскоках по 1/4 круга на 2 подскоках) «Припадание» (по III позиции на месте) «Припадание» (по I позиции с продвижением в сторону) «Полуприсядка»</p>
<p>5. Партерный экзерсис</p>	<p>Особенности и правила исполнения движений.</p>	<p>В более быстром темпе: «Releve» «Поворот ног» (en dehors, en dedans) «Голова и руки» «Endehors, endedans» «Passe» «Passeireleve» «Passe de cote ireleve» «Port de bras» «Passe en lair»</p>

		<p>«Корпус - поясница» «Battement en avant» «Battementdecote» «Корпус» «Battementenavant одновременным подниманием корпуса» «Battementdecote с одновременным подниманием корпуса» «Tenduendehors» «Ноги и стопы» «Эластичность корпуса» «Passetenduendehors» «Наклоны» «Battement вперед с подъемом корпуса» «Ronddejamb» «Adagio» «Упражнение на напряжение и расслабление мышц тела»</p>
6.Танцы.	Особенности и правила исполнения движений.	<p>«Мы танцуем», «Ку — ка - ре — ку», «Самбарино», «Современник», «Карнавал», «Комарики», «Кряк — кряк», «Эврика», «Манго», «Диско — джайв», «Восьмерка», «На дискотеке».</p>

7. Воспитательная работа.		Проведение массовых мероприятий, посвященных знаменательным датам. Выступления на сцене РЦКиД, школы, ЦДТ и др.
---------------------------	--	---

Материально - техническое обеспечение ОП:

- Наличие учебного кабинета;
 - Оборудование кабинета: зеркала, хореографический станок;
 - Техническое оснащение: ноутбук, музыкальные колонки;
 - Специальная форма: балетная или спортивная форма без жестких или мешающих элементов, не имеющая широких карманов и выступающих накладных деталей, позволяющая свободно выполнять движения, чистая и опрятная.
- Обувь мягкая (чешки, балетки, носки) без скользкой подошвы. Голова аккуратно причёсанная, без торчащих и болтающихся волос.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. — М., 2001
2. Березова Г. А. Классический танец в детских хореографических коллективах. — Киев, 1979
3. Бурмистрова И., Силаева К. Школа танцев для юных. — М., 2003
4. Ваганова А. Я. Основы классического танца. — СПб., 2002
5. Громов Ю. И. Работа педагога — балетмейстера в детском хореографическом коллективе. — М., 1963
6. Методика изучения основных элементов классического танца в самодеятельном хореографическом коллективе. — Л., 1988
7. Ритмика. Пермь, 1997
8. Северн Д. Учите вашего ребенка искусству балета на основе новой системы Бориса Князева. — М, 1990

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. — М., 2001
2. Бурмистрова И., Силаева К. Школа танцев для юных. — М., 2003
3. Северн Д. Учите вашего ребенка искусству балета на основе новой системы Бориса Князева. —

