

Министерство образования и науки Республики Татарстан  
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение  
«Мамадышский политехнический колледж»  
(ГАПОУ «Мамадышский политехнический колледж»)

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГАПОУ «Мамадышский ПК»  
Н.Н. Егоров  
«10 » июня 2025г.



Дополнительная  
Общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности по хореографии  
«Притяжение»

Возраст обучающихся: 15-20 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Вахрушева Вероника Евгеньевна,  
Педагог дополнительного образования

г. Мамадыш, 2025

## **Оглавление**

1.Пояснительная записка	3
2. Учебный план	9
3. Содержание учебного плана	11
4. Методическое, дидактическое и материально-техническое обеспечение реализации программы	13
5. Список литературы	15
Приложение	

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности по хореографии разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) нового поколения среднего специального образования. Содержание направлено на формирование общей культуры обучающихся, на их духовно-нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие, на создание основы для самостоятельной реализации учебной деятельности, обеспечивающей социальную успешность, развитие творческих способностей, саморазвитие и самосовершенствование, сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

Программа предусматривает обучение танцевальному искусству в объеме 7,2 часа в неделю.

В течение учебного года может иметь место корректировка рабочей программы.

В последнее время наблюдается возрастание потребности в одаренных, творчески настроенных педагогах, которые не только глубоко понимают педагогические задачи искусства в обществе, но и владеют необходимыми навыками работы с творческим коллективом, без чего невозможно дальнейшее развитие такой востребованной области художественного образования, как область хореографического искусства.

Особое значение приобретает взаимодействие традиционных и инновационных педагогических подходов к подготовке руководителей хореографических коллективов. К традиционным методам подготовки мы относим методы и рекомендации по изучению танцевальной техники, построения и разучивания танцевальных комбинаций, изучение истории становления и развития искусства танца, общее эстетическое развитие.

Инновационные методы включают в себя следующие компоненты: современные педагогические технологии, педагогические аспекты творческой деятельности, этнопедагогический подход к обучению, методы развития межличностного общения в коллективе.

В то же время такая востребованная область педагогики искусства, какой является творческая деятельность хореографических коллективов и, особенно, педагогические условия, сформированные на основе взаимодействия традиционных и инновационных методов, необходимых для успешной работы педагога-хореографа, пока еще не стали предметом специального научного исследования.

В данной программе мы обратились к двум группам педагогических теорий, на которых строится планирование педагога хореографического коллектива.

К первой группе относятся традиционные теории, к которым можно отнести изучение теории и истории хореографического искусства, а также теоретических основ хореографии. Важную роль играют также теории освоения техники, стиля, манеры исполнения основных элементов различных видов танца: народно-сценического, классического, историко-бытового, спортивного бального, модерн джаз-танца. Именно на модерн джаз-танце строится репертуарный план коллектива. Помимо практических занятий, проводятся теоретические: на занятиях «беседы о хореографическом искусстве» студенты знакомятся с историей возникновения танца и с основными хореографическими понятиями и терминами.

Вторую группу представляют инновационные теории, основанные на современном педагогическом подходе. В планировании своей деятельности мною были введены занятия по основам сценического искусства, сценического макияжа и актерского мастерства.

**Цель деятельности** хореографического коллектива: выявление и развитие способностей каждого студента, формирование духовно богатой, свободной, физически здоровой, творчески мыслящей личности, обладающей прочными базовыми знаниями по хореографии, личности, ориентированной на высокие нравственные ценности, способной в последующем на участие в духовном развитии общества. Для реализации данной цели необходимы следующие задачи:

**Задачи реализации** Программы хореографического коллектива:

- 1.Формирование физически здоровой личности;
- 2.Развитие творческих способностей студентов;

3.Формирование у подростков общечеловеческих норм морали (доброты, взаимопонимания, милосердия, веры в созидательные возможности человека, толерантности);

4.Воспитание активной жизненной позиции;

5.Воспитание культуры общения.

Курс не ставит своей задачей воспитывать профессиональных танцоров, однако дает возможность раскрыть и на хорошем уровне развивать танцевальные способности студентов.

### **Организационные условия реализации программы**

Реализация программы проводится в соответствии с основными педагогическими принципами:

- принцип системности (предполагает преемственность знаний, комплексность в их усвоении)
- принцип дифференциации (предполагает выявление и развитие у студентов склонностей и способностей по различным направлениям)
- принцип увлекательности (учитывает возрастные и индивидуальные особенности студентов)
- принцип коллективизма (способствует развитию разносторонних способностей и потребности отдавать их на общую радость и пользу)
- принцип междисциплинарной интеграции (литература и живопись, изобразительное искусство и технология, вокал и ритмика)
- принцип креативности (предполагает максимальную ориентацию на творчество студента, на развитие его психофизических ощущений, раскрепощение личности).

На теоретических занятиях даются основные знания, раскрываются теоретические обоснования наиболее важных тем, используются данные исторического наследия и передового опыта в области хореографического искусства и жизни в целом.

На практических занятиях изложение теоретических положений сопровождаются практическим показом самим преподавателем, даются основные

базовые движения хореографии. Во время занятий происходит доброжелательная коррекция. Педагог добивается того, чтобы все участники пытались максимально точно выполнить задание.

На индивидуальных занятиях работа проводится со студентами в количестве от 1 до 2 человек.

#### Ожидаемые результаты

В области предметных результатов:

- Знать основы различных стилевых систем танца;
- Воспроизводить ритмический рисунок;
- Концентрировать внимание;

Иметь запас танцевальных движений и уметь с их помощью передавать характер музыки.

В области метапредметных результатов:

- Иметь представления о различных направлениях хореографии
- Знать о нормах поведения на сцене и в зрительном зале

Иметь навыки общения контактности и доброжелательности при решении творческих задач

- Иметь интерес к культурным традициям и мероприятиям

В области личностных результатов:

- Самостоятельно ориентироваться в мире танцевальной эстетики
- Позитивно оценивать свои танцевальные способности и навыки.
- Быть ориентированным на успех

#### Формы:

- обучающее занятие;
- тренировочное занятие;
- коллективно – творческое занятие;
- контрольное занятие;
- индивидуальное занятие;
- беседы по истории танца;

- музыкальное занятие (прослушивание музыкального материала, беседы о музыке, музыкальные игры).

Все занятия тесно взаимосвязаны, дополняют друг друга. Знания, умения и навыки, приобретённые на занятиях хореографией, находят широкое применение на других занятиях в колледже.

### **Методы:**

- словесный (объяснение, замечание);
- наглядный (личный показ педагога);
- практический (выполнение движений).

### **Способы обучения**

- Занятия должны быть разнообразными как по содержанию (ритмические упражнения, задания на ориентировку, разучивание упражнений тренировочного характера, разучивание и повторение танцев), так и по набору применяемых методов.
- При повторении необходимо избегать однообразия, скуки, вносить в знакомое движение, танец элемент новизны, предъявлять новые требования, ставить новые задачи.
- Любое задание, которое предлагается выполнить студентами, должно соответствовать степени подготовленности к нему.
- Весь процесс обучения необходимо строить на сознательном усвоении знаний и навыков.
- Занятия должны идти в хорошем темпе, не следует долго отрабатывать одно и тоже движение, танец, долго объяснять, пытаясь научить всему сразу.
- На занятии следует закрепить все навыки, которые вырабатывались ранее, повторить пройденные движения и фигуры.

### **Основные дидактические правила:**

От лёгкого – к трудному.

От простого - к сложному.

От известного – к неизвестному.

Учитывать физическую подготовленность студентов.

Не допускать чрезмерной нагрузки.

Использовать элементы тренажа в соответствии с возможностями своего коллектива.

Структура занятий:

- 1.Подготовительная часть (разминка)
- 2.Основная часть (разучивание нового материала)
- 3.Заключительная часть (закрепление выученного материала)

## КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Содержательные линии	Разделы и темы программы	Кол-во часов		
		Всего	Из них практ. занят.	Дата провед.
<b>Азбука Музыкального движения</b>	<i>Теория. Мелодия и движение.</i>	<b>2</b>		
<b>Изоляция</b>	<i>Раздел I. Изоляция.</i>	<b>36</b>	<b>36</b>	
	1.1. Голова.	6	6	
	1.2 Грудная клетка.	6	6	
	1.3. Пельвис (тазобедренная часть)	6	6	
	1.4. Позиции рук, ног.	6	6	
	1.5. Мультиплекция.	6	6	
	1.6. Координация. Диагональ.	6	6	
<b>Партерная гимнастика</b>	<i>Раздел II. Партерная гимнастика.</i>	<b>30</b>	<b>30</b>	
<b>Основы классического танца</b>	<i>Раздел III. Основы классического танца.</i>	<b>70</b>	<b>70</b>	
	3.1. Позиции ног, рук.	48	48	
	3.2. Экзерсис на середине.	24	24	

	3.3. Прыжки	22	22	
<b>Беседы о хореографическом искусстве</b>	<i>Раздел IV. Беседы о хореографическом искусстве.</i>	<b>8</b>		
	4.1. Происхождение танца.	2		
	4.2. Развитие хореографического искусства.	2		
	4.3. Терминология.	4		
<b>Слушание музыки</b>	Слушание музыки.	<b>2</b>		
<b>Репертуар</b>	Изучение и отработка номеров (постановок)	<b>140</b>	<b>140</b>	
<b>Всего</b>		<b>288</b>		

## **Содержание программы**

### ***Раздел 1. «Азбука музыкального движения», (всего 2 часа)***

Цели:

- . Дать понятие «азбука музыкального движения»
- вызвать интерес студентов к хореографии
- приобщить студентов к искусству владения телом

Планируемый результат подготовки (уровень усвоения).

Знать: - иметь представление о мелодии и движении

- особенности контрастной музыки: быстрая - медленная, грустная - веселая

Уметь: - определить музыкальный размер 4/4, 2/4, 3/4

- слышать такт и затакт
- выделить слабую и сильную долю в музыке

### ***Раздел 2. «Изоляция», (всего 36 часов)***

Цель:

1. Добиться достаточной свободы позвоночника, чтобы совершать движения различных его частей

Планируемый результат подготовки (уровень усвоения).

Знать: - части-центры тела

- особенности частей-центров
- понятие изоляция

Уметь: - координировать части тела

- мультилицировать движения (раскладывать движение на составные части)

### ***Раздел 3. «Партерная гимнастика», (всего 30 часов)***

Цель:

1. Развитие гибкости тела

Планируемый результат подготовки (уровень усвоения).

Знать: способы развития гибкости тела

Уметь: - садиться на шпагат

- вставать на «мостик»

### ***Раздел 4. «Основы классического танца», (всего 70 часов)***

Цель:

1. Развитие танцевального шага и бега

Планируемый результат подготовки (уровень усвоения).

Знать: позиции и положения рук, ног, виды арабесков

Уметь: исполнять положения и позиции рук, ног в чистом виде

«Прыжки»

Цель:

1. Развитие прыжковой способности

Планируемый результат подготовки (уровень усвоения).

Знать: разновидности прыжков: с двух ног на две, с одной ноги на другую с продвижением, с одной ноги на ту же ногу, с двух ног на одну.

Уметь: правильно исполнять прыжки

#### ***Раздел 5. «Беседы о хореографическом искусстве», (всего 8 часов)***

Цели:

- 1.Приобщение к искусству хореографии, развитие художественного вкуса

- 2.Расширить представление о хореографии

Планируемый результат подготовки (уровень усвоения).

Знать: 1. хореографическую терминологию

2. лексическое значение терминов

Уметь: иметь представление о теоретической основе хореографии

грамотно пользоваться хореографическими понятиями

#### ***Раздел 6. «Слушание музыки», (всего 2 часа)***

Цель: развитие слуха, музыкальной памяти

Планируемый результат подготовки (уровень усвоения).

Знать: основные музыкальные направления

Уметь: различать основные музыкальные стили

#### ***Раздел 7. «Репертуар», (всего 140 часов)***

Цели:

- 1.Развитие творческих способностей, актерского мастерства

- 2.Применение теоретических знаний на практике

Планируемый результат подготовки (уровень усвоения).

Знать: основные правила перестроений из одних рисунков в другие

Уметь: запоминать последовательность движения, комбинации

### **Методическое, дидактическое и материально-техническое обеспечение реализации программы**

Принципы обучения: индивидуальность, доступность, преемственность, результативность.

Формы и методы обучения: объяснение, рассказ, показ, иллюстрация, демонстрация, практическая работа, дидактическая игра, наблюдение, показ постановок.

Средства обучения:

*простые средства*: словесные – книги, описание художественного образа, схема постановки, описание костюма; визуальные – костюмы, реквизиты.

*сложные средства*: аудиовизуальные – мастер-классы.

Принципами построения программы являются:

1. принцип непрерывности: ни один проект, ни одно дело не считается завершенным, пока не исчерпан весь его внутренний ресурс, поэтому возможна неоднократная разработка данной темы с выделением новых проблем;
2. принцип системности и последовательности усвоения новых умений, навыков работы с информацией;
3. принцип научности: способствует формированию научного мировоззрения через системную исследовательскую работу с правовыми и архивными документами, интернет-сайтами;
4. принцип комплексности: работа над темой требует одновременного применения знаний из многих областей, умение видеть перспективу и возможные практические выводы;
5. принцип сотрудничества: реализуется через постоянное взаимодействие руководитель – обучающийся – представитель общественности (жители города, района, республики)
6. принцип самоуправления: самостоятельное планирование своей деятельности;
7. принцип толерантности: принятие, правильное понимание и уважение других способов самовыражения и проявления человеческой индивидуальности;

8. принцип дифференциации: выявление и развитие у студентов склонностей и способностей по различным направлениям;
9. принцип увлекательности: возрастные и индивидуальные особенности студентов
10. принцип коллективизма: развитие разносторонних способностей и потребности отдавать их на общую радость и пользу
11. принцип междисциплинарной интеграции: литература и живопись, изобразительное искусство и технология, вокал и ритмика
12. принцип креативности: максимальная ориентация на творчество студента, на развитие его психофизических ощущений, раскрепощение личности.

### **Материально-техническое обеспечение**

Для реализации программы предусмотрены следующие специальные помещения:

- Хореографический зал;
- Актовый зал.

Оснащение помещений:

1. Музыкальное оборудование
2. Устройство для видеопроекции
3. Флеш-накопители
4. Костюмы
5. Медвежьи барабаны 35 см
6. Балансировочный групповой набор для передвижения
7. Дифференционный Педало
8. Педало Ваваго
9. Доска для балансировки Рола Бола
9. Танцевальный станок
10. Зеркала для хореографии.

## **Список литературы**

1. «Закон об образовании»
2. ФГОС второго поколения
3. «Концепция духовно – нравственного развития и воспитания гражданина России»
4. Ваганова А. Основы классического танца.- Изд. 5-е. - Л., 1980, с.95-147
5. Васильева Т. Секрет танца. – СПб., 1977, с.7-15
6. Володина О. Самоучитель клубных танцев. – Ростов-на-Дону, 2019, с.4-154
7. Ветлугина Н. Музыкальное развитие ребёнка. - М.,1976, с.3-16
8. Вербицкая А. Основы сценического движения. – М., 1983, с.5-13
9. Полятков С. Основы современного танца. – Ростов-на-Дону, 2019., с. 5-65
10. Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. В. Учите детей танцевать. – М., 2013.
11. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах// Боголюбская М.С.-1982.
12. Танцы в начальной школе//Роот З.Я.-2019.
13. Модерн-джаз танец//Никитин В.Ю.- 2011.