

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Тетюшская средняя общеобразовательная школа № 1  
имени Героя Советского Союза Ханжина Павла Семеновича»  
Тетюшского муниципального района Республики Татарстан  
(МБОУ «Тетюшская СОШ № 1 им.Ханжина П.С.»)

ПРИНЯТА  
на заседании  
педагогического совета  
Протокол от 26.08.2024 №1

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ «Тетюшская  
СОШ № 1 им.Ханжина П.С.»  
\_\_\_\_\_ Фаткуллов И.Р.

Приказ от 26.08.2024  
№ 122 о/д

Подписано цифровой  
подписью: Фаткуллов  
Илдар Робертович  
Дата: 14 Сентябрь 2024 г.  
9:47:47

**Дополнительная  
общеобразовательная общеразвивающая  
программа художественной направленности  
«Студия народного танца»**

**Возраст учащихся: 10-15 лет  
Срок реализации программы: 3 года**

Составитель:  
педагог дополнительного образования  
Мавлиханова М.Ш.

г.Тетюши, 2024

## Пояснительная записка

Национально-культурные традиции, которые являются источником формирования морально-этических норм и связывают народ с историческими корнями, требуют сохранения и развития.

Новизна программы состоит в воспитании интереса и любви к танцу и искусству в целом, индивидуально-личностном развитии ребенка и раскрытии его творческих способностей, а также в формировании у них чувства прекрасного и других эстетических категорий, в развитии эмоциональной восприимчивости и двигательной выразительности.

Освоение содержания Программы способствует формированию художественно-эстетической культуры учащихся, обеспечивает развитие мотивации к познавательной и творческой деятельности.

Программа разработана с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка увеличивается постепенно, усложняются творческие задания, уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно и так же целенаправленно возрастает уровень ответственности детей.

Способствуя формированию культурно-нравственных ценностей детей, творческих умений и навыков, Программа является общеразвивающей.

Педагогическая целесообразность обусловлена важностью художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей хореографических занятий, формирующих у учащихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность. Данная программа также разработана в соответствии с п.з. плана мероприятий по реализации концепции сокращения потребления алкоголя в Российской Федерации на период до 2030 года и дальнейшую перспективу в рамках формирования здорового образа жизни в целях закрепления этих принципов у детей, подростков и молодежи.

### ***Цель данной программы:***

- способствовать развитию у учащихся гражданского самосознания.
- приобщить их к народно-исторической памяти.
- эстетическое развитие в процессе изучения основ хореографического искусства.
- подготовить обучающихся к дальнейшему освоению разных типов культур: своей национальной и других национальных форм культуры, как составных частей мирового культурно-исторического процесса.

В результате изучения курса программы реализуются следующие **задачи:**

- Формировать необходимые исполнительские знания, умения и навыки;
- Формировать знания о здоровом образе жизни (сохранение здоровья, режим дня, гигиена).
- Воспитать качества инициативности, целеустремленности, ответственности по отношению к своему и чужому труду;
- Формировать художественный вкус, эмоционально-ценностное отношение к искусству;

- Формировать нравственные представления; Развить творческие способности учащихся;
- Развить умение коллективной и творческой деятельности;
- Развить эмоционально-волевые качества.

Разработанная программа дает учащимся знания, умения и навыки, которые образуют прочный фундамент для дальнейшего обучения.

**Сроки реализации программы** 3 года.

1 год – «Ритмика»

2 год - «Народные танцы»

3 год – «Азбука народных танцев»

В процессе реализации программы используются следующие **формы организации занятий:**

Обучение по программе предполагает использование приоритетной формы занятий – репетиции (групповые и коллективные). В репетиционных занятиях возможно применение дифференцированного подхода.

Программа также включает разные **виды занятий:**

- учебное занятие;
- занятие – игра;
- открытое занятие;

**Формы проведения занятий:**

- коллективная, в которой учащиеся рассматриваются как целостный коллектив, имеющий своих лидеров (при самостоятельной постановке хореографических композиций);
- групповая, в которой обучение проводится с группой учащихся (три и более), имеющих общее задание и взаимодействующих между собой;

**При проведении занятий учитывается:**

- Уровень знаний, умений и навыков учащихся, их индивидуальные особенности;
- Самостоятельность ребенка;
- Особенности мышления, познавательные интересы.

**Ожидаемые результаты:**

К концу обучения по данной Программе учащиеся должны **знать:**

- Основы хореографической грамотности народных танцев;
- Правила самостоятельной и коллективной работы;
- Стилиевые особенности хореографии

**Уметь:**

- Грамотно работать с музыкальным материалом;
- Использовать полученные знания, умения и навыки в повседневной жизнедеятельности.

**К результатам освоения программы также относятся:**

**Личностные результаты:**

- Развитие социально и личностно значимых качеств (доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания), индивидуально-личностных позиций,

ценностных ориентиров, межличностного общения, обеспечивающую успешность совместной деятельности.

**Метапредметными результатами** являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

**Регулятивные УУД:**

*Учащиеся научатся:*

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности

**Познавательные УУД:**

*Учащиеся научатся:*

- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности.

**Коммуникативные УУД:**

*Учащиеся научатся:*

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

**Предметные результаты:**

- Формирование навыков работы в области хореографии, применения приемов и методов работы по Программе, воспитание основ культуры труда, приобретение опыта творческой и проектной деятельности.

В ходе реализации Программы используются различные виды и формы контроля.

**Формы проведения итогов реализации программы**

- Участие в конкурсах
- Участие в концертах
- Защита творческих работ.

**Материально-техническое оснащение**

Для реализации образовательной программы необходимо:

- музыкальная аппаратура, аудио записи;
- видео материалы;
- флэш накопитель (с аудио и видео материалами);
- компьютер;
- проектор;
- экран;
- сменная обувь;
- костюмы для выступлений (платья, сарафаны, кофты, юбки, брюки и т.д).

## Санитарно-гигиенические требования.

Занятия проводятся в кабинете (актовом или спортивном зале), соответствующем требованиям ТБ, пожарной безопасности, санитарным нормам. Кабинет (зал) должен иметь хорошее освещение и периодически проветриваться.

### 1 год обучения

#### «Ритмика»

#### *Задачи первого года обучения:*

##### Обучающие

- формирование основ музыкальной грамоты;
- формирование художественно-образного мышления.

##### Воспитательные

- эстетическое воспитание учащихся средствами музыкально-хореографического искусства;
- формирование внимания, чувства коллективизма, целеустремленности, трудолюбия;

##### Развивающие

- развитие у учащихся способности воспринимать произведения музыкального искусства;
- развитие ритмичности, музыкальности, артистичности и эмоциональной выразительности.

#### *Предполагаемые результаты первого года обучения.*

В конце первого года обучения обучающиеся должны:

##### Знать :

- основу музыкальной грамоты;
- основные движения: шаг, бег, галоп и др.
- правила техники безопасности;
- правила взаимодействия в коллективе.

##### Уметь:

- выполнять ритмические упражнения в темпе и ритме музыки;
- ориентироваться в пространстве;
- выполнять элементы танцев с перестроением.

Навыки: выполнять четко и правильно элементы и упражнения танцев самостоятельно и с помощью педагога.

#### **Краткое содержание изучаемого материала**

##### **Вводное занятие**

Теория: Техника безопасности, сбор данных детей.

##### **Основы музыкальной грамоты**

Метроритм: такт, темп, характер музыки, доля, музыкальный размер.

Приветствие. Виды и жанры музыки. Знакомство с музыкой, различной по характеру (бодрая, энергичная, спокойная, веселая, плавная, отрывистая) и жанру (марш, танец, песня). Музыкальные игры для развития музыкальности и слуха.

Мелодия – основа музыки. Отражение в музыке разнообразных явлений жизни. Контрастность музыки.

Роль ритма в музыке. Прохлопывание (протопывание и т.п.) ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

Начальная диагностика ЗУН.

Выполнение ритмического рисунка прослушанной музыки (фразы, предложения) по памяти хлопками и шагами.

Повторение и закрепление пройденного материала.

### **Музыкальное движение и развитие эмоциональной выразительности**

Пространство: верх, низ, середина, диагональ. Координация. Понятия право и лево относительно себя и другого человека. Осанка.

Прыжковые упражнения (подскоки). Повороты и наклоны корпуса. Танцевально-игровое занятие. Позиции и положения рук и ног.

Контролируемые и ритмичные перемещения. Пространство.

Музыкально-ритмические игры на освоение сценического пространства.

Обще развивающие упражнения.

Выполнение изученных элементов под музыку со сменой темпа.

Музыкально-ритмические игры на развитие воображения.

Построения и перестроения: линия, колонна, круг.

Музыкально-ритмические упражнения на развитие творческого внимания, памяти физических действий.

### **Музыка и танец**

Мимика, пантомимика, жесты. Образ музыкальный и сценический.

Музыкально-ритмические упражнения на развитие передачи эмоций посредством мимики, пантомимики и жестов.

Тренировка двигательных навыков: шаги, бег, построения, перестроения, переходы.

Простые танцевальные фигуры.

Музыкально-ритмические упражнения для работы группой, парные, индивидуальные (сольные).

## **Календарно-тематический план 1 год обучения**

<b>№ п/п</b>	<b>Раздел Тема</b>	<b>Часы</b>	<b>Дата</b>	<b>Виды, формы контроля знаний</b>
1.	Вводное занятие	1		Входной
2.	Инструктаж по технике безопасности	1		Тематический
3.	Танцевально-игровое занятие	1		Текущий
4.	Виды и жанры музыки	1		Тематический
5.	Развитие музыкального слуха.	1		Текущий
6.	Развитие чувства ритма и такта	1		Текущий

7.	Мелодия – основа музыки	1		Текущий
8.	Отражение в музыке разнообразных явлений жизни	1		Текущий
9.	Контрастность музыки	1		Текущий
10.	Роль ритма в национальной музыке	1		Тематический
11.	Ритмический рисунок народной музыки	1		Текущий
12.	Развитие музыкальности: прохлопывание ритма	1		Текущий
13.	Развитие музыкальности: протопывание ритма	1		Текущий
14.	Произведение звука и движения сопровождаемые ими	1		Текущий
15.	Выполнение ритмического рисунка прослушанной музыки по памяти	1		Фронтальный
16.	Закрепление пройденного материала	1		Итоговый
17.	Пространство: верх, низ, середина, диагональ	1		Текущий
18.	Понятие право и лево относительно себя и другого человека.	1		Текущий
19.	Выполнение упражнений на освоение сценического пространства	1		Тематический
20.	Координация	1		Текущий
21.	Развитие координационных способностей	1		Текущий
22.	Осанка	1		Текущий
23.	Основная стойка	1		Тематический
24.	Постановка корпуса	1		Текущий
25.	Пространственная ориентация	1		Тематический
26.	Пространство: контролируемые и ритмичные перемещения	1		Итоговый
27.	Упражнения для развития тела	1		Текущий
28.	Тренировка двигательных навыков	1		Текущий
29.	Наклоны и повороты головы и корпуса	1		Текущий
30.	Наклоны корпуса, полные и неполные повороты корпуса	1		Текущий
31.	Наклоны и повороты, сопровождаемые движением рук	1		Текущий
32.	Упражнения на устойчивость с перемещением	1		Текущий
33.	Тестовые упражнения на устойчивость	1		Итоговый
34.	Совершенствование двигательных навыков	1		Текущий
35.	Основы ритмического движения	1		Тематический
36.	Статичные позы и движения	1		Текущий
37.	Разнообразие двигательных действий	1		Текущий

38.	Принцип выполнения упражнений в паре, индивидуально, группой	1		Текущий
39.	Ритмическая ходьба	1		Итоговый
40.	Сочетание различных видов шага и бега	1		Текущий
41.	Выполнение упражнений со сменой темпа	1		Текущий
42.	Выполнение упражнений со сменой направления	1		Текущий
43.	Прыжковые движения: подскоки	1		Текущий
44.	Выполнение упражнений со сменой темпа	1		Текущий
45.	Выполнение упражнений со сменой направления	1		Текущий
46.	Закрепление навыков	1		Фронтальный
47.	Построения и перестроения	1		Текущий
48.	Выполнение построений под заданный темп (счет, хлопки)	1		Текущий
49.	Перестроения из колонны: в круг, в квадрат	1		Текущий
50.	Выполнение перестроений под заданный темп (счет, хлопки)	1		Текущий
51.	Закрепление навыков	1		Итоговый
52.	Игровые задания с использованием строевых упражнений	1		Текущий
53.	Развитие координационных способностей	1		Текущий
54.	Развитие памяти физических действий: музыкально-ритмические упражнения	1		Текущий
55.	Развитие творческого внимания: музыкально-ритмические упражнения	1		Текущий
56.	Закрепление пройденного материала	1		Итоговый
57.	Обучение навыкам народного танца	1		Текущий
58.	Простые фигуры народного танца	1		Тематический
59.	Передача при помощи жестов и мимики характера, чувств, настроения	1		Текущий
60.	Музыкальный образ - содержание музыкальных произведений	1		Текущий
61.	Сценический образ – передача чувств и переживаний человека.	1		Текущий
62.	Подражательные движения танца	1		Текущий
63.	Комбинации и соединения народных танцевальных движений	1		Текущий
64.	Танцевальные движения в парах	1		Текущий
65.	Отработка танцевальной композиции	1		Итоговый
66.	Развитие эмоциональной выразительности во время исполнения танца	1		Тематический
67.	Сюжетный танец. Танцевальные движения	1		Текущий



68.	Комбинации и соединения танцевальных движений	1		Текущий
69.	Танцевальные движения в парах	1		Текущий
70.	Отработка танцевальных движений под счет и музыку	1		Текущий
71.	Диагностика ЗУН учащихся за год	1		Итоговый
72.	Итоговое занятие.	1		Фронтальный

## **«Народные танцы» 2 год обучения**

### ***Задачи:***

#### Обучающие

- формирование элементарных знаний и умений (основная терминология, базовые движения и элементы);

#### Воспитательные

- формирование внимания, целеустремленности, трудолюбия;  
- формирование эстетического вкуса.

#### Развивающие

- развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости);

- развитие танцевальных данных (выворотности, гибкости, прыжка, шага, устойчивости координации);

- развитие ритмичности, музыкальности, артистичности и эмоциональной выразительности.

### ***Предполагаемые результаты второго года обучения.***

В конце второго года обучения учащиеся должны:

#### Знать:

- основные понятия движений народных танцев: позиции и положения рук, ног; линия танца и др.

- правила техники безопасности;

- правила взаимодействия в коллективе.

#### Уметь:

- ориентироваться в пространстве;

- выполнять элементы танцев с перестроением.

Навыки: выполнять четко и правильно элементы и упражнения танцев самостоятельно и с помощью педагога.

### **Краткое содержание изучаемого материала**

Анкетирование. Инструктаж по технике безопасности на занятиях.

История народного танца. Виды народных танцев.

Повтор материала первого года обучения.

Развитие чувства ритма и координации

Шаги, бег. Прыжки, подскоки. Построения, перестроения, переходы.

Элементы татарского народного танца: ходы, парные и групповые движения, прыжковые движения.

Постановочно-репетиционная работа: соединение изученных движений в танцевальные композиции. Развитие исполнительского мастерства и артистизма.

Диагностика ЗУН приобретенных за второй год обучения.

Участие в конкурсных программах и мероприятиях различного уровня.

### Календарно-тематический план 2 год обучения

№ п/п	Раздел Тема	Часы	Дата	Виды, формы контроля знаний
1.	Вводное занятие. Анкетирование	1		Текущий
2.	Инструктаж по технике безопасности	1		Тематический
3.	История возникновения и развития народных танцев	2		Текущий
4.	Начальная диагностика ЗУН учащихся	2		Фронтальный
5.	Координация. Сценическое пространство	2		Текущий
6.	Движения народных танцев	2		Тематический
7.	Выполнение переходов в парах и группах	2		Текущий
8.	Шаги и переходы	2		Текущий
9.	Сочетание видов бега и шага	2		Текущий
10.	Прыжки и подскоки в народных танцах	2		Текущий
11.	Построения и перестроения	2		Текущий
12.	Фигуры: линия, круг, квадрат	2		Тематический
13.	Совершенствование двигательных навыков в народных танцах	2		Фронтальный
14.	Элементы татарского народного танца	2		Текущий
15.	Парные движения в татарских народных танцах.	2		Текущий
16.	Основные танцевальные движения танца	2		Текущий
17.	Парные движения в танце	2		Текущий
18.	Классический народный танец	2		Текущий
19.	Истоки татарской танцевальной культуры	2		Тематический
20.	Основные элементы народного танца	2		Текущий
21.	Современные формы развития татарского народного танца	2		Текущий
22.	Изучение простейших элементов парного танца	2		Текущий
23.	Сольные движения	2		Текущий
24.	Парные движения	2		Текущий
25.	Групповые движения	2		Текущий
26.	Прыжковые движения в народных танцах	2		Текущий
27.	Техника исполнения присядок.	2		Текущий
28.	Соединения прыжковых движений и	2		Текущий

	присяжок в танце			
29.	Сольные движения народного танца	2		Текущий
30.	Парные движения народного танца	2		Текущий
31.	Соединения танцевальных движений	2		Текущий
32.	Композиция и соединения движений народных танцев	2		Текущий
33.	Постановка народного танца	2		Итоговый
34.	Закрепление пройденного материала	2		Итоговый
35.	Диагностика ЗУН приобретенных за год	2		Фронтальный
36.	Отчетное выступление	2		Фронтальный

### **«Азбука народных танцев» 3 год обучения**

#### ***Задачи***

##### Обучающие

- формирование углубленных знаний и умений по курсу;
- формирование знаний о характерных особенностях национальных танцев.

##### Воспитательные

- приобщение учащихся к народной культуре и традициям;
- формирование внимания, чувства коллективизма, целеустремленности, трудолюбия;
- формирование эстетического вкуса.

##### Развивающие

- Развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости);
- Развитие танцевальных данных (гибкости, прыжка, танцевального шага, устойчивости, координации);
- Развитие ритмичности, музыкальности, артистичности и эмоциональной выразительности.

#### ***Предполагаемые результаты третьего года обучения***

В конце третьего года обучения учащиеся должны:

##### Знать:

- основные положения позиций рук, ног, головы и корпуса в народном танце;
- основные танцевальные движения и комбинации народных танцев

##### Уметь:

- самостоятельно исполнять движения и комбинации танцев;
- передавать эмоциональную окраску композиции танца;
- соотносить свои движения с услышанной музыкой;

Навыки: выполнять четко и правильно элементы и упражнения танцев самостоятельно или после предварительного инструктажа.

#### **Краткое содержание изучаемого материала**

##### **Вводное занятие**

Техника безопасности на занятиях.

Повторение пройденного материала за второй год обучения. Выполнение элементов в темпе и характере народных танцев. Народно-сценический упражнения (каблучные упражнения, дробные выстукивания и др.). Выполнение народно-сценических упражнений с продвижением по залу.

### **В мире народных танцев**

Разнообразие видов народных танцев, их особенности. Стилистические особенности народных танцев: особенности музыки, особенности костюмов, особенности манеры исполнения движений, особенности положений рук.

Элементы чувашского народного танца: танцевальные шаги, бег, прыжковые движения и т.д

Элементы русского танца. Стилистические особенности русского народного танца различных регионов России. Заключение танцевальных композиций.

Элементы мордовского танца: шаги, ходы, бег, парные движения.

Постановочно-репетиционная работа: соединение изученных движений в танцевальные композиции. Создание музыкально-двигательных образов и сюжетно-тематических картин. Работа над эмоциональной выразительностью во время исполнения танца. Отработка сольных, парных движений в группах и коллективом. Работа над четкостью исполнения движений. Работа над синхронностью исполнения движений.

Диагностика ЗУН приобретенных за время обучения

Контрольные занятия и выступления. Участие в конкурсных программах, праздничных мероприятиях различного уровня.

## **Календарно-тематический план 3 год обучения**

<b>№ п/п</b>	<b>Раздел Тема</b>	<b>Часы</b>	<b>Дата</b>	<b>Виды, формы контроля знаний</b>
1.	Техника безопасности на занятиях.	1		Текущий
2.	Каблучные упражнения	2		Текущий
3.	Круговые движения ногой по полу или по воздуху	2		Текущий
4.	Разнообразие видов народных танцев	2		Тематический
5.	Особенности народных танцев	2		Текущий
6.	Положения рук в групповых танцах	2		Текущий
7.	Хоровод: орнаментальный, игровой	2		Текущий
8.	Русские народные плясовые танцы	2		Тематический
9.	Боковые ходы в русском танце	2		Текущий
10.	Дробные движения в танцах	2		Текущий
11.	Движения на прыжковой подмене	2		Текущий

	опорной ноги.			
12.	Областные особенности исполнения русских плясовых танцев	2		Тематический
13.	Постановка русского народного танца	2		Итоговый
14.	Основные элементы чувашского народного танца	2		Тематический
15.	Сольные и парные движения в танце	2		Текущий
16.	Соединение сольных и парных движений	2		Текущий
17.	Формы чувашского танца	2		Текущий
18.	Сценические фигуры народных танцев	2		Текущий
19.	Соединения движений народного танца	2		Текущий
20.	Постановка чувашского народного танца	2		Итоговый
21.	Особенности мордовских народных танцев	2		Тематический
22.	Хороводы в мордовских танцах	2		Текущий
23.	Упражнения для движения рук и ног	2		Текущий
24.	Соединение движений рук и ног	2		Текущий
25.	Основные танцевальные элементы мордовских танцев	2		Текущий
26.	Соединение движений и элементов.	2		Текущий
27.	Постановка мордовского народного танца	2		Итоговый
28.	Простые движения народных танцев	2		Текущий
29.	Сольные, парные движения в народных танцах	2		Текущий
30.	Отработка соединения народных элементов и движений	2		Текущий
31.	Отработка коллективных движений	2		Текущий
32.	Постановка композиций народных танцев	2		Текущий
33.	Итоговое занятие	2		Итоговый
34.	Диагностика ЗУН приобретенных за год	2		Фронтальный
35.	Контрольное занятие	2		Итоговый
36.	Отчетное выступление	2		Итоговый

Литература:

1. Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика для детей 6» - Спб, 2011г
2. DVD Школа танцев для детей 6-12 лет 2010г.
3. <http://pedsovet.su/>
4. <http://dopobr/68edu.ru/>
5. <http://www.uchportal.ru/>
6. <http://festival.1september.ru/>
7. <http://www.nachalka.com/>
8. <http://www.uroki.net/>
9. <http://www.nachalka.com/>
10. <http://pochemu4ka.ru/>
11. <http://pedkopilka.ru/>