

Рассмотрена
на совещании при ЗДВР
Протокол №1 от 26.08.2025
ЗДВР _____ Ляпина С.В.

Согласовано
зам. директора по УВР
_____ Л.Е.Шамсутдинова

Утверждена и введена в действие
Приказ №192 от 26.08.2025г.
Директор _____ Голубева Н.В.

Дополнительная общеобразовательная программа

Танцевальная студия «Ассорти»

Направленность: художественная

Возраст обучающихся: 11-17 лет

Срок реализации: 3 года

**Составитель: Ключева Татьяна Сергеевна
педагог дополнительного образования**

2025 год

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа художественной направленности «Ассорти» в соответствии с Дополнительной образовательной программой МБОУ «Гимназия №1», составлена с учетом требований Положения о дополнительном образовании в МБОУ «Гимназия №1».

В современной системе образования и воспитания важное место занимает искусство, являющееся неотъемлемой частью человеческой деятельности. Приобщение детей к миру искусства на любом качественном уровне (восприятие, познание, самостоятельная творческая деятельность) развивает эмоционально-нравственную и духовную культуру растущего человека, пробуждает способность видеть, ценить и создавать красоту, способствует развитию и реализации творческого потенциала личности.

Танец, являясь синтетическим видом искусства, позволяет участникам приобщиться к значительному количеству видов художественной деятельности. Ещё в древней Греции танец и музыкальное движение, соединяя в себе поэзию, музыку, театр, философию и спорт для образования и воспитания имели глубокое значение. По мнению Платона «...трудно представить себе лучший метод воспитания, чем тот, что открыт и проверен опытом веков; он может быть выражен в двух положениях: гимнастика для тела и музыка для души...»

Только такое осознание танцевальной деятельности как метода музыкального движения, оказывающего благотворное физическое, эстетическое и психологическое воздействие на организм ребенка, позволяет нам смотреть на танцевальное и музыкально-ритмическое воспитание как процесс глубоко важный и нужный нашим детям. Приобщение к искусству танца позволяет не только постичь эстетику движения, но и способствует решению одной из важнейших проблем эстетического воспитания учащихся - приобщение их к богатству танцевальной и музыкальной народной культуры. В процессе занятий дети приучаются к сотворчеству, у них развивается художественное воображение, эмоциональность, ассоциативная память, творческие способности.

В настоящее время большое количество гимназистов занимаются в танцевальных кружках, студиях народного, классического, бального или современного танца. Проводятся фестивали и конкурсы, демонстрирующие достаточное количество хорошо обученных хореографически грамотных ребят. Между тем, это не решает проблемы широкого приобщения детей к искусству танца. Массовое танцевальное воспитание в системе школьного образования требует иного подхода к учебно-программному содержанию и методикам обучения, которые должны быть рассчитаны на массового ученика, независимо от уровня специальных способностей и задатков.

Нормативно-правовое обеспечение

- Федеральный закон от 29.12.2021 №273-ФЗ) ред. от 08.12.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступил в силу с 01.01.2021)
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г.
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование»;
- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р.
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
- Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по

дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями Приказ МП № 470 от 5. 09. 2019г. и Приказ МП № 533 от 30. 09. 2020г.)

- Положение об организации дополнительного образования в МБОУ «Гимназия №1»
- Положения об обработке и защите персональных данных в МБОУ «Гимназия №1»

Цели:

- удовлетворение потребностей гимназистов в художественно-эстетическом развитии;
- выявление и поддержка творчески одаренных гимназистов;
- приобщение гимназистов к искусству музыки и танца через активизацию музыкального восприятия и развитие двигательных и художественно-творческих способностей гимназистов;
- реализация проектной деятельности в рамках работы объединения.

Задачи:

1. Музыкально-эстетическое развитие детей.

- развитие способности воспринимать и чувствовать музыку;
- развитие музыкального слуха и чувства ритма;
- развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству музыки.

2. Укрепление здоровья и физических качеств учащихся.

- совершенствование двигательных навыков и воспитание культуры движения;
- формирование правильной осанки и гибкости;
- развитие выразительности и координации движений, умения владеть своим телом;
- формирование умения ориентироваться в пространстве.

3. Развитие художественно-творческих способностей.

- развитие эмоциональной сферы, способности воспринимать, чувствовать и переживать художественные произведения;
- развитие воображения, фантазии, художественно-образного мышления;
- формирование способности к импровизации и сочинению музыкально-двигательных образов и танцевальных комбинаций;
- развитие умения анализировать и оценивать музыкальные и хореографические произведения.

4. Формирование нравственно-коммуникативных качеств учащихся.

- воспитание умения вести себя в группе во время движения (танцевальный этикет);
- формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения со сверстниками и взрослыми;
- воспитание аккуратности и трудолюбия.

- Адресат программы – Программа рассчитана на учеников среднего звена МБОУ «Гимназии №1», возраста от 12 до 15 лет.
- Объем программы – Общее количество учебных часов для освоения программы учеников составляет 576 часов (144 часа на каждый учебный год)
- Формы организации образовательного процесса – групповые занятия в разновозрастном постоянном составе и виды занятий (мастер-классы, ритмические тренажи, хореографические представления, выездные тематические занятия, самостоятельная работа, концерты, фестивали тематические выступления, конкурсы).
- Срок освоения программы – Программа рассчитана на 3 года обучения (с сентября по май).
- Режим занятий – Режим организации занятий по данной дополнительной общеобразовательной программе определяется календарным учебным планом, при проведении занятий строго соблюдаются санитарно-гигиенические нормы, проводятся динамические паузы, обязательна перемена между занятиями.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа

- Планируемые результаты

1 год обучения:

Знание основных музыкальных и хореографических терминов и понятий; владение элементарными основами танцевальной техники и навыками исполнительской культуры; умение выразительно, легко и точно исполнять движения под музыку; знание танцевальных движений (разных по жанру, стилю и характеру); способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений, сочинение танцев для праздников, физкультминуток для уроков;

2 год обучения:

Владение элементарными основами танцевальной техники и навыками исполнительской культуры; знание основных музыкальных и хореографических терминов и понятий; умение работать в группе; владеть основами проектной деятельности; умение подготовки концертного номера; Умение осуществлять самостоятельный поиск и анализ аудио и видеоинформации; соотносить принципы коллективного творчества с личными интересами, склонностями и способностями,

3 год обучения:

Владение основами танцевальной техники и навыками исполнительской культуры; знание основных музыкальных и хореографических терминов и понятий; свободно использовать проектную деятельность; самостоятельно составлять и осваивать танцевальный текст, осуществлять самоконтроль готовности к предстоящему выступлению (защите проекта) - анализировать промежуточные результаты проекта, анализировать степень готовности проекта и уметь его презентовать.

- Аттестация по завершении освоения программы – В качестве итоговой аттестации в конце реализации программы планируется:

- 1 год обучения: Концертное выступление
- 2 год обучения: Класс-концерт на исполнение лучших номеров.
- 3 год обучения: Концертное выступление. Презентация проектной работы «Последний звонок».

Учебно-тематический план

1 год обучения

№	Тема раздела	Всего часов	В том числе:	
			Теория	Практика
1	Ритмика	60	4	56
2	Проектная деятельность	16	8	8
3	Танцевальные движения	28	4	24
4	Танцевальный репертуар	40	4	36

	(в том числе концертные выступления)			
	Всего	144	20	124

**Учебно-тематический план
2 год обучения**

№	Тема раздела	Всего часов	В том числе:	
			Теория	Практика
1	Ритмика	32	0	32
2	Проектная деятельность	36	12	24
3	Танцевальные движения	32	4	28
4	Танцевальный репертуар (в том числе концертные выступления)	44	8	36
	Всего	144	24	120

**Учебно-тематический план
3 год обучения**

№	Тема раздела	Всего часов	В том числе:	
			Теория	Практика
1	Ритмика	28	0	28
2	Проектная деятельность	32	6	20
3	Танцевальные движения	40	4	32
4	Танцевальный репертуар (в том числе концертные выступления)	44	4	36
	Всего	144	14	116

Содержание программы:

1. Ритмика;

2. Проектная деятельность;
3. Танцевальные движения;
4. Танцевальный репертуар.

Раздел 1: «Ритмика»

Ритмика включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточное музыкальное развитие учеников обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей. Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности: формируют музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки, запас музыкальных впечатлений, используя их в разных видах деятельности, развивают чувство ритма, умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, строение и особенно, умение согласовывать музыку с движением.

Раздел 2: «Проектная деятельность»

Определение темы проекта, составление плана работы над проектом, предварительное распределение обязанностей между участниками коллектива. Индивидуальное задание одному или нескольким воспитанникам: поиск вариантов музыки, поиск выразительных средств реализации проекта. Контроль выполнения индивидуального задания – прослушивание музыкального материала. Определение музыки и соответственно танцевального направления. Разработка сюжета или концепции будущего номера. Соединение фрагментов номера в единое целое, работа с реквизитом, предварительная демонстрация, корректировка лексического и музыкального материала.

Раздел 3: «Танцевальные движения»

Танцевальные движения используются не только в танцах, но и во многих упражнениях и играх. Очень важно обогатить учеников запасом этих движений, научить их двигаться технически грамотно, легко, естественно, выразительно. Овладев танцевальными элементами, дети смогут составлять комбинации, придумывать несложные танцы.

Раздел 4. « Танцевальный репертуар» (в том числе концертные выступления)

Танцевальный репертуар включает народные, страдные, классические и балльные танцы. При работе над танцевальным репертуаром важным моментом является развитие танцевальной выразительности. Однако необходимо отметить, что выразительность исполнения результат не механического “натаскивания”, а систематической работы, когда педагог от более простых заданий, связанных с передачей характера музыки в ритмических упражнениях и музыкальных играх, постепенно переходит к более сложным, связанным с передачей стиля, манеры, характера в народных и балльных танцах.

Все разделы в программе чередуются не механически, а соединяются осмысленно, пронизаны единым педагогическим замыслом занятия. Программа допускает проявлять определенную гибкость в подходе к каждой конкретной группе учащихся, творчески решать вопросы, которые ставит перед ним учебный процесс, учитывая при этом состав группы, физические и творческие возможности учащихся. Педагог может перенести изучение в следующий год обучения или вовсе исключить из программы те элементы, движения, композиции, прохождение которых окажется недоступным данной группе в связи с ограниченностью возможностей учащихся. С другой стороны, в зависимости от необходимости, педагог может расширить тот или иной раздел программы. Возможно также некоторое изменение в порядке прохождения материала.

Содержание разделов

1 год обучения:

- знание основных музыкальных и хореографических терминов и понятий;
- владение элементарными основами танцевальной техники и навыками
- исполнительской культуры;
- умение выразительно, легко и точно исполнять движения под музыку;
- знание программного репертуара танцев и отдельных танцевальных движений (разных по жанру, стилю и характеру);
- способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений, сочинение танцев для праздников, физкультминуток для уроков;

2 год обучения:

- владение элементарными основами танцевальной техники и навыками
 - исполнительской культуры;
- знание основных музыкальных и хореографических терминов и понятий;
- умение работать в группе;
- владеть основами проектной деятельности;
- знать этапы подготовки концертного номера.
- осуществить самостоятельный поиск и анализ аудио и видеoinформации,
- соотносить принципы коллективного творчества с личными интересами, склонностями и способностями,

3 год обучения:

- владение основами танцевальной техники и навыками
 - исполнительской культуры;
- знание основных музыкальных и хореографических терминов и понятий;
- свободно использовать проектную деятельность; самостоятельно составлять и осваивать танцевальный текст,
- осуществлять самоконтроль готовности к предстоящему выступлению (защите проекта) - анализировать промежуточные результаты проекта,
- проанализировать степень готовности проекта и уметь его презентовать.

Организационно-педагогические условия реализации программы

В процессе занятий и изучения определенного танцевального репертуара, учащиеся овладевают минимальными навыками танцевальной техники и способны показать свои умения (исполнительские и даже сочинительские) на различных праздниках и концертах.

Невозможно подходить к оценке данных занятий с позиции конечного результата, поскольку педагогически значимым является сам процесс, ориентированный на художественно-творческое развитие ребенка, которое не всегда поддается измерению на уровне контрольных требований. Единственным качественным эффектом занятий могут быть «горящие» глаза и живой интерес детей к творчеству. И все же, содержание программы и

основные задачи каждого этапа обучения определяют показатели музыкального, танцевального и художественно-творческого развития детей:

Материально-техническое обеспечение

- Музыкальный центр
- Компьютер
- Аудиотека
- Видеотека
- Набор музыкальных инструментов для ритмических игр (трещотка, треугольник, кастаньеты, бубен, ложки)
- Зеркальная стена
- Ковровое покрытие
- Атрибуты к танцам
- Костюмы.

Календарно-тематическое планирование

1 год обучения

	Тема занятия	Количество часов	
		План	Факт
1 2 3 4	Введение. Техника безопасности на занятиях. От музыки - к движению. История развития современного танца. Основные направления современного танца		
5 6 7 8	Песенность танца. Истоки народных танцев. Изучение параллельных позиций ног. Вторая и четвертая позиции		
9 10 11 12	Ритмический тренаж. Распределение зала по точкам и планам.		
13 14 15 16	Песня в танцевальных ритмах. Музыкально - пространственные упражнения под музыку: круг, два круга, линия, колонна, змейка, расчёска, прочёс, восьмёрка.		
17 18 19 20	Ритмический тренаж. Вращение: на высоких полупальцах вокруг своей оси, по часовой, против часовой, «Циркуль» по диагонали.		
21 22 23 24	Выразительные средства в танцевальной музыке. Понятие в выборе музыкальной композиции. Прослушивание различных композиций, выбор композиций, передача ритма музыки.		
25 26 27 28	Ритмический тренаж. Упражнения на выносливость, гибкость, координацию		
29 30 31	Люди начали танцевать раньше, чем говорить.		

32			
33	Ритмический тренаж. Упражнения на выносливость, гибкость, координацию		
34			
35			
36			
37	Пластическое интонирование. «Изоляция»-движение, осуществляемое одной частью тела в одном суставе при неподвижном положении другой.		
38			
39			
40			
41	Пластическое интонирование. «Оппозиция»-движение, намеренно нарушающее прямую линию с целью противопоставления одной части тела другой.		
42			
43			
44			
45	Пластическое интонирование. «Противодвижение» - (вариант оппозиции) - движение одной части тела навстречу другой.		
46			
47			
48			
49	Пластическое интонирование. «Мультипликация» - одно движение, раскладывающееся на множество составляющих за одну ритмическую единицу. Ритмический тренаж. Упражнения на выносливость, гибкость, координацию Жизнь танца в песне Танцевальный репертуар «Новогодний калейдоскоп»		
50			
51			
52			
53			
54			
55			
56			
57			
58			
59			
60			
61			
62			
63			
64			
65			
66			
67			
68			
69	Ритмический тренаж. Упражнения на выносливость, гибкость, координацию		
70			
71			
72			
73	Форма в музыке и танце (строение музыкального произведения и композиция танца).		
74			
75			
76			
77	Что такое проектная деятельность?		
78			
79			
80			
81	Ритмический тренаж. Упражнения на выносливость, гибкость, координацию		
82			

83			
84			
85	Музыкально-творческий проект.		
86			
87			
88			
89	Ритмический тренаж. Упражнения на выносливость, гибкость, координацию		
90			
91			
92			
93	Этапы реализации проекта.		
94			
95			
96			
97	Ритмический тренаж. Упражнения на выносливость, гибкость, координацию		
98			
99			
100			
101	Защита проекта: «Только к успеху!»		
102			
103			
104			
105	Ритмический тренаж. Упражнения на выносливость, гибкость, координацию		
106			
107			
108			
109	Образное движение, выразительные средства танца (мимика, жест, пластика)		
110			
111			
112			
113			
114			
115			
116			
117	Ритмический тренаж. Упражнения на выносливость, гибкость, координацию		
118			
119			
120			
121	Строение музыкального произведения.\		
122			
123			
124			
125			
126			
127			
128			
129	Ритмический тренаж. Упражнения на выносливость, гибкость, координацию		
130			
131			
132			
133	Выразительные средства в танцевальной музыке.		
134			

135			
136			
137	Ритмический тренаж. Упражнения на выносливость, гибкость, координацию		
138			
139			
140			
141	Концертное выступление. Итоги года.		
142			
143			
144			

**Календарно-тематическое планирование
2 год обучения**

	Тема занятия	Количество часов	
		План	Факт
1	Введение. Техника безопасности на занятиях.		2 ак. часа
2			2 ак. часа
3			
4			
5	Ритмический тренаж. Упражнения на выносливость, гибкость, координацию		
6			
7			
8			
9	Песня в танцевальных ритмах.		
10			
11			
12			
13	Песенность танца.		
14			
15			
16			
17	Определение темы проекта, составление плана работы над проектом,		
18			
19			
20			
21	предварительное распределение обязанностей между участниками коллектива.		
22			
23			
24			
25	Ритмический тренаж. Упражнения на выносливость, гибкость, координацию		
26			
27			
28			
29	Просмотр видео и аудиоматериалов, самостоятельная демонстрация танцевальных комбинаций, движений.		
30			
31			
32			
33	Совместный анализ увиденного и выбор подходящего материала для проекта.		
34			
35			

36			
37	Ритмический тренаж. Упражнения на выносливость, гибкость, координацию		
38			
39			
40			
41	Разработка сюжета или концепции будущих проектных номеров. Определение танцевального направления.		
42			
43			
44			
45	Ритмический тренаж. Упражнения на выносливость, гибкость, координацию		
46			
47			
48			
49	Поиск выразительных средств реализации проекта.		
50			
51			
52			
53	Начало изучения движений и комбинаций всеми участниками группы. Выявление индивидуальных способностей и возможностей.		
54			
55			
56			
57	Составление первых фрагментов будущих проектных номеров. Определение необходимости реквизита и общего вида сценического костюма.		
58			
59			
60			
61	Соединение фрагментов номеров в единое целое, работа с реквизитом, предварительная демонстрация		
62			
63			
64			
65	Демонстрация готового творческого проекта. Защита.		
66			
67			
68			
69	Ритмический тренаж. Упражнения на выносливость, гибкость, координацию		
70			
71			
72			
73	Пластическое интонирование		
74			
75			
76			
77			
78			
79			
80			
81	Люди начали танцевать раньше, чем говорить.		
82			
83			
84			
85			
86			
87			

88			
89	Ритмический тренаж. Упражнения на выносливость, гибкость, координацию		
90			
91			
92			
93	Музыкальность танцев татарского народа.		
94			
95			
96			
97	Ходы и основные движения: простой шаг, переменный ход,		
98			
99			
100			
101	виды танцевального бега, виды проходов, боковые ходы («припадание», «гармошка», «елочка»).		
102			
103			
104			
105	Ритмический тренаж. Упражнения на выносливость, гибкость, координацию		
106			
107			
108			
109	Музыкальность танцев русского народа.		
110			
111			
112			
113	Знакомство с русскими народными традициями, обычаями, играми.		
114			
115			
116			
117	Русский танец. Вспоминаем основные позиции и положениями рук, кисти и параллельные и обратные позиции ног в народном танце.		
118			
119			
120			
121	Основные элементы русского народного танца: основные шаги: «хороводный 0,5 0,5 5,5 1,5 6 2 24 ход»,		
122			
123			
124			
125	«Переменный ход вперёд, назад», русский ход с каблука, дробный ход, «трилистник».		
126			
127			
128			
129	Движения: Гармошка» и её разновидности с продвижением из стороны в сторону по VI позиции ног, в раскрытие с I на II, по I выворотной через I обратную с продвижением из стороны в сторону.		
130			
131			
132			
133	Основные танцевальные рисунки: «Ручеёк», «Корзиночка», «Воротца», «Книжка», до -за -до, шен, восьмёрка		
134			
135			
136			
137			
138			
139			

140	Ритмический тренаж. Упражнения на выносливость, гибкость, координацию Музыкальность классического танца. • Изучение такта и затакта.		
141 142 143 144	Подведение итогов года. Повторение и исполнение лучших номеров.		

Список литературы

1. Сиднева Л. В., Лисицкая Т. С. Аэробика. Теория и методика, 2005
2. Казакова Е.И. Педагогика успеха. СПб.1996
3. Щуркова Н.Е. Воспитание: новый взгляд с позиции культуры М.,1997
4. Караковский В.А., Новикова Л.И., Селиванова Н. Л. Воспитание? Воспитание... Воспитание! М.,1995
5. Устинова Т. «Русский народный танец», М., Искусство, 1976
6. Бархушин Ю.А., «История русского балета», - М., 1977
7. Блок Л.Д. «Классический танец. История и современность» М., Искусство 1987
8. Ваганова А. Я. Основы классического танца. М., 1980
9. Дункан А. «Моя жизнь», Н. 2000
10. Михайлова М. Развитие музыкальных способностей детей. – Ярославль, 1997
11. Смирнов И. Искусство балетмейстера. – М.: Просвещение, 1986
12. Ткаченко Т. Народные танцы. – М.: Искусство, 1975
13. Никитин В. Ю. Модерн-Джаз танец.
14. Сидоров В. Современный танец. – М.: Первина, 1992
15. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. – М.: Искусство, 1985