

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА» ДРОЖЖАНОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

Принята на заседании Педагогического совета Протокол № 1 от «30» августа 2023 года	«Утверждаю» Директор МБУ ДО «ДДТ» Кузнецов О. В. Приказ № 035 от «30» августа 2023 года.
---	--

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«В мире танца и хореографии»**

Направленность: художественно-эстетического
Возраст обучающихся - 6-17 лет
Срок реализации программы - 4 года.

Автор составитель:
Педагог дополнительного образования
Тимошкина Лариса Львовна

с.Старое Дрожжаное
2023 год

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА хореографического кружка .

Пояснительная записка

Танец-это уникальное по своей сути явление, в котором слилось воедино и ритм, и движение, и самовыражение, самосовершенствование, и энергия, и задор. Это прекрасная возможность стать здоровым, жизнерадостным, грациозным и уверенным в себе независимо от возраста, танцевального опыта и способностей. В танце, как и в спорте, в дополнение к таланту и вдохновении нужна техника. Занятий детей танцами дисциплинируют, помогают лучшему согласованию мысли и действий, воспитывают одаренную, трудовую, физически крепкую, творческую личность. На занятиях ритмикой, хореографией, и пластической гимнастикой дети учатся координации движения, развивают гибкость и пластику, изучают основы позиций и положения рук и ног в танце. Танец - не только источник движения под музыку, но и форма общения. Причем и партнеров по танцу, и всех присутствующих в зале, находящихся в данную минуту в роли зрителей. Танец - откроет для детей богатый мир добра, света, красоты, научит творческой преобразовательной деятельности. Современный танец – это красивый способ показать себя, и иногда это возможность самореализации. Современные танцы - это танцы, которые модны и популярны на данный момент. Каждому периоду времени свойственна своя музыкальная культура, которая, в свою очередь, порождает новые виды танца. Поэтому каждый танец можно назвать современным, но современным для своего времени. В нынешнем понимании, современный танец является синонимом – «популярный танец». К современным танцам

можно отнести все направления, которые популярны на сегодняшний день.

Современные танцы с их стремительными ритмами, необычными и сложными положениями тела хорошо тренируют выносливость, вестибулярный аппарат, систему дыхания и сердце. Работа над координацией позволит усложнять танцевальный рисунок, а постепенное развитие пластичности сделает импровизацию действительно многогранной и красивой.

Стремление к красоте тела, красоте движений, к красоте и выразительности в проявлении чувств должны быть не случайными, а постоянными. Этому способствуют занятия внеурочной деятельности общекультурной, творческой и эстетической направленности – танцевального кружка. Цель – развитие у участников кружка музыкально-пластических способностей, соединение внутреннего состояния с внешним физическим действием.

Для достижения цели задачи делятся на три группы:

1. Эстетические:

- Через образы дать возможность выразить собственное восприятие музыки;

- Развитие музыкального вкуса и кругозора;
- Приобщение к совместному движению с руководителем кружка.
- 2. Физические (пластические):
 - Развитие координации, гибкости, пластичности, выразительности, точности движения;-Развитие у участников кружка умение чувствовать характер музыкального сопровождения в своем движении;
- 3. Воспитательные: Воспитание у участников кружка интереса к занятиям хореографией;
 - Психологическое раскрепощение ребенка;
 - Воспитание умения работать в коллективе, выполнять танцевальные движения.

Программа рассчитана на 4 года с 01.09.2023г. до 31.05.2027г. Заниматься в кружке могут все желающие в возрасте от 7 до 17 лет без хореографической подготовки, которые проявляют интерес к танцевальному искусству или имеют определённые хореографические способности.

Таким образом, данная программа предполагает развитие и воспитание не только одарённых детей, но и всех желающих, так как главный педагогический принцип: воспитание и развитие личности в коллективе.

1. Тема первого года обучения (с 01.09.2023г. по 31.05.2024г.): За первый год занятий, дети, которые раньше никогда не занимались танцами научатся выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами, отмечать в движении музыкальные фразы, несложный ритмический рисунок. Также двигаться поскоками, лёгким бегом, боковым галопом, приставным шагом, пружинящим шагом. В свободных танцах исполнять знакомые движения. «Разнообразие, красота танца, выразительность движений».

По окончании первого года обучения участники кружка должны чётко выполнять все изучаемые элементы танца, проявлять слаженность и музыкальность исполнения, выразительность общения между собой в танце.

2. Тема второго года обучения (с 01.09.2024г. по 31.05.2025г.): «Ритмические фантазии».

За второй год занятий выучим позиции ног, рук в танце, элементы разных танцевальных направлений (бальный, народный, самба, рок-н-ролл), несложные эстрадные танцы, построенные на способностях детей эмоционально воспринимать образы.

Учащиеся, продолжая отрабатывать изученные танцы, знакомятся с хип хопом, учатся владеть элементами этого танца. В свободных танцах учатся использовать разнообразные движения. Далее совершенствуют исполнительское мастерство: отработку движений, создание выразительных образов.

На проведение танцевального занятия отводится 3 академических часа в неделю.

Обучение в детском коллективе проводится с учетом принципа добровольности и любви к танцу. 1. Тема третьего года обучения (с 01.09.2025г. по 31.05.2026г.): За третий год занятий, дети, которые раньше никогда не занимались танцами научатся

выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами, отмечать в движении музыкальные фразы, несложный ритмический рисунок. Также двигаться поскоками, лёгким бегом, боковым галопом, приставным шагом, пружинящим шагом. В свободных танцах исполнять знакомые движения. «Разнообразие, красота танца, выразительность движений».

По окончании третьего года обучения участники кружка должны чётко выполнять все изучаемые элементы танца, проявлять слаженность и музыкальность исполнения, выразительность общения между собой в танце.

2. Тема четвертого года обучения (с 01.09.2026г. по 31.05.2027г.):

«Ритмические фантазии».

За четвертый год занятий выучим позиции ног, рук в танце, элементы разных танцевальных направлений (бальный, народный, самба, рок-н-ролл), несложные эстрадные танцы, построенные на способностях детей эмоционально воспринимать образы.

Учащиеся, продолжая отрабатывать изученные танцы, знакомятся с хип хопом, учатся владеть элементами этого танца. В свободных танцах учатся использовать разнообразные движения. Далее совершенствуют исполнительское мастерство: отработку движений, создание выразительных образов.

На проведение танцевального занятия отводится 3 академических часа в неделю.

Обучение в детском коллективе проводится с учетом принципа добровольности и любви к танцу. Всего 4 группы-80 кружковцев.18 часов в неделю.

Занятия проходят:

В группе первого года обучения хореографическая группа "Сerpантин" возраст от 7-8лет -3 раза в неделю по 1 час(30 мин)

В группе второго года обучения хореографическая группа " Веснушки" возраст от 9-10лет -3 раза в неделю по 2 часа(по40мин)

В группе третьего года обучения хореографическая группа " Радость" возраст от 11-12лет – 3раза в неделю (по45 мин)

В группе четвертого года обучения хореографическая группа " Ритм" возраст от 13-17лет -3 раза в неделю по 2 часа (по45 мин)

Общеобразовательная программа хореографического кружка модифицирована руководителем хореографии Тимошкиной Л. Л. в соответствии с особенностями её функционирования на базе МБОУ " Алёшкин – Саплькская средняя общеобразовательная школа им.Дементьева В.С" Дрожжановского муниципального района РТ, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

В основу положена программа «Детская хореография», разработанная Т. Захаровой, рекомендованная Министерством образования Российской Федерации в качестве программы воспитания, обучения и развития детей младшего школьного возраста.

Назначение программы – осуществление хореографического образования школьников во внеурочное время, более широкое приобщение учащихся к искусству.

Актуальность хореографического образования.

В годы школьного возраста закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется его личность.

Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является художественно-эстетическое и культурное развитие детей приобщение к миру танца, знакомство с различными направлениями, историей и географией танца, прослушивание ритмичной танцевальной музыки развивают и внутренне обогащают, прививают умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром.

Кроме того, в этот период дети интенсивно растут и развиваются, движения становятся их потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период. В процессе учебных занятий у детей происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, нарушается осанка.

Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является организация двигательного режима детей, который обеспечивает активный отдых и удовлетворяет естественные потребности в движениях.

Движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма. Немаловажным является также и лечебный эффект занятий, в результате которых создаётся мышечный корсет, исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие, что позволяет также решать задачи общего укрепления и физического развития ребёнка.

Решение вышеизложенных задач возможно реализовать в процессе хореографического образования детей школьного возраста.

Научно-методические условия и средства:

- учебно-методический комплекс, включающий наглядные пособия и дидактический материал;
- специальная музыкальная литература.

Техническое обеспечение:

- просторное помещение для занятий;
- помещение для переодевания к занятиям;
- аудио кассеты с записями репертуара;
- реквизит к танцевальным постановкам.
- интернет – ресурсы
- информационно- коммуникативные технологии

Учебно-тематический план первого года обучения.

№	Название темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Учебно-тренировочная работа	1		1
2.	Сценическое движение.	3	10	13
3.	Ритмический тренаж	5	14	19
4.	Портерная гимнастика	7	28	35
5.	Танцевальные игры	8	16	24
6.	Мероприятия воспитательного характера	3	13	16
	Итого:			108

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2023-2024 учебный год

Раздел 1. Учебно-тренировочная работа

Тема 1.1:Проведение вводного инструктажа. Техника безопасности.

Цель: Познакомить участников коллектива с целями и задачами программы

предстоящего года обучения, закрепить правила техники безопасности на

занятиях, напомнить о костюме для занятий и личной гигиене.

Содержание материала: Занятие проводится в форме беседы.

Инструктаж по

технике безопасности.

Методическое обеспечение: текст вводного инструктажа и техники безопасности.

Тема 1.2: Разминка, упражнения для развития гибкости.

Цель: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок,

нарастить силу мышц. Развивать пластичность тела.

Содержание материала: комплекс упражнений направленный на улучшение

эластичности мышц и связок, повышение гибкости суставов.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки),

обувь (мягкие тапочки, чешки), коврики, колонка, флэшка с музыкой (детские мелодии).

Тема 1.3:Азбука музыкального движения.

Цель: Научить участников кружка двигаться под музыку и перестраиваться.

Привить театральные навыки, в виде работы над образными упражнениями.

Основные понятия: музыка, темп, такт.

Содержание материала:

Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм). Практическое освоение понятия «мелодия и движение».

Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 4/4, 2/4, 3/4.

контрастная музыка: быстрая - медленная, веселая - грустная.

Правила и

логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и

влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой.

Музыкально пространственные упражнения

Тема 1.4:Разучивание танцевальных движений.Соединение танцевальных движений.

Цель: Изучение движений танца «В ритме танца».

Содержание материала: Особенность танца. Музыка, стиль, костюмы.

Работа

корпуса, ног головы в современном танце. Простейшие прыжки, элементы

спортивных движений, перестроение.

Практическая работа: танец «В ритме танца»

Методическое обеспечение: используются произведения эстрадной музыки.

Тема 1.5:Отработка движений, точности, ритма.Работа над синхронностью.

Цель:Добиться четкого исполнения движений танца, синхронности исполнения.

Содержание материала: исполнение отдельных движений танца, связок и

целого танца. Работа в группах, развитие умения подстраиваться под ритм и

выполнять движения синхронно.

Методическое обеспечение: используется произведение EGO - WillyWilliam.

Тема 1.6:Работа над репертуаром.

Цель: постановка танца, техника исполнения.

Содержание материала: постановка движений танца - «В ритме танца».

Методическое обеспечение: используются произведения эстрадной музыки

EGO - WillyWilliam.

Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения: различные перестроения, маршировка в темпе и ритме, фигурная маршировка, ходьба парами, змейкой, звёздочкой.

Упражнения для развития чувства ритма: изучение шагов притопов, хлопков, поворотов, сочетание движений исполняемых в такт и из-за такта музыки, начало и окончание движений одновременно с музыкой. Упражнение для головы с различной амплитудой, для гибкости шеи, для подвижности плечевых суставов, для подвижности суставов позвоночника, для исправления осанки. Пластические этюды на повторение "движений растений и животных".

Портерная гимнастика:

- 1.упражнения для стопы, вытянуть, сократить, развернуть подъём.
- 2."Змейка"
- 3."Олень"
- 4.Поднятие ног на 90
- 5."Бревно"
- 6.Упражнение на растяжку, наклоны вперед, влево, вправо
- 7."Волна"
- 8"Лодочка"

Раздел 2. Сценическое движение.

Тема 2.1: Творческая деятельность.

Цель: Развитие мизансценического мышления и пластического воображения детей.

Содержание материала: Этюды.

Практическая работа: лиса и зайцы, дождь в лесу, прогулка в парке.

Музыкально-танцевальные игры:

Практическая работа: кот и мыши, кто скорее? карусель.

Методическое обеспечение: спортивная форма, чешки.

Тема 2.2:Музыкально-танцевальные игры.

Цель: Выбатывать выразительность, точность и индивидуальность в манере исполнения упражнений. Положительно воздействовать на эмоциональное состояние детей при помощи музыки.

Содержание материала:

⌚ Танцевально-ритмические упражнения – «Нарисуй себя», «Стирка».

⌚ Музыкальные игры – переноска мяча, воротца, змейка, запомни мелодию.

Раздел 3. Мероприятия воспитательного характера

Тема 3.1. Беседы об искусстве, прослушивание музыки.

Цель: приобрести общую эстетическую и танцевальную культуру.

Развить

тонкое восприятие хореографического искусства.

Содержание материала: Прослушивание мелодий.

Учебно-тематический план второго года обучения:

№	Название темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Учебно-тренировочная работа	1		1
2	Сценическое движение.	3	11	14
3	Ритмический тренажер	4	11	15
4	Портерная гимнастика	4	26	30
5	Элементы классического танца	6	34	40
6	Организационно-методическая работа	4	20	24
7	Мероприятия воспитательного характера	6	14	20
	Итого:			144

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2024-2025 учебный год

Раздел 1. Учебно-тренировочная работа

Тема 1.1: Проведение вводного инструктажа. Техника безопасности.

Цель: Познакомить участников коллектива с целями и задачами программы предстоящего года обучения, закрепить правила техники безопасности на занятиях, напомнить о костюме для занятий и личной гигиене.

Содержание материала: Занятие проводится в форме беседы. Инструктаж по технике безопасности.

Методическое обеспечение: текст вводного инструктажа и техники безопасности.

Тема 1.2: Разминка, упражнения для развития гибкости.

Цель: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Развивать пластичность тела.

Содержание материала: комплекс упражнений направленный на улучшение эластичности мышц и связок, повышение гибкости суставов.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки, чешки), коврики, колонка, флэшшка с музыкой (детские мелодии).

Тема 1.3: Азбука музыкального движения.

Цель: Научить участников кружка двигаться под музыку и перестраиваться.

Привить театральные навыки, в виде работы над образными упражнениями.

Основные понятия: музыка, темп, такт.

Содержание материала:

Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм). Практическое освоение понятия «мелодия и движение». Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 4/4, 2/4, 3/4. контрастная музыка: быстрая - медленная, веселая - грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Музыкально пространственные упражнения

Тема 1.4:Разучивание танцевальных движений.Соединение танцевальных движений.

Цель: Изучение движений танца «В ритме танца».

Содержание материала: Особенность танца. Музыка, стиль, костюмы. Работа корпуса, ног головы в современном танце. Простейшие прыжки, элементы спортивных движений, перестроение.

Практическая работа: танец «В ритме танца»

Методическое обеспечение: используются произведения эстрадной музыки.

Тема 1.5:Отработка движений, точности, ритма.Работа над синхронностью.

Цель:Добиться четкого исполнения движений танца, синхронности исполнения.

Содержание материала: исполнение отдельных движений танца, связок и целого танца. Работа в группах, развитие умения подстраиваться под ритм и выполнять движения синхронно.

Методическое обеспечение: используется произведение EGO - WillyWilliam.

Тема 1.6:Работа над репертуаром.

Цель: постановка танца, техника исполнения.

Содержание материала: постановка движений танца - «В ритме танца».

Методическое обеспечение: используются произведения эстрадной музыки EGO - WillyWilliam.

Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения: различные перестроения, маршировка в темпе и ритме, фигурная маршировка, ходьба парами, змейкой, звёздочкой.

Упражнения для развития чувства ритма: изучение шагов притопов, хлопков, поворотов, сочетание движений исполняемых в такт и из-за такта музыки, начало и окончание движений одновременно с музыкой. Упражнение для головы с различной амплитудой, для гибкости шеи, для подвижности плечевых суставов, для подвижности суставов позвоночника, для исправления осанки. Пластические этюды на повторение "движений растений и животных".

Портерная гимнастика:

- 1.упражнения для стопы, вытянуть, сократить, развернуть подъём.
- 2."Змейка"
- 3."Олень"

- 4.Поднятие ног на 90
- 5."Бревно"
- 6.Упражнение на растяжку, наклоны вперед, влево, вправо
- 7."Волна"
- 8"Лодочка"
- 9."Ключ»

Элементы классического танца:

Разучивание элементов классического танца с характерным исполнением движений

Раздел 2. Сценическое движение.

Тема 2.1: Творческая деятельность.

Цель: Развитие мизансценического мышления и пластического воображения детей.

Содержание материала: Этюды.

Практическая работа: лиса и зайцы, дождь в лесу, прогулка в парке.

Музыкально-танцевальные игры:

Практическая работа: кот и мыши, кто скорее? карусель.

Методическое обеспечение: спортивная форма, чешки.

Тема 2.2:Музыкально-танцевальные игры.

Цель: Выбатывать выразительность, точность и индивидуальность в манере исполнения упражнений. Положительно воздействовать на эмоциональное состояние детей при помощи музыки.

Содержание материала:

🕒 Танцевально-ритмические упражнения – «Нарисуй себя», «Стирка».

🕒 Музыкальные игры – переноска мяча, воротца, змейка, запомни мелодию.

Раздел 3. Мероприятия воспитательного характера

Тема 3.1. Беседы об искусстве, прослушивание музыки.

Цель: приобрести общую эстетическую и танцевальную культуру. Развить тонкое восприятие хореографического искусства.

Содержание материала: Прослушивание мелодий.

Учебно-тематический план третьего года обучения:

№	Название темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Учебно-тренировочная работа	1		1
2	Сценическое движение.	4	16	20
3	Ритмический тренажер	6	19	25
4	Портерная гимнастика	7	30	37
5	Элементы классического танца	6	38	44

6	Организационно-методическая работа	4	26	30
7	Мероприятия воспитательного характера	6	17	23
	Итого:			180

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2025-2026 учебный год

Раздел 1. Учебно-тренировочная работа

Тема 1.1: Проведение вводного инструктажа. Техника безопасности.

Цель: Познакомить с основными целями и задачами курса. Провести инструктаж по Т.Б.

Содержание материала: занятие проводится в форме беседы.

Руководитель

кружка напоминает участникам коллектива упражнения, изучаемые на

прошлых занятиях.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки),

обувь (мягкие тапочки, чешки), колонка, флэшка с музыкой.

Тема 1.2: Разминка, упражнения для развития гибкости.

Цель: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок,

нарастить силу мышц. Развивать пластичность тела.

Содержание материала: комплекс упражнений направленный на улучшение

эластичности мышц и связок, повышение гибкости суставов.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки),

обувь (мягкие тапочки, чешки), коврики, колонка, флэшка с музыкой (детские мелодии).

Тема 1.3: Повторение изученных танцев.

Цель: Обобщить и закрепить полученные практические навыки и знания.

Содержание материала: Повторение изученных танцев: «Танцевальный

микс», «Рок-н-ролл», «Дорога домой», «По камушкам».

Методическое обеспечение: колонка, флэшка с репертуаром, используемый

для танца.

Тема 1.4: Разучивание танцевальных движений. Соединение танцевальных

движений

Цель: Изучение движений танца «Дружба».

Содержание материала: Сюжет танца. Музыка, стиль, костюмы. Работа по

подгруппам. Развитие актерского мастерства, театральных способностей.

Практическая работа: танец «Дружба»

Методическое обеспечение: используются произведения triplex-brigada,

песня разбойников из мультфильма «Бременские музыканты».

Тема 1.5: Отработка движений, точности, ритма. Работа над синхронностью.

Цель: Добиться четкого исполнения движений танца, синхронности исполнения.

Содержание материала: исполнение отдельных движений танца, связок и

целого танца. Работа в группах, развитие умения подстраиваться под ритм и

выполнять движения синхронно.

Методическое обеспечение: используется произведение triplex-brigada, песня

разбойников из мультфильма «Бременские музыканты».

Тема 1.6: Работа над репертуаром.

Цель: постановка танца, отработка движений, техника исполнения.

Содержание материала: Танец «Дружба»

Методическое обеспечение: используются произведения triplex-brigada,

песня разбойников из мультфильма «Бременские музыканты».

Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения: различные перестроения, маршировка в темпе и ритме, фигурная маршировка, ходьба парами, змейкой, звёздочкой.

Упражнения для развития чувства ритма: изучение шагов притопов, хлопков, поворотов, сочетание движений исполняемых в такт и из-за такта музыки, начало и окончание движений одновременно с музыкой. Упражнение для головы с различной амплитудой, для гибкости шеи, для подвижности плечевых суставов, для подвижности суставов позвоночника, для исправления осанки. Пластические этюды на повторение "движений растений и животных".

Портерная гимнастика:

1.упражнения для стопы, вытянуть, сократить, развернуть подъём.

2."Змейка"

3."Олень"

4.Поднятие ног на 90

5."Бревно"

6.Упражнение на растяжку, наклоны вперед, влево, вправо

7."Волна"

8"Лодочка"

9."Ключ»

Элементы классического танца:

Разучивание элементов классического танца с характерным исполнением движений

Раздел 2. Сценическое движение.

Тема 2.1: Творческая деятельность.

Цель: Развитие мизансценического мышления и пластического воображения детей.

Содержание материала: Этюды.

Практическая работа: художник, перелет птиц, шторм на море.

Музыкально-танцевальные игры:

Практическая работа: рыбачек, чей кружок быстрее соберется, сова.

Методическое обеспечение: спортивная форма, чешки.

Тема 2.2: Музыкально-танцевальные игры.

Цель: Освоение ряда частных двигательных навыков – технических приемов

выполнения пластических заданий.

Содержание материала:

⌚ Занятия - фантазий

⌚ Ролевые игры (на внимание, на память).

⌚ Развитие творческого воображения.

⌚ Творческие постановки.

Методическое обеспечение: специальная форма, обувь, колонка, флэшка с музыкой.

Раздел 3. Мероприятия воспитательного характера

Тема 3.1. Беседы об искусстве, прослушивание музыки.

Цель: приобрести общую эстетическую и танцевальную культуру.

Развить

тонкое восприятие хореографического искусства.

Содержание материала: ознакомление участников коллектива с искусством

хореографии. Идеи добра и зла, персонажи.

Практическая работа: прослушивание музыкальных фрагментов.

Организация образовательного процесса

Учитывая, что в танцевальный кружок часто принимаются дети без специального отбора, следует обращать внимание на положение всей

ноги и

стопы, в полной и неполной выворотности, чтобы не было наклона в голеностопном суставе ни снаружи, ни внутри.

Участники коллектива, во время занятий в кружке, должны получать представление о выразительности танцевальных движений,

отражающих

внутренний мир человека, стремиться к совершенствованию своих движений

– выразительности, легкости, стили, грации.

В мероприятиях воспитательного характера входит подготовка выступлений участников кружка на мероприятиях МБОУ " Алёшкин – Саплыкская средняя общеобразовательная школа им.Дементьева П.В" Дрожжановского муниципального района РТ

На занятия участники кружка должны приходить в специальной форме, это

их дисциплинирует. Девочки надевают купальник, мальчики – шорты

и

майки. Обувь тапочки на мягкой подошве (балетные тапочки) и для мальчиков, и для девочек.

Наиболее благоприятным для развития многообразных способностей

и

качеств является период интенсивного развития в возрасте 7 – 12 лет.

Именно в этот период развиваются гибкость, подвижность суставов, скоростно-силовые качества, память, внимание, воображение, чувство

ритма

и другие качества, необходимые для занятий в кружке.

Не все дети, занимающиеся в кружке, имеют одинаковые физические способности, музыкальный слух, память, внимание. Поэтому

необходимо

предусмотреть индивидуальные занятия для участников кружка с учётом их

желания и способностей. Набор в группы проводится добровольно.

При наборе участников кружка учитывается:

1. Желание заниматься в танцевальном коллективе.

2. Способности к овладению техникой танца.

Всё это определяется на первых занятиях. Руководитель отмечает для себя

более способных участников, но при этом продолжает поощрять детей,

которые пока не проявили себя. Можно разбить группы на подгруппы, но

впоследствии соединить их, делая это с психологической точки зрения очень

осторожно, чтобы у участника кружка не развился комплекс «я хуже, а ты

лучше» и наоборот.

В процессе занятий в кружке используются следующие формы работы:

-теоретические занятия (беседы, викторины, чтение литературы),

Практические занятия: Ежегодно проводятся праздники, праздничные концерты

К мероприятиям воспитательного характера относятся также чаепитие после

концертов, участие в постановках детских школьных праздников, а также

выступление на конкурсах.

В процессе работы применяются следующие методы:

Наглядный метод: усвоение нового материала, познавательная деятельность

учащихся зависит от чувственных образов, представлений, которые формируются с помощью наглядных средств.

Показательный метод – это метод показа отдельных элементов танца.

Поисковый метод: обеспечивает самостоятельное решение в выборе элементов танца.

Метод взаимного просвещения; репродуктивный метод используются при

закреплении, повторении, обобщении.

Проблемный метод – рождает высокую познавательную активность.

Информационный метод - перед тем, как приступить к занятиям, обучающиеся получают необходимую информацию от руководителя.

Упражнения - все виды упражнений показываются руководителем.

Все

движения выполняются поочерёдно.

Знание и использование всех этих методов поможет создать тот танцевальный номер, который хотел руководитель донести до участников

кружка.

Требования к методам обучения:

1. Научность метода. Нужно видеть, какие общие конкретные задачи можно

разрешить данным методом, какому содержанию он соответствует, каких

требует видов деятельности и как их организовать.

2. Направленность метода. Метод должен быть направлен на общее развитие

учащихся, на формирование познавательных интересов, мотивов учения,

отработку умений и навыков.

3. Доступность метода, его соответствие психолого-педагогическим возможностям участников коллектива.

Формы занятий используются как групповые так и индивидуальные (когда

нужно поставить сольный номер или отработать некоторые элементы танца).

Схема занятия.

Занятия строятся по следующей схеме:

1. Вводная часть.

- орг. момент;

- постановка познавательной задачи;
- расстановка участников кружка в зале;
- разминка.

2. Основная часть.

- повторение домашнего материала;
- подведение итогов группового занятия;
- показ новых элементов танца;
- отработка и закрепление;
- подведение итогов.

3. Подведение общих итогов.

- анализ и обсуждение работы в группе;
- закрепление материала;
- задание на дом;
- расстановка участников кружка на поклон.

Диагностика достижений участников кружка.

Критерии оценок.

1. Качество выполнения элементов в танце.

2. Синхронность и техника исполнения.

3. Развитие навыков.

4. Применение изученного материала.

5. Умение чётко выполнять танец.

6. Развитие творческих навыков.

При оценке работы учитывается:

1. Возраст.

2. Техника и качество исполнения танца.

3. Оригинальность.

Условия реализации программы.

Условием реализации программы является её выполнение, обучение с применением новых информационных технологий, методической литературы, где в доступной форме описаны стандарты хореографических

умений. Умело организованный контроль на каждом этапе обучения – это

гарант достижений участниками кружка знаний, умений, навыков, обозначенных в программе. Для реализации программы необходимо:

1. На занятиях использовать систему творческих заданий.

2. Совершенствовать технику исполнения танца.

3. Поощрять и поддерживать стремление добиваться успехов.

4. В процессе занятий в кружке использовать различные приёмы для обучения

танцам, использовать видео материал, наглядные пособия.

Прогнозирование результатов

Занятия в кружке формируют, развивают и воспитывают различные способности и качества участников кружка:

-музыкально - танцевальные,

- физические,
- коммуникативные,
- эмоционально – волевые,
- организаторские,
- творческие,
- познавательные

Музыкально – танцевальные знания:

- знание основ русского фольклора;
- знание позиций ног и положений рук;
- знание манеры исполнения национальных танцев;

Умения: - умение исполнять основные движения народного танца, классического, эстрадного, спортивного;

- уметь поставить рисунок танца.

Развитие физических способностей:

- силы ног,
- пластичности рук,
- гибкости тела,
- эластичности мышц и подвижности суставов.

Участники кружка, прошедшие обучение по данной программе, должны

получить общие сведения об искусстве танца, его особенностях, представление о выразительности танцевальных движений, которые отражают внутренний мир человека.

Учебно-тематический план четвертого года обучения:

№	Название темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Учебно-тренировочная работа	1		1
2	Сценическое движение.	6	20	26
3	Ритмический тренажер	8	21	29
4	Портерная гимнастика	8	35	43
5	Элементы классического танца	8	41	49
6	Организационно-методическая работа	6	34	40
7	Мероприятия воспитательного характера	7	21	28
				216

	Итого:			
--	--------	--	--	--

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2026-2027 учебный год

Раздел 1. Учебно-тренировочная работа

Тема 1.1: Проведение вводного инструктажа. Техника безопасности.

Цель: Познакомить с основными целями и задачами курса. Провести инструктаж по Т.Б.

Содержание материала: занятие проводится в форме беседы.

Руководитель

кружка напоминает участникам коллектива упражнения, изучаемые на

прошлых занятиях.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки),

обувь (мягкие тапочки, чешки), колонка, флэшка с музыкой.

Тема 1.2: Разминка, упражнения для развития гибкости.

Цель: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок,

нарастить силу мышц. Развивать пластичность тела.

Содержание материала: комплекс упражнений направленный на улучшение

эластичности мышц и связок, повышение гибкости суставов.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки),

обувь (мягкие тапочки, чешки), коврики, колонка, флэшка с музыкой (детские мелодии).

Тема 1.3: Повторение изученных танцев.

Цель: Обобщить и закрепить полученные практические навыки и знания.

Содержание материала: Повторение изученных танцев: «Танцевальный

микс», «Рок-н-ролл», «Дорога домой», «По камушкам».

Методическое обеспечение: колонка, флэшка с репертуаром, используемый

для танца.

Тема 1.4: Разучивание танцевальных движений. Соединение танцевальных

движений

Цель: Изучение движений танца «Дружба».

Содержание материала: Сюжет танца. Музыка, стиль, костюмы. Работа по

подгруппам. Развитие актерского мастерства, театральных способностей.

Практическая работа: танец «Дружба»

Методическое обеспечение: используются произведения triplex-brigada,

песня разбойников из мультфильма «Бременские музыканты».

Тема 1.5: Отработка движений, точности, ритма. Работа над синхронностью.

Цель: Добиться четкого исполнения движений танца, синхронности исполнения.

Содержание материала: исполнение отдельных движений танца, связок и

целого танца. Работа в группах, развитие умения подстраиваться под ритм и

выполнять движения синхронно.

Методическое обеспечение: используется произведение triplex-brigada, песня

разбойников из мультфильма «Бременские музыканты».

Тема 1.6: Работа над репертуаром.

Цель: постановка танца, отработка движений, техника исполнения.

Содержание материала: Танец «Дружба»

Методическое обеспечение: используются произведения triplex-brigada,

песня разбойников из мультфильма «Бременские музыканты».

Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения: различные перестроения, маршировка в темпе и ритме, фигурная маршировка, ходьба парами, змейкой, звёздочкой.

Упражнения для развития чувства ритма: изучение шагов притопов, хлопков, поворотов, сочетание движений исполняемых в такт и из-за такта музыки, начало и окончание движений одновременно с музыкой. Упражнение для головы с различной амплитудой, для гибкости шеи, для подвижности плечевых суставов, для подвижности суставов позвоночника, для исправления осанки. Пластические этюды на повторение "движений растений и животных".

Портерная гимнастика:

1.упражнения для стопы, вытянуть, сократить, развернуть подъём.

2."Змейка"

3."Олень"

4.Поднятие ног на 90

5."Бревно"

6.Упражнение на растяжку, наклоны вперед, влево, вправо

7."Волна"

8"Лодочка"

9."Ключ»

Элементы классического танца:

Разучивание элементов классического танца с характерным исполнением движений

Раздел 2. Сценическое движение.

Тема 2.1: Творческая деятельность.

Цель: Развитие мизансценического мышления и пластического воображения

детей.

Содержание материала: Этюды.

Практическая работа: художник, перелет птиц, шторм на море.

Музыкально-танцевальные игры:

Практическая работа: рыбачек, чей кружок быстрее соберется, сова.

Методическое обеспечение: спортивная форма, чешки.

Тема 2.2: Музыкально-танцевальные игры.

Цель: Освоение ряда частных двигательных навыков – технических приемов

выполнения пластических заданий.

Содержание материала:

⌚ Занятия - фантазий

⌚ Ролевые игры (на внимание, на память).

⌚ Развитие творческого воображения.

⌚ Творческие постановки.

Методическое обеспечение: специальная форма, обувь, колонка, флэшка с

музыкой.

Раздел 3. Мероприятия воспитательного характера

Тема 3.1. Беседы об искусстве, прослушивание музыки.

Цель: приобрести общую эстетическую и танцевальную культуру.

Развить

тонкое восприятие хореографического искусства.

Содержание материала: ознакомление участников коллектива с искусством

хореографии. Идеи добра и зла, персонажи.

Практическая работа: прослушивание музыкальных фрагментов.

Организация образовательного процесса

Учитывая, что в танцевальный кружок часто принимаются дети без специального отбора, следует обращать внимание на положение всей

ноги и

стопы, в полной и неполной выворотности, чтобы не было наклона в голеностопном суставе ни снаружи, ни внутри.

Участники коллектива, во время занятий в кружке, должны получать представление о выразительности танцевальных движений,

отражающих

внутренний мир человека, стремиться к совершенствованию своих движений

– выразительности, легкости, стили, грации.

В мероприятиях воспитательного характера входит подготовка выступлений участников кружка на мероприятиях МБОУ " Алёшкин – Саплыкская средняя общеобразовательная школа им.Дементьева П.В" Дрожжановского муниципального района РТ

На занятия участники кружка должны приходить в специальной форме, это

их дисциплинирует. Девочки надевают купальник, мальчики – шорты и

майки. Обувь тапочки на мягкой подошве (балетные тапочки) и для мальчиков, и для девочек.

Наиболее благоприятным для развития многообразных способностей и

качеств является период интенсивного развития в возрасте 7 – 17 лет. Именно в этот период развиваются гибкость, подвижность суставов, скоростно-силовые качества, память, внимание, воображение, чувство ритма

и другие качества, необходимые для занятий в кружке.

Не все дети, занимающиеся в кружке, имеют одинаковые физические способности, музыкальный слух, память, внимание. Поэтому необходимо

предусмотреть индивидуальные занятия для участников кружка с учётом их

желания и способностей. Набор в группы проводится добровольно.

При наборе участников кружка учитывается:

1. Желание заниматься в танцевальном коллективе.

2. Способности к овладению техникой танца.

Всё это определяется на первых занятиях. Руководитель отмечает для себя

более способных участников, но при этом продолжает поощрять детей,

которые пока не проявили себя. Можно разбить группы на подгруппы, но

впоследствии соединить их, делая это с психологической точки зрения очень

осторожно, чтобы у участника кружка не развился комплекс «я хуже, а ты

лучше» и наоборот.

В процессе занятий в кружке используются следующие формы работы:

-теоретические занятия (беседы, викторины, чтение литературы),

Практические занятия: Ежегодно проводятся праздники, праздничные концерты

К мероприятиям воспитательного характера относятся также чаепитие после

концертов, участие в постановках детских школьных праздников, а также

выступление на конкурсах.

В процессе работы применяются следующие методы:

Наглядный метод: усвоение нового материала, познавательная деятельность

учащихся зависит от чувственных образов, представлений, которые формируются с помощью наглядных средств.

Показательный метод – это метод показа отдельных элементов танца.

Поисковый метод: обеспечивает самостоятельное решение в выборе элементов танца.

Метод взаимного просвещения; репродуктивный метод используются при

закреплении, повторении, обобщении.

Проблемный метод – рождает высокую познавательную активность.

Информационный метод - перед тем, как приступить к занятиям, обучающиеся получают необходимую информацию от руководителя.

Упражнения - все виды упражнений показывается руководителем.

Все

движения выполняются поочерёдно.

Знание и использование всех этих методов поможет создать тот танцевальный номер, который хотел руководитель донести до участников

кружка.

Требования к методам обучения:

1. Научность метода. Нужно видеть, какие общие конкретные задачи можно

разрешить данным методом, какому содержанию он соответствует, каких

требует видов деятельности и как их организовать.

2. Направленность метода. Метод должен быть направлен на общее развитие

учащихся, на формирование познавательных интересов, мотивов учения,

отработку умений и навыков.

3. Доступность метода, его соответствие психолого-педагогическим возможностям участников коллектива.

Формы занятий используются как групповые так и индивидуальные (когда

нужно поставить сольный номер или отработать некоторые элементы танца).

Схема занятия.

Занятия строятся по следующей схеме:

1. Вводная часть.

- орг. момент;

- постановка познавательной задачи;
- расстановка участников кружка в зале;
- разминка.

2. Основная часть.

- повторение домашнего материала;
- подведение итогов группового занятия;
- показ новых элементов танца;
- отработка и закрепление;
- подведение итогов.

3. Подведение общих итогов.

- анализ и обсуждение работы в группе;
- закрепление материала;
- задание на дом;
- расстановка участников кружка на поклон.

Диагностика достижений участников кружка.

Критерии оценок.

1. Качество выполнения элементов в танце.
2. Синхронность и техника исполнения.
3. Развитие навыков.
4. Применение изученного материала.
5. Умение чётко выполнять танец.
6. Развитие творческих навыков.

При оценке работы учитывается:

1. Возраст.
2. Техника и качество исполнения танца.
3. Оригинальность.

Условия реализации программы.

Условием реализации программы является её выполнение, обучение с применением новых информационных технологий, методической литературы, где в доступной форме описаны стандарты хореографических

умений. Умело организованный контроль на каждом этапе обучения – это

гарант достижений участниками кружка знаний, умений, навыков, обозначенных в программе. Для реализации программы необходимо:

1. На занятиях использовать систему творческих заданий.
2. Совершенствовать технику исполнения танца.
3. Поощрять и поддерживать стремление добиваться успехов.
4. В процессе занятий в кружке использовать различные приёмы для

обучения

танцам, использовать видео материал, наглядные пособия.

Прогнозирование результатов

Занятия в кружке формируют, развивают и воспитывают различные способности и качества участников кружка:

-музыкально - танцевальные,

- физические,
- коммуникативные,
- эмоционально – волевые,
- организаторские,
- творческие,
- познавательные

Музыкально – танцевальные знания:

- знание основ русского фольклора;
- знание позиций ног и положений рук;
- знание манеры исполнения национальных танцев;

Умения: - умение исполнять основные движения народного танца, классического, эстрадного, спортивного;

- уметь поставить рисунок танца.

Развитие физических способностей:

- силы ног,
- пластичности рук,
- гибкости тела,
- эластичности мышц и подвижности суставов.

Участники кружка, прошедшие обучение по данной программе, должны

получить общие сведения об искусстве танца, его особенностях, представление о выразительности танцевальных движений, которые отражают внутренний мир человека.

Литература для педагога

1. Буренина А. И. "Ритмическая мозаика", Санкт-Петербург, 2000г.

2. « Танцы разных народов» Богаткова Л. Н. 1958г.

3. « В лагере и в школе» Богаткова Л. Н. 1958г.

4. « Танцы в начальной школе» З.Я. Роот Москва 2006г.

5. «Детская хореография» Татьяна Захарова, педагог

дополнительного образования Центра внешкольного работы г. Новоуральск

6. Ваганова, А. «Основы классического танца» / А. Ваганова, М.: Искусство, 1963 г.

7. Попова, З.Н. Учимся танцевать / Попова З.Н., Якутск, 2010г.

8. Танцы (народные, эстрадные) // ж-л Танцевальный клондайк, 2007, №2

9. Телегин, А.А. Танцуемджайв и рок-н-ролл. Самоучит. Модных танцев / А.А. Телегин, 2010г.

10. Чибрикова А.Е. Ритмика / А.Е. Чибрикова -М.: просвещение, 2000г.

11. Барышникова Т. «Азбука хореографии» (-М.: Айрис Пресс, 1999)

12. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (-М.: ТЦ

Сфера, 2009