

Управление образования администрации г. Чебоксары  
Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования  
«Дворец детского (юношеского) творчества» муниципального образования  
города Чебоксары – столицы Чувашской Республики

ПРИНЯТО  
Решением научно-методического совета  
МАОУДО «ДДЮТ» г. Чебоксары  
Протокол № 1  
от 25.08.2020 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУДО «ДДЮТ»  
г. Чебоксары  
Е.В. Воробьева  
Приказ № 349/1 от 25.08.2020 г.

СОГЛАСОВАНО  
Старший методист комплекса художественного  
творчества и исполнительского мастерства  
И.Л. Белкина  
от 25.08.2020 г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора  
МАОУДО «ДДЮТ» г. Чебоксары  
Н.М. Мясникова  
от 25.08.2020 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
**«ТанцКласс»**

Возраст детей, на которых рассчитана  
программа: 5-17 лет

Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель:  
педагог дополнительного образования  
Добровольская Виктория Николаевна

Чебоксары, 2020

## Содержание

Раздел №1 «Комплекс основных характеристик программы» .....	
1.1. Пояснительная записка.....	2
1.2. Цель и задачи программы.....	3
1.3. Учебный план.....	4
1.4. Содержание программы.....	5
1.5. Планируемые результаты.....	6
Раздел №2 «Комплекс организационно-педагогических условий».....	
2.1. Календарный учебный график.....	6
2.2. Условия реализации программы.....	9
2.3. Формы аттестации.....	10
2.4. Оценочные материалы.....	10
2.5. Методические материалы.....	10
2.6. Список литературы.....	11

## Раздел 1 «Комплекс основных характеристик программы»

### 1.1. Пояснительная записка.

В связи с возрастающим интересом детей и подростков к танцевальной культуре, необходимостью полного удовлетворения жизненно важной потребности человека в активном движении, а также учитывая, что движение является важнейшим средством воспитания подрастающего поколения, возникла необходимость разработки программы обучения детей хореографическому искусству.

Программа дает возможность познакомиться с различными видами многообразного мира танцевального искусства. Направлена на развитие у воспитанников физических данных: сила, ловкость, гибкость и др., а также на формирование гармонично и всесторонне развитой личности в процессе овладения искусством танца, развитие художественной одаренности в области танцевально-исполнительского мастерства.

**Направленность** программы дополнительного образования - художественная.

Дополнительная общеразвивающая программа разработана в соответствии с:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»,
- Приказом Минпросвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
- Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»,
- Постановлением Главного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 г. «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»,
- Уставом МАОУДО «ДДЮТ» г. Чебоксары.

**Актуальность** программы состоит в том, что в ней учтены и адаптированы возможности учащихся младшего, среднего и старшего возраста, рассматриваются основные направления хореографии: гимнастика, классический, народный и бальный танцы. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента каждого учащегося, а также на развитие его сценической культуры.

**Педагогическая целесообразность** заключается в комплексном психологическом и эмоциональном воздействии на учащихся. Используются техники импровизации и танцевально-двигательной терапии. Импровизация дает собственную свободу выбора движения в танце, играет основную роль в развитии творческой личности. Она требует глубокой внутренней работы, открытого сознания, формирования предельно ясных целей, для раскрытия потенциальных возможностей. Основной задачей хореографии является побуждение к спонтанным выразительным движениям, благодаря осуществлению которых развивается подвижность и укрепляются силы не только на физическом, но и на психическом уровне. Таким образом, представляет собой психологическую работу через движение.

**Отличительные особенности данной программы** - синтез движения и музыки, формирующий у учащихся сферу чувств, координацию, музыкальность и артистичность; развитие слуховой, зрительной, моторной (мышечной) памяти; обучение благородным манерам; воспитание художественного вкуса.

Хореографическое творчество нацелено на работу с телом и на снятие внутренних зажимов. Все эти необходимые качества приобретаются на занятиях и переносятся учащимися из танцевального класса в другие сферы их деятельности и жизни в целом.

**Возраст детей и срок реализации программы.** В реализации программы участвуют дети от 5 до 17 лет. Дети объединяются в группы с учетом возраста. Состав групп – постоянный. Наполняемость групп – 12-15 человек.

**Формой** обучения: очная.

Формы занятий: беседа, инструктаж, традиционное занятие, концерт.

**Режим занятий.** Занятия проводятся 1 раз в неделю по два академических часа (по 45 минут с 15 минутным перерывом). В год - 72 часа.

**Срок реализации:** 1 год.

**Уровень:** стартовый.

Обучение строится на следующих принципах: доступность, последовательность, сотрудничество, наглядность, активность, импровизация, и т.д.

### 1.2 Цель и задачи программы

**Цель** – приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать их эстетическому и нравственному развитию, а также привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту, выявить и раскрыть творческие способности обучающихся посредством хореографического искусства.

**Достижение цели требует решения следующих задач:**

- научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского бального танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;
- развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству;
- воспитание любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умения работать в коллективе и в паре.

### 1.3 Учебно-тематический план.

№ п/п	Наименование тем	Количество часов	Формы аттестации/контроля (наблюдение, контрольный урок, конкурс,
-------	------------------	------------------	---

					отчетный концерт )
		всего часов	теория	практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	2		наблюдение
2	Партерная гимнастика.	6	1	5	наблюдение
3	Упражнения для разминки.	10	1	9	зачет
4	Ориентировка в пространстве и подготовка к рисункам в танце.	10	1	9	зачет
5	Основы классического танца.	16	1	15	зачет
6	Основы народного танца.	16	1	15	зачет
7	Основы бального танца.	10	1	9	зачет
8	Итоговое занятие.	2	0	2	зачет
	<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>	<b>6</b>	<b>66</b>	

### 3.4 Содержание программы.

#### **Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ**

Теория: что такое танец и откуда идут его истоки, какие бывают танцы, в чем их отличие, что необходимо для занятий танцем, чем предполагается заниматься на протяжении года. Инструктаж по ТБ (форма занятия - беседа).

#### **Тема 2. Партерная гимнастика.**

Теория: партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии как фундамент танца. Экзерсис: партерный, классический, народно-характерный, джазовый и в стиле «модерн». Правила выполнения экзерсиса. (форма занятия - беседа)

Практика: упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Упражнения для корпуса, ног и рук, развития гибкости, эластичности. (форма занятия- традиционное занятие).

#### **Тема 3. Упражнения для разминки.**

Теория: физиология человека и значение разминки в подготовке детей к основному занятию (форма занятия - беседа).

Практика: упражнения на развитие гибкости рук, стоп и корпуса (форма занятия- традиционное занятие).

#### **Тема 4. Ориентировка в пространстве и подготовка к рисункам в танце.**

Теория: Знакомство с понятием « ориентация в пространстве», «ориентация по точкам». (форма занятия - беседа).

Практика: упражнения на построение: построение круга, построение двух кругов, построение в колонну по 2, по 4, диагональ, змейка, поклон.

Отработка этюдов. Игровая импровизация. (форма занятия- традиционное занятие).

#### **Тема 5. Основы классического танца.**

Теория: классический танец – основа всей хореографии. Знакомство с историей и элементами классического танца. Основы актерского мастерства для развития раскрепощенной личности. (форма занятия - беседа)

Практика: знакомство с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями. Разучивание танцевальных этюдов. (форма занятия- традиционное занятие).

#### **Тема 6. Основы народного танца.**

Теория: история народного танца. Знакомство с элементами народного танца: позициями и положениями рук и ног, различными танцевальными движениями, танцевальными перестроениями, танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях. Разучивание танцевальных этюдов. Основы актерского мастерства для развития раскрепощенной личности. (форма занятия - беседа).

Практика: составление и разучивание тренировочных танцевальных этюдов, построенных на движениях народного танца. (форма занятия- традиционное занятие).

#### **Тема 7. Основы бального танца.**

Теория: знакомство с историей бального танца и основными танцевальными элементами: подскоки, раг польки, раг вальса. (форма занятия - беседа).

Практика: постановка корпуса, ног, рук (согласно тому времени, к которому относятся исполняемые танцевальные движения). Работе в паре. Постановка и разучивание танцевальных этюдов: «Полька», «Вальс». (форма занятия- традиционное занятие).

#### **Тема 8. Итоговое занятие.**

Практика: Итоговый концерт (форма занятия - концерт).

### **1.5.Планируемые результаты**

Ожидаемые результаты по итогам реализации программы:

1. Укрепление физического здоровья детей.
2. Владение первоначальной танцевальной подготовкой.
3. Развитие музыкального слуха, чувства ритма.
4. Выражение эмоций через движения.
5. Развитие интереса к танцевальному искусству.
6. Участие в концертах и конкурсах

## **Раздел №2 «Комплекс организационно-педагогических условий**

### **2.1.Календарный учебный график по вокалу**

#### **I год обучения**

<b>№ п/п</b>	<b>Месяц</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Форма контроля</b>
1	сентябрь	беседа	2	Вводное занятие. Инструктаж по Т.Б.	опрос

2	сентябрь	традиционное занятие	2	Партерная гимнастика. Экзерсис в хореографии. Выполнение экзерсиса.	практическое задание
3	сентябрь	традиционное занятие	2	Партерная гимнастика. Экзерсис классический, партерный, народно-характерный. Выполнение экзерсиса.	практическое задание
4	сентябрь	традиционное занятие	2	Партерная гимнастика. Экзерсис в стиле модерн, джазовый. Выполнение экзерсиса.	практическое задание
5	октябрь	традиционное занятие	2	Физиология человека. Разминка и её значение. Выполнение разминки – гимнастические элементы.	наблюдение
6	октябрь	традиционное занятие	2	Ритмические упражнения в различных комбинациях.	практическое задание
7	октябрь	традиционное занятие	2	Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	практическое задание
8	октябрь	традиционное занятие	2	Гимнастика. Упражнения на растяжку, упражнения для развития правильной осанки	практическое задание
9	ноябрь	традиционное занятие	2	Игровые двигательные упражнения с предметами.	практическое задание
10	ноябрь	традиционное занятие	2	Ориентация в пространстве. Ориентация по точкам. Построение кругов и полукруга.	практическое задание
11	ноябрь	традиционное занятие	2	Построение в колонну по 2, по 4, 6.	практическое задание
12	ноябрь	традиционное занятие	2	Диагональные линии. Змейка.	практическое задание
13	декабрь	традиционное занятие	2	Отработка этюдов. Игровая импровизация.	практическое задание
14	декабрь	традиционное занятие	2	Отработка этюдов. Игровая импровизация.	практическое задание
15	декабрь	традиционное занятие	2	Знакомство с историей и элементами классического танца. Основные элементы, положения и движения рук и ног.	практическое задание
16	декабрь	открытое	2	Экзерсис у станка, экзерсис на	контрольный срез

		занятие		середине зала.	знаний
17	январь	традиционное занятие	2	Экзерсис у станка, экзерсис на середине зала.	практическое задание
18	январь	традиционное занятие	2	Allegro, экзерсис на пальцах и полупальцах	практическое задание
19	январь	традиционное занятие	2	Allegro, экзерсис на пальцах и полупальцах.	практическое задание
20	январь	традиционное занятие	2	Перегибы корпуса в стороны, руки на поясе. Работа над устойчивостью. Танцевальные этюды.	практическое задание
21	февраль	традиционное занятие	2	Port de bra 1-ая форма и свободная форма. Танцевальные этюды.	практическое задание
22	февраль	традиционное занятие	2	Импровизация. Танцевальные этюды.	практическое задание
23	февраль	традиционное занятие	2	История народного танца. Простой ход на 1/4 такта.	практическое задание
24	февраль	традиционное занятие	2	Народный шаркающий ход.	практическое задание
25	март	традиционное занятие	2	Переменный шаг на всей стопе.	практическое задание
26	март	традиционное занятие	2	Боковой ход (припадание), «Притоп».	практическое задание
27	март	традиционное занятие	2	Повороты на месте. Дробный ход. Танцевальные этюды	практическое задание
28	март	традиционное занятие	2	Сценическая форма pas de basque. Танцевальные этюды	практическое задание
29	апрель	традиционное занятие	2	Комбинации из простейших дробных движений. Танцевальные этюды	практическое задание
30	апрель	традиционное занятие	2	Комбинации из простейших дробных движений. Танцевальные этюды.	практическое задание
31	апрель	традиционное занятие	2	Бальный танец: история и современность. Основные элементы: подскоки, раг польки, раг вальса.	практическое задание
32	апрель	традиционное занятие	2	Постановка корпуса, ног, рук в бальном танце.	практическое задание
33	май	традиционное	2	Работа в паре. Танцевальные	практическое



		занятие		этюды: « Вальс» «Полька».	задание
34	май	традиционное занятие	2	Работа в паре. Танцевальные этюды: « Вальс», «Полька».	практическое задание
35	май	традиционное занятие	2	Работа в паре. Танцевальные этюды: « Вальс», «Полька».	практическое задание
36	май	открытое занятие/концерт	2	Итоговое занятие.	контрольный срез знаний
		<i>Итого</i>	<b>72</b>		

## 2.2. Условия реализации программы

В выборе методов обучения, в организации учебного процесса необходимо учитывать специфику данной программы, для успешной ее реализации необходимо соблюдение следующих условий.

### 1. Кадровое обеспечение:

Занятия проводит педагог дополнительного образования, владеющий профессиональными знаниями в хореографическом творчестве, знающий специфику дополнительного образования, имеющий практические навыки в сфере организации интерактивной деятельности детей.

### 2. Материально-техническое обеспечение:

Хореографический класс с зеркальным оформлением стен; наличие оборудованной раздевалки; аппаратура для музыкального сопровождения занятий.

Учащимся необходимо наличие репетиционной и концертной одежды и обуви.

### 3. Информационное обеспечение:

Специальная литература. Аудио-, видео-, фото- материалы. Интернет источники.

## 2.3. Формы аттестации

Формы аттестации: открытое занятие, блиц-опросы, концертная деятельность, творческий отчет коллектива, видео- и фото- материалы, выступления перед родителями.

Предусмотрен промежуточный и итоговый контроль знаний учащихся.

## 2.4. Оценочные материалы

№	Какие знания, умения и навыки контролируются	Дата	Форма проведения
1.	Развитие музыкальности и ритмичности, техничности.	декабрь	анализ занятия
2.	Уровень развития (сформированной) координации тела и движений	май	концертная деятельность

## 2.5. Методические материалы

### Предполагаемые методы и приемы организации образовательного процесса:

#### 1. По способу организации занятия:

- словесные – устное объяснений элементов, беседа, диалог, опрос;
- наглядные – показ видеоматериалов, иллюстраций, наблюдение, показ (исполнение) педагогом комбинаций;
- практические – выполнение упражнений обучающимися.

## 2. По уровню деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративные – восприятие и усвоение информации;
- репродуктивные – воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности.

## 3. По форме организации деятельности учащихся:

- фронтальные, индивидуально-фронтальные, индивидуальные;
- коллективные, коллективно-групповые, групповые, в парах.

## Используемые дидактические материалы:

- Учебные и методические пособия;
- Материалы интернет-сайтов;
- Иллюстрирующие материалы (видеоматериалы и фотографии).

## При проведении занятия необходимо руководствоваться следующими принципами:

- нагрузку увеличивать постепенно;
- чередовать упражнения быстрые и медленные;
- темп исполнения упражнений должен быть медленным с последующим ускорением;
- важно следить за дыханием и самочувствием обучающихся.

Основные методы работы педагога на занятии – показ движений и объяснение методики исполнения с акцентом на наиболее важных моментах и основных понятиях. Методы показа и объяснения варьируются. При этом главная задача – активизировать мышление и творческие способности учащихся в процессе напряженной физической работы по овладению танцевальными навыками.

Особое внимание следует уделять правильной постановке корпуса, рук, головы, овладению навыками координации движений, которые предполагают согласованность работы всех частей тела, развитию физических профессиональных данных обучающихся. Движения, танцевальные связки, танцевальные вариации и композиции осваиваются постепенно: сначала в медленном темпе, удобном для выработки внимания, памяти, эластичности мышц ног т. д., затем – с ускорением. Новые элементы изучаются в чистом виде, затем комбинируются в различных сочетаниях.

На начальных этапах обучения различным танцевальным движениям отводится большая часть урока, впоследствии время исполнения сокращается за счет ускорения темпа и соединения отдельных движений в комбинации.

Реализация программы подразумевает участие учащихся в разнообразных концертах (учебных, отчетных, родительских собраниях-концертах), фестивалях и конкурсах. Подобные мероприятия способствуют приобщению детей и родителей к культурной форме проведения досугового времени, духовно сближают их и формируют новые интересы семьи. Конкурсы позволяют детям быстрее продвигаться в художественном и техническом развитии, становясь мощным средством мотивации к занятиям хореографией.

В целях повышения профессионального и творческого опыта рекомендуется посещение открытых уроков в других учебных заведениях, мастер-классов, творческих фестивалей, концертов профессиональных хореографических коллективов, спектаклей театров оперы и балета, творческих встреч с мастерами хореографического искусства.

## 2.6 Список используемой литературы.

1. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. – СПб., 1996.
2. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. – М., 1984.
3. Богданов Г. Урок русского народного танца. – М., 1995.

4. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М., 2004.
5. Гусев Г.П. Этюды. – М., 2004.
6. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов н/Д., 2003.
7. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2003.
8. Ткаченко Т. Народный танец. – М., 1975.
9. Устинова Т. Беречь красоту русского народного танца. – М., 1959.