

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества» Моргаушского района Чувашской Республики

ПРИНЯТО  
педагогическим советом  
МБУДО «Дом детского творчества»  
Моргаушского района ЧР  
№ \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2020 г.

Утверждаю  
И.о. директора МБУДО «Дом детского  
творчества» Моргаушского района ЧР  
\_\_\_\_\_  
Рожкова А.В.  
Приказ № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2020г.

## **Дополнительная общеразвивающая программа объединения «Вдохновение»**

Направленность: Художественная  
Срок реализации – 1 год  
Для обучающихся: 10 - 14 лет

Автор: педагог дополнительного образования  
Васильева Екатерина Ильинична

## Пояснительная записка

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 объединения «Вдохновение».

Занятия кружка направлены, в первую очередь, на реализацию запросов и интересов учащихся и родителей МБОУ «Юськасинская СОШ».

Танец сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно-физического развития и образования, а так же эффективен, как развивающее средство. Красивые манеры, походку, правильную осанку, выразительность движений и поз необходимо воспитывать систематически и с раннего возраста. Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость. Благодаря хореографическому образованию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру. Приобщение к искусству хореографии включает ознакомление учащихся с источниками танцевальной культуры, с традициями классического танца, с самобытностью национальных танцев, связанных с укладом жизни народов, с их красочными костюмами, музыкально-ритмическим складом мелодий.

**Направленность (профильность) программы:** художественная.

**Новизна** программы состоит в лично ориентированном обучении.

Задача педагога дополнительного образования состоит не в максимальном ускорении развития творческих способностей ребенка, а прежде всего в том, чтобы создать каждому ребенку все условия для наиболее полного раскрытия и реализации способностей.

Способствуя формированию культурно-нравственных ценностей детей, творческих умений и навыков. Программа является общеразвивающей и образовательной, т.к. полученные воспитанниками знания используются в их жизнедеятельности.

**Актуальность и педагогическая целесообразность программы** состоит в том, что танцы в наши дни являются одним из популярных и любимых видов деятельности многих детей. Среди множества форм художественного воспитания детей хореография занимает особое место. Через танцы происходит формирование и закрепление интереса к танцевальному искусству, развиваются хореографические и творческие способности, совершенствуются физические данные детей. Занятия танцем учат также понимать и создавать прекрасное. Развивают образное мышление и фантазию, дают гармоническое и пластическое развитие.

Как известно, двигательные навыки человека формируются и развиваются с первых дней его жизни: вначале ребенок учится ходить, затем бегать, прыгать и т.д. любое движение представляет собой рефлекс, а на овладение любым танцевальным движением требуется время. Таким образом, танцевально-двигательный навык вырабатывается не сразу, а постепенно в процессе усвоения материала предполагает поэтапность с учетом возрастных особенностей.

Первым этапом освоения хореографии является ритмика, которая дает детям первоначальную хореографическую подготовку, развивает музыкальность, чувство ритма и сформировывает у них основные двигательные качества и навыки, необходимые для занятий классическим, народно-сценическим и историко-бытовым танцем. В настоящее время дети проявляют желание к хореографическому искусству. Специфика обучения хореографии связана с постоянной физической нагрузкой. Но и физическая нагрузка сама по себе не имеет для ребенка воспитательного значения. Она обязательно должна быть совместима с творчеством, с умственным трудом и эмоциональным выражением.

Один из важных факторов работы на начальном этапе обучения – использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетаний.

Спрос на обучение по танцевальному искусству исходит и от родителей. Поэтому, учитывая желание детей и родителей была разработана настоящая программа.

**Отличительные особенности** данной дополнительной образовательной программы от уже существующих образовательных программ.

В отличие от других программ по хореографии, является универсальной. В ней содержится необходимый комплекс танцевальных движений, необходимых для начинающего танцора по мере его творческого роста.

При организации образовательной деятельности в программе предусмотрено: тщательный подбор музыкального материала и его дифференциация в соответствии с задачами.

Длительное изучение, проработка небольшого количества материала (движений) дает возможность качественного его усвоения, что в дальнейшем явится прочным фундаментом знаний. Разнообразие сочетаний танцевальных движений создает впечатление новизны и развивает творческую фантазию у детей.

Обучение танцевальным движениям происходит путем практического показа и словесных объяснений. Как известно, двигательные навыки человека формируются и развиваются с первых дней его жизни: вначале ребенок учится ходить, затем бегать, прыгать и т.д. Любое движение представляет собой рефлекс, и на овладение любым танцевальным движением требуется время.

Таким образом, в настоящей программе внимание уделяется развитию азбуки музыкального движения, ритмичности, оттачиванию танцевального мастерства.

**Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной общеразвивающей программы**

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы 10—14 лет. Условия набора детей в коллектив: на основании смотра.

**Сроки реализации** дополнительной образовательной программы

Программа рассчитана на 1 год обучения — 116 часов в зависимости от психологической готовности к обучению, физического, интеллектуального уровня готовности учащихся к освоению образовательной программы и др. Психологическая готовность и уровень готовности учащихся к освоению образовательной программы определяются по результатам пробного смотра при наборе.

**Режим занятий**

Занятия проводятся четыре часа в неделю (два раза по два часа) с перерывом 10 минут между занятиями.

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

- Викторина
- Обсуждение
- Защита проектов
- Игра сюжетно-ролевая
- Мастер-класс
- Занятие-объяснение
- Занятие-игра
- Итоговые занятия

**Цель:** развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей у учащихся.

**Задачи дополнительной образовательной программы:**

*Развивающие*

*Развивать:*

- двигательные способности; двигательную активность;
- эмоциональную отзывчивость на музыку;
- умения и навыки:

-планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

-понимать причины успеха/неуспеха и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

-партерный экзерсис: повышение гибкость суставов, улучшение пластичности мышц связок, увеличение силы мышц;

-выворотность ног, танцевальный шаг, правильную осанку, постановку корпуса, четкую координацию движений;

-умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе; находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;

Скорректировать минимальные нарушения физического развития (нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц).

*Воспитательные:*

*Воспитывать:*

-активность, инициативность, доброжелательность, ответственность, упорство при достижении цели;

-стремление к саморазвитию и самовоспитанию;

-чувство коллективизма, способность к продуктивному творческому общению;

-уважительное отношение к нормам коллективной жизни;

-художественный вкус;

-интерес к музыкальному творчеству, хореографии, искусству.

*Образовательные:*

*Познакомить с:*

-историей, терминологией танца;

-единицами правилами поведения в хореографическом классе и требованиями к внешнему виду на занятиях;

-темпом, ритмом, амплитудой движений;

-основными элементами гимнастики.

*Научить:*

-выполнять движения одновременно с показом педагога, сохраняя при этом правильное положение корпуса, ног, рук, головы в пространстве (формирование двигательных навыков); движения в соответствии с музыкальным сопровождением;

-самостоятельно отрабатывать отдельные движения и комбинации;

-работать импровизированно, в коллективе, чувствовать друг друга в танце;

-выполнять определённые танцевальные движения;

#### **Учебно-тематический план**

№	Название разделов и тем	Кол-во часов		
		Теория	Практика	Всего
<b>1</b>	<b>Введение в курс программы</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>
1.1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	2	-	2
<b>2</b>	<b>Основные понятия</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>16</b>
2.1	Знакомство с историей возникновения танцев	1	1	2
2.2	Термины хореографии	2	-	2
2.3	Основные позиции, положения.	1	3	4
2.4	Начальная диагностика ЗУН	1	1	2

2.5	Пространство	1	1	2
2.6	Упражнения для развития тела	-	4	4
<b>3</b>	<b>Ритмика, музыкальное движение и развитие эмоциональной выразительности</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	<b>16</b>
3.	Приобретение координации и двигательно-слуховых навыков.	1	9	10
3.2	Развитие ритма и актерской выразительности.	1	5	6
<b>4</b>	<b>Хореографическая азбука</b>	<b>2</b>	<b>18</b>	<b>20</b>
4.1	Постановка корпуса.	1	3	4
4.2	Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов.	-	4	4
4.3	Упражнения на развитие эластичности мышц.	-	4	4
4.4	Упражнения на постановку шага и выворотности.	1	7	8
<b>5</b>	<b>Занятия на середине зала</b>	<b>1</b>	<b>31</b>	<b>32</b>
5.1	Элементы танца	1	5	6
5.2	Элементы народного танца	-	8	8
5.3	Элементы историко-бытового и бального танцев	-	8	8
5.4	Элементы детского танца	-	10	10
<b>6</b>	<b>Постановочно-репетиционная работа</b>	<b>-</b>	<b>28</b>	<b>28</b>
6.1	Постановка танцев на основе изученных элементов.	-	12	12
6.2	Отработка элементов танца	-	10	10
6.3	Отработка композиции танца		6	6
<b>7</b>	<b>Волшебство танца</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
7.1	Диагностика ЗУН приобретенных за год обучения.	1	1	2
	Итого	<b>14</b>	<b>102</b>	<b>116</b>

*Содержание программы:*

**1. Введение в курс программы – 2 ч.**

*Теория*

- Вводное занятие.

**2 Основные понятия – 16ч.**

*Теория – 6ч.*

- Инструктаж по технике безопасности.
- История танца.
- Виды танца.
- Термины хореографии.
- Названия движений и упражнений в хореографии.

*Практика – 10ч.*

- Выявление у детей анатомо-физиологических и психологических особенностей.
- Танцевально-игровое занятие
- Позиции и положения рук и ног, переход от одной позиции к другой
- Контролируемые и ритмичные перемещения. Пространство.
- Упражнения для развития тела
- Начальная диагностика ЗУН обучающихся.

**3. Ритмика, музыкальное движение и развитие эмоциональной выразительности – 16ч.**

*Теория -2ч.*

- Метроритм. Основы музыкальной грамоты.
- Средства пластического искусства.

*Практика – 16ч.*

- Основы ритмического движения
- «Контактные» звуки тела и ритмы
- Ритмические упражнения
- Основы актерского мастерства
- Упражнения на развитие актерской выразительности
- Повторение и закрепление пройденного материала

#### **4. Хореографическая азбука –20ч.**

*Теория –2ч.*

- Беседа о правилах выполнения упражнений у станка
- Беседа о значении занятий у станка
- Беседа о правилах оказания ПМП при травмах и самомассаж

*Практика – 18ч.*

- Позиции и положения рук, ног, головы, корпуса
- Упражнения для развития рук и ног
- Наклоны и повороты (голова, корпус)
- Элементы классического танца: battement, releve, sauté, port de bras
- Упражнения на устойчивость

#### **5. Занятия на середине зала – 32ч.**

*Теория (1 ч)*

- Правила выполнения упражнений на середине зала

*Практика – 31ч.*

- Шаги, бег
- Прыжки, подскоки
- Элементы детского танца: построения, перестроения, переходы, подражательные и игровые элементы танца
- Элементы русского народного танца
- Элементы украинского танца
- Элементы белорусского танца
- Элементы историко-бытового танца
- Элементы бального танца

#### **6. Постановочно-репетиционная работа – 26ч.**

- Соединение ранее изученных движений в танцевальные композиции
- Танцевальные этюды
- Развитие исполнительского мастерства и артистизма
- **7. Волшебство танца – 4ч.**
- Диагностика ЗУН приобретенных за первый год обучения.
- Контрольные занятия и выступления.

### ***5 Методическое обеспечение программы***

№ п/п	Название раздела, темы	Приемы и методы	Дидактический материал, техническое оснащение
	Введение в курс программы	Словесный	
1.1	Знакомство с историей возникновения танцев	Словесный, наглядный, интерактивный	Наглядно-иллюстрационный материал
1.2	Термины хореографии	Словесный, наглядный	Наглядно-иллюстрационный материал

1.3	Основные позиции, положения	Словесный, практический	наглядный,	Наглядно-иллюстрационный материал
1.4	Начальная диагностика ЗУН	Словесный, практический	наглядный,	Вопросы и задания
1.5	Пространство	Словесный, практический	наглядный,	Наглядно-иллюстрационный материал
1.6	Упражнения для развития тела	Словесный, практический		Аудио аппаратура, аудиозаписи
2.1	Приобретение координации и двигательных навыков	Словесный, практический	наглядный,	Наглядно-иллюстрационный материал, аудио аппаратура, аудиозаписи
2.2	Развитие ритма и актерской выразительности	Словесный, практический	наглядный,	Наглядно-иллюстрационный материал, аудио аппаратура, аудиозаписи
3.1	Постановка корпуса	Словесный, практический	наглядный,	Наглядно-иллюстрационный материал, аудио аппаратура, аудиозаписи
3.2	Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов	Словесный, практический	наглядный,	наглядно-иллюстрационный материал, аудио аппаратура, аудиозаписи
3.3	Упражнения на развитие эластичности мышц	Словесный, практический	наглядный,	наглядно-иллюстрационный материал, аудио аппаратура, аудиозаписи
3.4	Упражнения на постановку шага и выворотности	Словесный, практический	наглядный,	наглядно-иллюстрационный материал, аудио аппаратура, аудиозаписи
4.1	Элементы танца	Словесный, практический	наглядный,	наглядно-иллюстрационный материал, аудио аппаратура, аудиозаписи
5.1	Постановка танцев на основе изученных элементов	Словесный, интерактивный	наглядный,	наглядно-иллюстрационный материал, аудио-, видео аппаратура, аудиозаписи, видеозаписи
5.2	Отработка элементов танца	Словесный,	наглядный,	наглядно-

		интерактивный	иллюстрационный материал, аудио-, видео аппаратура, аудиозаписи, видеозаписи
5.3	Отработка композиции танца	Практический	Самостоятельная работа
6.1	Диагностика приобретенных за год обучения ЗУН	Словесный, наглядный, работа под руководством педагога, самостоятельная работа	наглядно-иллюстрационный материал, аудио аппаратура, аудиозаписи
6.2	Контрольные занятия и выступления	Работа под руководством педагога, самостоятельная работа	Аудио аппаратура, аудиозаписи

### ***Планируемые и ожидаемые результаты***

Выпускники ансамбля «Вдохновение» в результате изучения основ народных танцев будут знать:

- различные жанры музыкальных произведений (пляска, вальс, полька, марш);
- сильные и слабые доли в музыке;
- размеры 2/4, 3/4;
- классическую базу (позиции рук, ног, головы, корпуса тела);
- правильное исполнение танца на выступлениях;

будут уметь:

-легко, пластично двигаться, согласуя движения с построением музыкального произведения;

- передать в движениях характер музыки;
- танцевать несколько танцевальных композиций;

у них будут развиты:

- воображение, творческая активность, фантазия;
- умение анализировать, давать оценку;
- музыкальный слух;

будут обладать следующими качествами:

- самокритичность в оценке своих творческих и профессиональных способностей;
- умение воспринимать прекрасное в жизни и в искусстве.

### ***Способы определения результативности:***

1. Сольное и коллективное исполнение русских народных танцев;
2. Выступления танцевального коллектива «Вдохновение» на школьных, муниципальных и районных праздниках, участие в конкурсных программах.

### **Комплекс организационно — педагогических условий. Календарно-учебный график**

1.Режим работы:

- шестидневная рабочая неделя;
- продолжительность учебного занятия — 45 мин.

2. Продолжительность образовательной деятельности:

с 01.09.2020 года по 31.08.2021 года:

3. Продолжительность учебного года

Учебный год	Начало	Окончание	Продолжительность
2020-2021год	1 октября 2020 г	30 апреля 2021 г.	29 недель

4. Продолжительность учебных полугодий:

Учебные полугодия	Начало	Окончание	Продолжительность
Первое	1 октября 2020 г	30 декабря 2020г	13 недель(91 день)
Второе	11 января 2021г	30 апреля 2021 г	16 недель (112 дней)
Всего:			29 недель (203 дня)

#### 5. Праздничные дни

		Продолжительность
Праздничные дни	С 31 декабря 2020 г. - по 10 января 2021 г.	11 дней
Дополнительные дни отдыха связанные с государственными праздниками	4 ноября, 23 февраля, 8 марта	3 дня
	Всего	14 дней

Итоговое мероприятие — **23 апреля 2021**

#### Условия реализации программы:

- танцевальный зал,
- DVD -проигрыватель,
- компакт-диски по темам программы,
- учебная литература.

**Форма аттестации и оценочный материал** по общеразвивающей программе объединения «Вдохновение» в виде открытых уроков перед родителями, перед педагогами дополнительного образования МБУДО «ДДТ», отчетных концертов, участия в фестивалях, разрабатываются индивидуально для определения результативности усвоения общеобразовательной программы, которые отражают цели и задачи программы.

#### Этапы контроля:

- 1.Входной контроль, (предварительный) - беседа-опрос; пробный показ;
  2. Текущий (проводится на каждом занятии в форме педагогического наблюдения);
  - 3.Промежуточный – выступление или открытое занятие в середине учебного года;
- Итоговый контроль проводится в конце учебного года в форме - открытого занятия, выступления.

## Список использованной литературы

### Нормативно-правовые документы:

1. Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726-р. [Электронный ресурс] — URL: <http://government.ru/media/files/ipA1NW42XOA.pdf> (Дата обращения 05.01.2015)
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» [Электронный ресурс] — URL: <http://www.rg.ru/2013/12/11/obr-dok.html> (Дата обращения 06.12.2014)
3. Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей Министерства образования (Приложении к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11 декабря 2006 г. № 06-1844).
4. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ. [Электронный ресурс] — URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_173649/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_173649/) (Дата обращения 03.03.2015).
5. СанПин 2.4.4.3172-14, от 13 октября 2014 г. вступили в силу новые санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования

### Литература для педагога:

1. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка». - М.: «Владос» 2003г.
2. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала». - М.: «Владос» 2004г.
3. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца. Этюды». - М.: «Владос» 2005г.
4. Афанасенко Е.Х, Ключеева С.А., Шишова К.Б «Детский музыкальный театр. Программы, разработки занятий, рекомендации».
5. Горшкова Е.В.
6. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., «Народно-сценический танец» - М, 1976г.
7. Климов А. «Основы русского танца» - М. 1994г.
8. «Летний оздоровительный лагерь», Массовые мероприятия.
9. Нечаев М.П «Адаптированная воспитательная система в современной школе» М. 2008г.
10. «Организация ученического самоуправления», изд. «Учитель», Волгоград 2007.
11. Закон Российской Федерации «Об образовании» и Закон Тамбовской области «Об образовании»

### Литература для детей:

1. Богаткова Л. «Танцы и игры пионеров»- М. 1961г.
2. Браиловская Л. «Самоучитель балльных танцев»- изд. «Феникс», 2005г