

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

ПРИНЯТО  
педагогическим советом  
МБУДО «Дом детского творчества»  
Моргаушского района ЧР  
№ 3 от «30» августа 2022г.

Утверждаю  
Директор МБУДО «Дом детского творчества»  
Моргаушского района ЧР  
\_\_\_\_\_ Иванова И.В.  
Приказ № 35 о/д от «30» сентября 2022г.

**Дополнительная общеразвивающая программа  
объединения  
«Задоринки»**

Направленность: Художественная

Срок реализации – 1 год

Для обучающихся: 12-15 лет

Автор: педагог дополнительного образования  
Ерзукова Наталия Михайловна

## Пояснительная записка.

Танец – самое любимое массовое искусство. Трудно представить семейное торжество, народное празднество, вечер отдыха без танцев.

Особенно любят танцевать дети. Но любить танец, еще не значит уметь исполнять его. Научиться танцевать очень трудно. Путь к познанию и совершенству танца длинный и сложный, умение приходит не сразу. Помочь ребенку развить творческие способности, воображение, выразительность движений, пластичность, призван хореограф в ОУ.

В настоящее время к организации обучения и воспитания детей в ОУ предъявляют все более высокие требования. Общество хочет видеть будущего школьника полноценным и всесторонне развитым. Поэтому необходимо развивать ребенка многогранно, не останавливаясь не перед какими трудностями.

Программа имеет **художественную направленность** и направлена на всестороннее гармоничное развитие детей. Научить обучающегося воспринимать красоту форм, линий, звуков, движений, красок – это значит сделать его лучше, чище, содержательнее. Это эмоциональное, интеллектуальное, физическое, коммуникативное, морально – нравственное, эстетическое развитие, которое достигается в образовательной танцевальной деятельности.

Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника.

Программа **актуальна**, т.к. хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка. Он формирует его художественное «Я» как составную часть орудия «общества», посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые личные стороны нашего существа.

**Педагогическая целесообразность:** обучаясь по этой программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве.

**Новизна** программы заключается в занятиях по хореографии, которые дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. На занятиях разучиваются различные движения под музыку. Дети учатся ускорять и замедлять движения, непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером, динамикой музыки. В процессе систематических занятий у ребят развивается музыкально-слуховое восприятие. Детям постепенно приходится вслушиваться в музыку для того, чтобы одновременно точно выполнять движения.

Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, на занятиях по хореографии дети научатся чувствовать себя более раскрепощенными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитать в себе трудолюбие и терпение.

**Отличительная особенность программы:** танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох также необходимо, как и изучение грамоты и математики. В этом и заключается основа национального характера, любовь к своему краю, своей родине.

Программа рассчитана на один год обучения и рекомендуется для занятий детей с 12 до 15 лет. Занятия проводятся в 2 раза по 2 часа в неделю, что составляет 116 часов в год.

**Формы обучения и виды занятий:** индивидуальные, групповые.

Срок освоения программы 1 год (7месяцев), что определяется содержанием программы, необходимым для ее освоения:

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

**Задачи:**

-обучающая - 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;

-развивающая – развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству;

-воспитывающая – воспитание эстетически – нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе и в пар.

**Учебный план:**

№	Название разделов	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
<b>1</b>	Раздел «Введение»	3	1	4
<b>2</b>	Раздел «Классический танец»	6	18	24
<b>3</b>	Раздел «Народный танец»	8	34	42
<b>4.</b>	Раздел «Бальный танец»	3	17	20
<b>5.</b>	Раздел «Этюды»	2	22	24
<b>6.</b>	Итоговое занятие.		2	2
	<b>ИТОГО</b>	<b>22</b>	<b>98</b>	<b>116</b>

**Учебно-тематический план**

№	Название разделов и тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
<b>1</b>	<b>Раздел «Введение»</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>4</b>
1.1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2		2
1.2	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.	1	1	2
<b>2</b>	<b>Раздел «Классический танец»</b>	<b>6</b>	<b>18</b>	<b>24</b>
2.1	Упражнения на ориентировку в пространстве	2	8	10
2.2	Положения и движения рук	1	3	4
2.3	Положения и движения ног	1	3	4
2.4	Танцевальные комбинации.	2	4	6
<b>3</b>	<b>Раздел «Народный танец»</b>	<b>8</b>	<b>36</b>	<b>44</b>
3.1	Положения и движения рук	2	4	6
3.2	Положение рук в паре	2	2	4
3.3	Движения ног	2	6	8
3.4	Упражнения на ориентировку в пространстве	2	16	18
3.5	Танцевальные комбинации.	-	8	8
<b>4.</b>	<b>Раздел «Бальный танец»</b>	<b>3</b>	<b>25</b>	<b>28</b>
4.1	Постановка корпуса, головы, рук и ног.	1	9	10
4.2	Движения ног	1	9	10

4.3	Движения в паре	1	7	8
<b>5.</b>	<b>Раздел «Этюды»</b>	<b>2</b>	<b>12</b>	<b>14</b>
5.1	Сюжетный танец «Полька»;	1	3	4
5.2	«Кадриль»;	1	6	7
5.3	«Мы звезды».	-	3	3
<b>6.</b>	<b>Итоговое занятие.</b>	-	<b>2</b>	<b>2</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>22</b>	<b>94</b>	<b>116</b>

### Содержание программы:

#### **1. Раздел «Введение» (3/1) 4 ч**

##### **1.1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.**

Теория: Беседа, ознакомление детей с особенностями кружка. Требования к поведению учащихся во время занятия. Соблюдение правил по технике безопасности. Проведение входного контроля.

##### **1.2. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.**

Теория: Ознакомление с музыкальным ритмическим рисунком.

Практика: Составление музыкальных ритмических рисунков.

#### **2. Раздел «Классический танец». (6/18) 24 ч**

##### **2.1 Упражнения на ориентировку в пространстве**

Теория: ознакомление с квадратом А.Я.Вагановой

Практика: Положение прямо (анфас), полуоборот, профиль; свободное размещение по залу, пары, тройки;

##### **2.2 Положения и движения рук**

Теория: Основные положения и движения рук

Практика: перевод рук из одного положения в другое

##### **2.3 Положения и движения ног**

Теория: шаги с высоким подниманием ноги, согнутой в колени вперед и на полупальцах (вперед, назад)

Практика: позиции ног (выворотные), шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад; танцевальный шаг назад в медленном темпе.

##### **2.4 Танцевальные комбинации**

Теория: Ознакомление со станком

Практика: *relleve* по 1,2,3 позициям (муз. раз. 1/2, 1/4, 1/8); *demi-plie* по 1,2,3 поз.; сочетание полуприседания и подъема на полупальцы; *sotte* по 1,2,6 поз.; *sotte* в повороте (по точкам зала).

#### **3. Раздел «Народный танец» (8/36) 44 ч**

##### **3.1 Положения и движения рук**

Теория: Ознакомление с основным положением рук

Практика: положение на поясе – кулачком; смена ладочки на кулачок; переводы рук из одного положения в другое (в характере рус. танца); хлопки в ладоши – двойные, тройные; руки перед грудью – «полочка»; «приглашение».

##### **3.2 Положение рук в паре**

Теория: Ознакомление с основным положением рук в паре

Практика: «лодочка» (поворот по руку); «под ручки» (лицом вперед); «под ручки» (лицом друг к другу); сзади за талию (по парам, по тройкам).

##### **3.3 Движения ног**

Теория: Подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции) у мальчиков; подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция) у девочек.

Практика: шаг с каблука в народном характере; простой шаг с притопом; простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта); простой

переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременным открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию); battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной поз., в сочетании с demi-plie; battement tendu вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной поз., в сочетании с притопом; притоп простой, двойной, тройной; простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу; простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад; танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга); простой бытовой шаг по парам под ручку вперед, назад; простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под руку противоположными руками; танцевальный шаг по парам, тройками (положение рук сзади за талию); прыжки с поджатыми ногами; «шаркающий шаг»; «елочка»; «гармошка»; поклон на месте с руками; поклон с продвижением вперед и отходом назад; боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции; «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции; простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями); маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка»; бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка», диагональ;

### **3.4 Упражнения на ориентировку в пространстве:**

Теория: Ознакомление с основными элементами рисунка «звездочка»; «ручеек»; «змейка».

Практика: простейшие перестроения: колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре.

### **3.5 Танцевальные комбинации**

Практика: Составление различных танцевальных комбинаций по 32 такта.

## **4. Раздел «Бальный танец» (3/25) 28 часов**

### **4.1 Постановка корпуса, головы, рук и ног.**

Теория: Ознакомление с различной постановкой корпуса, головы, рук и ног.

Практика: разучивание различных позиций рук и ног (1 позиция, 2 позиция, 3 позиция, 4 позиция, 5 позиция и 6 позиция).

### **4.2 Движения ног**

Теория: Основные движения ног в бальном танце

Практика: шаги: бытовой, танцевальный; поклон и реверанс; «боковой галоп» простой, с притопом (по кругу, по линиям); «пике» (одинарный, двойной) в прыжке; легкий бег на носках по кругу по парам лицом и спиной вперед.

### **4.3 Движения в паре**

Теория: Ознакомление с постановкой корпуса в паре

Практика: (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика; «боковой галоп» вправо, влево; легкое покачивание лицом друг к другу в правую сторону.

## **5. Раздел «Этюды» (2/12) 14 часов**

### **5.1 Сюжетный танец «Полька»**

Теория: Ознакомление с танцем «Полька»

Практика: Постановка сюжетного танца «Полька»

### **5.2 «Кадриль»**

Теория: Ознакомление с историей русского танца «Кадриль»

Практика: Постановка сюжетного танца «Кадриль»

### **5.3 «Мы звезды»**

Практика: выступление с концертными номерами

## **6. Итоговое занятие (0/2) 2 часа**

Практика: подведение итогов и повторение изученного материала.

### **Планируемые результаты:**

знает	имеет представление	умеет
Элементы партерной	О структуре человеческого тела, о мышцах и суставах. О	Определять возможности своего тела, выполнять движения

гимнастики.	том, какие движения разогревают ту или иную мышцу.	партерного экзерсиса правильно, плавно и без рывков.
Упражнения на ориентировку в пространстве.	О танцевальном зале, об элементарных построениях и перестроениях.	- линия; - колонка; - круг; - движения по линии танца и против линии танца.
Упражнения для разминки.		Грамотно владеть своим телом, правильно выполнять повороты приседания, наклоны и др.
Положения и движения рук классического танца.	О классическом танце и балете в целом.	- позиции рук; - перевод рук из одного положения в другое; - постановка корпуса.
Положения и движения ног классического танца.		- позиции ног; - relieve; - demi – plie; - sothe; - различные виды бега и танцевальных шагов; - поклон для мальчиков, реверанс для девочек.
Положения и движения рук народного танца.	О русском народном танца, о русских традиция и праздниках.	- подготовка к началу движения; - простейшие хлопки; - взмахи платочком и кистью; - «полочка».
Положения и движения ног народного танца.		- позиции ног; - battement tendu в народном характере с переводом с носка на каблук; - притопы; - приставные шаги; - танцевальные движения.
Этюды.	О танце как виде сценического искусства.	Сюжетный танец «Лето».

### Комплекс организационно-педагогических условий:

#### Календарно-учебный график

##### 1. Режим работы Дома творчества:

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

##### 2. Продолжительность образовательной деятельности:

с 01.09.2022 года по 31.08.2023 года

##### 3. Продолжительность учебного года:

Учебный год	Начало	Окончание	Продолжительность
2022-2023 год	1 октября 2022 г.	30 апреля 2023 г.	29 недель

##### 4. Продолжительность учебных полугодий:

Учебные полугодия	Начало	Окончание	Продолжительность
Первое	1 октября 2022 г.	30 декабря 2022 г.	13 недель (91 дня)

Второе	09 января 2023 г.	30 апреля 2023 г.	16 недель (112 дней)
<b>Всего:</b>			<b>29 недель (203 дня)</b>

### 5. Праздничные дни

		Продолжительность
Праздничные дни	С 31 декабря 2022 г. - по 8 января 2023 г.	9 дней
Дополнительные дни отдыха связанные с государственными праздниками	4 ноября, 23 февраля, 24 февраля, 8 марта	4 дня
	<i>Всего</i>	<b><i>13 дней</i></b>

Итоговое мероприятие – 26 апреля 2023 года.

#### Условия реализации программы:

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

**Форма аттестации и оценочный материал** по общеразвивающей программе объединения «Задоринки» 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 используемой литературы

1. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ.
2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 года №1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.
4. 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).
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 детей.
6. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. – СПб., 1996.
7. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М., 2004.
8. Гусев Г.П. Этюды. – М., 2004.
9. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов н/Д., 2003.
10. Богданов Г. урок русского народного танца. – М., 1995.
11. Устинова Т. Беречь красоту русского народного танца. – М., 1959.
12. Ткаченко Т. Народный танец. – М., 1975.
13. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. – М., 1984.
14. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2003.