

Управление образования Администрации Верхнебуреинского
муниципального
района Хабаровского края

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 17 им. В.Н. Новикова
Тырминского сельского поселения
Верхнебуреинского муниципального района
Хабаровского края

Принято
на педагогическом совете
Протокол
№ 9 от 06.06.2024 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №17

Е.М. Зарыпова

Приказ №221 от 06.06.2024 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Танец»

Возраст обучающихся: 11 - 17 лет

Срок реализации: 1 год

УРОВЕНЬ – СТАРТОВЫЙ

Составитель программы:
Гуринова Галина Александровна,
педагог дополнительного образования

п.Тырма
2024-2025

Нормативно-правовые основания для проектирования ДООП:

- Федеральным законом РФ от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ и министерства просвещения РФ от 05.08.2020г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;
- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Приказ КГАОУ ДО РМЦ от 26.05.2023 № 218П «Об утверждении Положения о дополнительной общеобразовательной программе в Хабаровском крае»;

Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.

Программа учебного предмета «Танец» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ.

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, программа «Танец», основанная на движениях под музыку, развивает и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе.

Танец способствует правильному физическому развитию детей, имеет оздоровительное значение, способствует более глубокому эмоционально-осознанному восприятию музыки, большей тонкости

слышания и различения отдельных музыкально-выразительных средств, пониманию музыкальных стилей и жанров.

Танец исполняется чаще всего всем коллективом и требует четкого взаимодействия всех участников, повышает дисциплину, чувства ответственности и товарищества.

Изучение предмета «Танец» тесно связано с изучением предметов «Слушание музыки и музыкальная грамота», «Ритмика», «Народно-сценический танец».

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета, - 72 аудиторных часов. Самостоятельная работа по учебному предмету «Танец» не предусмотрена.

Цель и задачи учебного предмета «Танец»

Целью учебного предмета «Танец» является: формирование у обучающихся основных двигательных умений и навыков, необходимых для занятий классическим, народно-сценическим танцем, а также развитие творческих способностей детей.

Задачи учебного предмета «Танец» являются:

- развитие мышечной выразительности тела, формирование фигуры и осанки, укрепление здоровья;
- формирование выразительных двигательных навыков, умения легко и координировано танцевать, ориентироваться в ограниченном сценическом пространстве;
- развитие общей музыкальности;
- коррекция эмоционально-психического состояния;
- формирование личностных качеств: силы, выносливости, смелости, воли, ловкости, трудолюбия, упорства и целеустремленности;
- развитие творческих способностей детей;
- формирование активного познания окружающего мира - развитие познавательных процессов;
- воспитание интереса к национальной танцевальной культуре, а также толерантного отношения к танцевальной культуре других народов.

Структура учебного предмета

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки обучающихся; - формы и методы контроля, система оценок; - методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы «Содержание учебного предмета».

Методы обучения

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- наглядный (наглядно-слуховой, наглядно-двигательный);
- словесный (объяснение, беседа, рассказ);
- практический (упражнения воспроизводящие и творческие).

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танец».

I. Результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Личностные результаты освоения программы формируются ежегодно

- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование ценностей многонационального российского общества;
- становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- овладение навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- участие в общественной жизни школы в пределах возрастных компетенций с учетом региональных и этнокультурных особенностей;
- сформированность потребности в общении с хореографией для дальнейшего духовно-нравственного развития, социализации, самообразования, организации содержательного культурного досуга на основе осознания роли хореографии в жизни отдельного человека и общества;
- развитие общих ритмических способностей школьников (чувства ритма, связи движений с музыкой, координации движений), а также образного и ассоциативного мышления, фантазии и творческого воображения, эмоционально-ценностного отношения к явлениям жизни и искусства;
- сформированность мотивационной направленности на продуктивную танцевально-творческую деятельность (слушание музыки, пение, двигательные действия, движения, драматизация танцевальных движений, импровизация, музыкально-пластическое движение и др.);
- воспитание эстетического отношения к миру, критического восприятия двигательной информации, развитие творческих способностей в многообразных видах танцевальной деятельности, связанной с театром, кино, литературой, живописью;
- расширение танцевального, музыкального и общего культурного кругозора; воспитание музыкального вкуса, устойчивого интереса к танцам своего народа, классическому и современному танцевальному наследию;
- овладение основами хореографической грамотности: способностью эмоционально воспринимать музыку и передавать её движением как живое образное искусство во взаимосвязи с жизнью, со специальной терминологией и ключевыми понятиями хореографического искусства;
- приобретение устойчивых навыков самостоятельной, целенаправленной и содержательной танцевально-учебной деятельности, включая информационно-коммуникационные технологии.

1.2. Метапредметные результаты освоения программы формируются ежегодно

- анализировать собственную учебную деятельность и вносить необходимые коррективы для достижения запланированных результатов;
- использовать различные источники информации;
- стремиться к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию;
- размышлять о воздействии музыки и танца на человека, их взаимосвязи с жизнью и другими видами искусства;

- определять цели и задачи собственной хореографической деятельности, выбирать средства и способы ее осуществления в реальных жизненных ситуациях;
- ставить проблему, аргументировать её актуальность;
- самостоятельно проводить исследование на основе применения методов наблюдения и эксперимента;
- выдвигать гипотезы о связях и закономерностях событий, процессов, объектов;
- организовывать исследование с целью проверки гипотез;
- делать умозаключения (индуктивное и по аналогии) и выводы на основе аргументации;
- сотрудничество в ходе реализации коллективных творческих проектов, решения различных танцевально-творческих задач.

II. содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

Самая тесная взаимосвязь прослеживается между уроками хореографии и физкультурой: и по строению урока, и по его насыщенности. Начинаясь с разминки, имея кульминацию в середине и спад физической и эмоциональной нагрузки к концу, каждый урок имеет конкретную цель — тренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений. Регулярные занятия танцами, как и занятия физкультурой, создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы, укрепляют психику.

Виды деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания.

Формы деятельности: эстетические беседы, групповая проблемная работа, проблемно-ценностные дискуссии; занятия объединений художественной направленности, коллективно-творческое дело; концертная деятельность, посещение культурно – досуговых мероприятий.

Содержание деятельности:

1 Основы классического танца

Вся терминология школы классического танца даётся не на французском языке, как это принято в хореографии, а в транскрипции. В начале учебного года проводится обобщение полученных практических навыков и знаний на уроках ритмики в начальной школе и в самодеятельных танцевальных кружках и коллективах. Основное внимание уделяется постановке корпуса, рук, ног, головы; развитию выворотности и координации движений. Все упражнения проучиваются сначала лицом к станку, далее боком к палке, держась одной рукой, позднее на середине зала. Позиции рук: подготовительная, 1, 2, 3 (изучаются при неполной выворотности ног); подготовительное движение руки (preparation),

закрывание руки в подготовительное положение на два заключительных аккорда. Позиции ног: 1, 2, 5;

- demi plie по 1,2,3 и 5 позициям ног;
- grand plie по 1,2,3,5 позициям ног;
- demi plie по 1,2,3 и 5 позициям ног;
- grand plie по 1,2,3,5 позициям ног;
- battement tendu jete «крестом» из 1 и 5 позиций ног;
- releve на полупальцы по всем позициям;
- Battements fondu;
- 1,2,3 port de bras;
- temps leve sauté;
- Soute I, II, V.

2 Народный-сценический танец

Для изучения с учащимися этого раздела программы рекомендуется выбрать те народные танцы, которые помогут раскрыть темперамент, разовьют лёгкость и свободу движений. В короткий срок обучения невозможно охватить весь материал того или иного танца, поэтому следует отобрать наиболее характерные для него танцевальные элементы, из которых в творческом процессе будут создаваться небольшие или развёрнутые комбинации, композиции, этюды.

Перед началом работы над танцем следует рассказать учащимся о его характере и основных хореографических особенностях. Необходимо также прослушивание музыки, сопровождающей танец, знакомство с литературными источниками, национальными костюмами и т.д.

Осваивать элементы народных танцев следует в определённой последовательности – от простых к более сложным, от основных положений рук до скоординированных, целостных движений, лаконично собранных в композицию.

Предлагаемый перечень не исключает возможности ознакомиться и с другими танцами России и зарубежных стран.

1. Русский танец

Изученные движения и элементы русского танца в начальной школе в 6 классе усложняются и стилизуются в зависимости от избранного музыкального материала, комбинируются в связки и парные комбинации:

- каблучные шаги,
- припадания в повороте и с продвижением по VI позиции ног,
- дробные выстукивания,
- хлопучки с усложнённым ритмическим рисунком,
- вращения и повороты в паре.

2. Американский танец

«Кантри», построен на галопе с выносом каблука в сторону, галоп в повороте сольно и в паре, прыжки с высоким выбрасывание ног в стороны, элементы степа (удары подушечками стопы и носком по полу по точкам, флиг-фляг), синкопированных хлопках.

3. Шотландский танец

Сетовые Кейли-танцы танцуются обычно 4-мя парами, стоящими по сторонам квадрата. В разнообразных переходах и сменах танцевальных рисунков используются полечные элементы, кружения, «пике», приставные шаги с выносом ноги на носок, мелкий галоп.

4. Восточный танец фараонов - PharaonicDance

Современные представления в стиле "фараоник", бесспорно, являются творениями 20-го или 21 -го века, черпающими свое вдохновение в древнем искусстве и литературе. Для изучения этого материала выбирается современная стилизованная музыка "NewAge", движения копируют стиль древнеегипетских фресок и барельефов со стен храмов и пирамид, также повторяют позы, в которых застыли древние фигуры настенных рисунков. Как и все народные танцы, древнеегипетский танец может содержать рассказы о жизни - о войне и мире, любви и ненависти, свободе и рабстве.

3 Историко-бытовой танец

1. Полонез

Базовые движения полонеза – шаги, исполняемые в определенной последовательности и реверансы. Фигуры композиции:

- променад,
- колонна,
- фонтан,
- обход дамы.

2. Медленный вальс - бальный танец европейской программы. Основа медленного вальса - сочетание движений, которое называется переменным шагом (или переменной). Исполняется он вперед или назад и часто служит для перехода от правого поворота к левому и наоборот. Перед построением танцевальной композиции проучиваются базовые движения сначала по одному, затем в паре:

- правый малый квадрат;
- левый малый квадрат;
- большой правый квадрат;
- большой левый квадрат;
- переменные шаги.

3. Фигурный вальс

- шаг вальса по линии танца
- маленький квадрат вальса с правой ноги
- большой квадрат вальса с правой ноги
- поворот партнерши под рукой
- «лодочка»
- поворот в паре
- вальсовая дорожка (променад)
- раскрытия
- «окошко»
- вращение в паре вокруг правой оси
- шаги вальса по кругу

4 Современный танец

1. Диска

Диско танец строится на особом ритме (около 120 ударов в минуту). Шаги в стиле диско пружинисты. Самые распространенные движения: центрифуга, пистолет, лассо, мачо, звездочка, канат, лягушка, shake your ass, ушные палочки.

2. Рок-н-ролл

Базовые движения проучиваются сначала сольно, а потом в исполнении с партнёром составляются танцевальные комбинации и композиции: основной боковой шаг, kick, выпады, шаг с каблука, вращения партнёрши, повороты в паре, разножки, элементарные поддержки.

3. Твист

Твист - означает скручивание. Это и является основой движения бёдер, которые должны выполнять равномерный и непрерывный поворот справа налево, в то время как корпус, плечи и руки выполняют вращательное движение в противоположном направлении: это вращательные движения обеих ног, которые используются сначала попеременно, а потом вместе; ватуси; хич-хайк; вращательные движения и повороты в паре.

4. Современная пластика

Материал этого раздела даётся в ознакомительном формате. Невозможно всецело охватить систему, которая многообразна и имеет большое число школ и направлений. Уделяется внимание основным разделам, которыми пользуются педагоги в изучении техники модерн-джаз танца: разогрев (используются элементы тренажа, выполняемые на середине зала: упражнения для отдельных групп мышц, шеи, плечевого пояса, рук, ног, бёдер, корпуса); партер (используются позы и движения на растяжку («лягушка», «звезда», «циркуль», «полузвезда»), на развитие гибкости позвоночника («змея», «лодочка», «коробочка», «кошечка»), на сгибание разгибание стопы и колена, силовые упражнения на пресс); кросс (используются шаги с координацией трёх и четырёх центров, шаги со сменой направлений, вращения, прыжки); элементы акробатики (выполняются кувырки, мостики, шпагаты, перевороты, колесо, перекаты); комбинации (используются движения и комбинации различной координационной сложности, соответствующие стилям «Джаз», «Модерн», «Хип-хоп»).

Календарный учебный график

**реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
общекультурной направленности Танцевальный кружок «Танец» на 2024-2025
учебный год**

(72 часа)

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Основы хореографии. Вводное занятие.	1	1	
2	Основы хореографии. Повторение проученных элементов классического тренажа	2		2
3	Основы хореографии. III por de bras	2		2
4	Историко-бытовой танец. Левый и правый малые квадраты медленного танца.	2		2
5	Историко-бытовой танец. Правый и левый большие квадраты медленного вальса.	2		2
6	Историко-бытовой танец. Парное исполнение малых квадратов.	2		2
7	Историко-бытовой танец. Парное исполнение больших квадратов.	2		2
8	Эстрадный танец. Музыкальный стиль «Диско». Движения плеч и бёдер.	2		2
9	Эстрадный танец. Основные движения танцевального стиля.	2		2
10	Эстрадный танец. Танцевальные связки, построение комбинаций.	2		2
11	Эстрадный танец. Техническое исполнение композиции.	2		2
12	Эстрадный танец. Современный взгляд на народный восточный танец.	2	2	
13	Эстрадный танец. Восточный танец. Пластическое копирование национальных рисунков движениями рук.	2		2
14	Эстрадный танец. Характерные движения восточного танца.	2		2
15	Эстрадный танец. Стилизация движений восточного танца.	2		2
16	Эстрадный танец. Композиционное построение проученных комбинаций.	2		2
17	Народный танец. Американский танец «Кантри». Особенности музыкального стиля.	2	2	
18	Народный танец. Основные движения танца «Кантри».	2		2
19	Народный танец. Основы степовой лексики.	2		2

20	Народный танец. Комбинирование движений степовой лексики.	2		2
21	Народный танец. «Кантри» - парные комбинации.	2		2
22	Эстрадный танец. «Рок-н-ролл» - история зарождения музыкального стиля.	2		2
23	Эстрадный танец. Характерные движения танца «Рок-н-ролл».	2		2
24	Эстрадный танец. Составление сольной партии танца «Рок-н-ролл».	2		2
25	Эстрадный танец. Техническое исполнение сольной партии танца «Рок-н-ролл».	2		2
26	Эстрадный танец. «Рок-н-ролл». Основные движения в паре.	2		2
27	Эстрадный танец. Составление парных комбинаций танца «Рок-н-ролл».	2		2
28	Эстрадный танец. Парные комбинации танца «Рок-н-ролл».	2		2
29	Эстрадный танец. Техническое исполнение парных комбинаций танца «Рок-н-ролл».	2		2
30	Современный танец. История возникновения современного музыкального стиля «Хип-хоп».	4	2	2
31	Современный танец. Видеофильм «Шаг вперед».	2	2	
32	Современный танец. Тренаж современной пластики.	3	1	2
33	Современный танец. Связки и комбинации танцевального стиля «Хип-хоп».	2		2
34	Современный танец. Составление комбинаций на основе лексики современной пластики.	2		2
35	Обобщающий урок.	2		2
	Итого	72	10	62

Список рекомендуемой методической литературы

1. Бондаренко Л. Ритмика и танец. - Киев, 1972
2. Богоявленская Т. Дополнительная образовательная программа танцевального ансамбля «Санта Лючия» - М.: ООО «Век информации», 2009
3. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - 2-е изд., испр. и доп. - СПб: ЛОИРО, 2000
4. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М., 1968
5. Зимина А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей. - М., 1998

6. Конорова Е.В. Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства. - М., 1963
7. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. - М., 1972 - Вып. 1, 1973 - Вып. 2
8. Ладыгин Л.А. Музыкальное содержание уроков танца //Современный бальный танец. - М., 1976
9. Ладыгин Л.А. Музыкальное оформление уроков танца. - М., 1980
10. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учебн. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. - М.: ООО «Век информации», 2009
11. Холл. Д. Уроки танцев. Лучшая методика обучения танцам/ Джим Холл; пер. с англ. Т.В. Сидориной. - М.: АСТ: Астрель, 2009
12. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу. Развитие художественно-творческих способностей детей 4-7 лет средствами ритмики и хореографии. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области. - М.: «Один из лучших», 2008