



## Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Лицей»

ул. Республики, 50, г. Салехард, Ямало-Ненецкий автономный округ, 629007

тел./349-22/4-62-35, 4-15-54

ОГРН 1228900002121, ИНН 8901040973, КПП 890101001

### «Рассмотрено»

Руководитель структурного  
методического подразделения  
эстетического цикла

Федотова И.А.

*Федотова*

### «Согласовано»

Председатель НМС  
Высоцкая Е.С.

Протокол НМС №1 от 03.09.2022г

*Выс -*

### «Утверждено»

Директор МАОУ «Лицей»  
Решетняк И.И.

Приказ № 4-а от 03.09.2022 года



## ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА дополнительного образования

Название	Студия хореографии
Направленность	Художественная
Возраст детей	7-13 лет
Учебный год	2022-2023
Срок реализации программы	1 год
Учитель (ФИО)	Никитина Анастасия Юрьевна

г. Салехард  
2022 г.

## I. Нормативные документы

1.	Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ « Об образовании в Российской Федерации» (п. 22 ст. 2, ч. 1; ст.12, ч. 7 ст. 28, ст. 30, п. 5 ч. 3 ст. 47, п. 1 ч. 1 ст. 48);
2.	Приказ Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»
3.	Закон ЯНАО от 2013.07.27 № 55-ЗАО «Об образовании в Ямало-Ненецком автономном округе».
4.	Учебный план по дополнительному образованию детей в МАОУ «Лицей» г.Салехарда
5.	Примерная (авторская) программа по дополнительному образованию

## II. Пояснительная записка.

Программа «Студия хореографии» имеет **художественную направленность**.

**Актуальность.** В настоящее время хореографическое искусство охватывает и традиционное народное, и профессионально-сценическое. Танцевальное искусство присутствует в той или иной степени, форме в культуре каждого этноса, этнической группы. И это явление не может быть случайностью, оно носит объективный характер и всегда актуально. Традиционная народная хореография занимает первостепенное место в социальной жизни общества, как на ранних этапах развития человечества, так и сейчас. Выполняет одну из функций культуры, является одним из своеобразных институтов социализации людей и, в первую очередь, детей, подростков и молодежи, а также выполняет и ряд других функций, присущих культуре в целом. В нашей стране очень любят хореографическое искусство. Из года в год растет число самодеятельных танцевальных коллективов, повышается уровень их мастерства.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития. Искусство хореографии вносит определенный вклад в художественно-эстетическое воспитание детей. Занятия танцами учат красоте и выразительности движений, формируют правильную осанку, развивают музыкальность и чувство ритма. Хореография оказывает комплексное воспитательное влияние на физическую и духовную культуру человека. Скромностью, вежливостью, чувством меры обладает не каждый взрослый человек. Танец оказывает большое влияние на формирование внутренней культуры человека, особенно ребенка, обучает правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения между людьми. Занятия танцем помогают воспитывать волевые качества и характер человека.

Танец - это источник эстетического удовлетворения. Человек, который хорошо танцует, испытывает неповторимые ощущения от свободы и легкости своих движений, от умения владеть своим телом, его радует точность, красота, пластичность, с которыми он исполняет сложные танцевальные движения и па.

В танцевальном искусстве красота и совершенство форм неразрывно связано с красотой внутреннего содержания танца. В этом единстве заключена сила его воспитательного воздействия. С помощью классического танца, мы можем обеспечить такие условия для человеческой деятельности, которые помогают раскрыть ребенку его творческий потенциал и нравственные возможности личности.

При создании творческих или проблемных ситуаций широко используется метод моделирования детьми «взрослых отношений». Как известно, дети очень любят играть во «взрослых». И познание материального и духовного мира у них в основном происходит через подражательные игры. Темы творческих занятий определяются спецификой хореографического воспитания:

- «Я учитель танцев»
- «Я балетмейстер-постановщик»

Творческие ситуации разыгрываются как при индивидуальной, так и при коллективной работе.

Также отличительной особенностью является совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку и эстетическое воспитание обучающихся в течение всего курса обучения.

Методика преподавания в кружках в основе своей опирается на школу профессионально-хореографического обучения. Ребенок должен не только грамотно и убедительно решать каждую из возникающих по ходу его работы творческих задач, но и осознавать саму логику их следования. Поэтому важным методом обучения танцам является разъяснение ребенку последовательности действий в постановочной работе.

Прохождение каждой новой темы предполагает постоянное повторение пройденных тем, обращение к которым диктует практика. Такие методы как «возвращение к пройденному», «играем во взрослых» придают объемность линейному и последовательному освоению материала в данной программе.

**Направленность программы** по содержанию является художественной; по функциональному предназначения—досуговой, учебно-познавательной и общекультурной; по форме организации – групповой, кружковой, для самодеятельных коллективов, общедоступной.

Программа структурирована в соответствии с направлениями внеурочной деятельности. Это спортивно-оздоровительное, художественно-эстетическое, научно-познавательное, военно-патриотическое и социальное направления. Формирование осанки, культуры движений, мимики, развитие музыкального вкуса повышают уверенность ребёнка в себе. Совершенствование координации движений способствует повышению коммуникативной активности ребёнка. Оно позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического и, в целом, психического развития детей. Известно, что эффективность образования детей в школе во многом зависит от состояния их здоровья.

**Особенности возрастной группы детей.** Участниками программы студии хореографии являются дети (7-13 лет).

**Форма обучения – очная.**

**Новизна программы** состоит в личностно-ориентированном обучении.

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

Научная новизна исследования хореографии заключается в следующем:

1. Выявлено место предмета “Хореография” в системе воспитания и обучения детей в условиях учреждений дополнительного образования и общеобразовательных учреждений.
2. Определено минимальное (дающее общее физическое, музыкальное, эстетическое, нравственное развитие и способствующее оздоровлению ребенка) и оптимальное (позволяющее говорить о начале формирования танцевальной культуры) содержание предмета “Хореография” с 3 лет, которое могут освоить дети, не обладающие специальными хореографическими способностями.
3. Выявлено развивающее влияние хореографии на формирование физических и личностных качеств, эмоциональной сферы учащихся; выявлен оздоравливающий эффект занятий.

**Режим занятий.** Программа предполагает 1 год обучения. **Продолжительность занятия составляет 2,5 часа.** Занятия проводятся с периодичностью 2 раза в неделю по 2,5 часа. Общее количество часов в год – 157,5 часов.

**Цель программы:** развитие творческих способностей детей по средствам изучения и знакомства с различными видами хореографического искусства на основе духовно- нравственных ценностей.

**Задачи программы:**

- формирование общей культуры детей;
- уважительное отношение к духовно – нравственному и культурному наследию;
- использование этических особенностей танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности;
- обучение танцевальному этикету и формирование умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;
- обеспечение эмоциональной разгрузке детей, воспитание культуры эмоций;
- обеспечение формирования и сохранения правильной осанки ребенка, укрепление мышечного корсета средствами характерного, народного и бального танцев, воспитать культуру движения;
- увеличить период двигательной активности в учебном процессе, развить потребность двигательной активности как основы здорового образа жизни.
- воспитание взаимопонимания, уважения, доброжелательности и эмоциональной отзывчивости среди участников образовательного процесса;
- развитие самостоятельности;
- раскрытие творческого потенциала;
- реализация индивидуальных способностей обучающихся;
- обучение необходимым основам и приемам хореографического искусства;
- развитие фантазии и воображения;
- расширение кругозора детей в области танцевального искусства;
- помочь родителям в осуществлении воспитательного процесса;
- удовлетворение познавательного интереса ребенка;
- обогащение навыками совместной деятельности в рамках образовательной программы.

Также по данной программе могут проводиться индивидуальные занятия.

**Для занятий необходимо:**

**Для девочки:**

Балетки (желательно на раздельной подошве), цвет - белый  
Купальник белого цвета  
Толстая белая резинка примерно 5 см (для пояса)  
Юбочка из шифона в тон купальника  
Белые носочки и белые колготки без рисунка

**Для мальчика:**

Балетки (желательно на раздельной подошве), цвет – черный  
Белая футболка без рисунка  
Черные штанишки  
Черные носочки.

**Учащиеся должны знать:**

хореографические термины;  
характер музыки;  
виды темпа;  
музыкальные размеры;  
средства музыкальной и хореографической выразительности;  
рисунок танца, правила построения в шеренгу, колонну, круг; позиции ног и рук;  
правила построения корпуса;  
характерные особенности женской и мужской пляски;

историю возникновения русского танца;  
направления развития русского танца: хоровод, пляска, перепляс, кадриль;  
разновидности кадрилей;  
методику исполнения танцевальных комбинаций у станка и на середине зала.

#### **Ожидаемые результаты:**

К концу обучения по данной программы обучающиеся должны  
*знать*:

- Основы хореографической грамотности;
- Правила самостоятельной и коллективной работы;
- Стилевые особенности хореографии

*Уметь*:

- Сочинять танцевальные этюды, сюжетные и бессюжетные танцы;
- Грамотно работать с музыкальным материалом;
- Использовать полученные знания, умения и навыки в повседневной жизнедеятельности.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Программа рассчитана на 157,5 часов.**

### **Введение в курс программы.**

*Теория:*

- Вводное занятие.

#### **1. Основные понятия:**

*Теория:*

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

*Практика:*

- 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.

#### **2. Ритмика, музыкальное движение и развитие эмоциональной выразительности:**

*Теория:*

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

*Практика:*

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

#### **3.Хореографическая азбука:**

*Теория:*

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

*Практика:*

- 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;

**4. Занятия на середине зала:**

*Теория:*

- Правила выполнения упражнений на середине зала.

*Практика:*

- 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;

**5. Постановочно-репетиционная работа:**

- Соединение ранее изученных движений в танцевальные композиции;
- Танцевальные этюды;
- Развитие исполнительского мастерства и артистизма;

**6. Волшебство танца:**

- Диагностика ЗУН приобретенных за первый год обучения;
- Контрольные занятия и выступления

**Учебно-тематический план.**

<b>№</b>	<b>Наименование раздела и тем</b>	<b>Общее количество часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>1</b>	Введение в курс программы. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	15	5	10
<b>2</b>	Основные понятия.	17,5	2,5	15
<b>3</b>	Ритмика, музыкальное движение и развитие эмоциональной выразительности.	25	5	20
<b>4</b>	Хореографическая азбука.	20	2	18
<b>5</b>	Занятия на середине зала.	25	2,5	22,5
<b>6.</b>	Постановочно-репетиционная работа.	37,5	2,5	35
<b>7.</b>	Волшебство танца.	17,5	2,5	15
	<b>ИТОГО:</b>	<b>157,5</b>	<b>22</b>	<b>135,5</b>

## **Планируемые результаты.**

В конце обучения обучающиеся должны:

### **Знать :**

- танцевальную терминологию, применяющуюся при изучении материала (опорная нога, работающая нога, шаг ногой и шаг на ногу, и т.п.);
- основные понятия: позиции и положения рук, ног; линия танца и др.
- правила техники безопасности;
- правила взаимодействия в коллективе.

### **Уметь:**

- выполнять начальные упражнения по позициям в темпе и ритме музыки;
- ориентироваться в пространстве;
- Выполнять элементы танцев с перестроением.

**Навыки:** выполнять четко и правильно элементы и упражнения танцев самостоятельно и с помощью педагога.

## **Планируемые результаты** приобретенные по итогам освоения программы.

**Личностные** – развитие социально и личностно значимых качеств, индивидуально-личностных позиций, ценностных ориентиров, межличностного общения, обеспечивающую успешность совместной деятельности.

### **Ученик научится:**

- навыку учиться: решать творческие задачи, искать, анализировать и интерпретировать информацию с помощью учителя;
- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;
- под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в направлениях, не мешая друг другу;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами.

### **Ученик получит возможность научиться:**

- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять игровые и плясовые движения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;

**Предметные** – формирование навыков работы в области хореографии, применения приемов и методов работы по Программе, воспитание основ культуры труда, приобретение опыта творческой и проектной деятельности.

### **Предметные результаты:**

#### **Ученик научится:**

- ритмично исполнять различные упражнения;
- рассказывать об основных танцевальных правилах;
- держать корпус;
- демонстрировать знания о правой, левой руке, стороне;
- основным упражнениям для рук в форме танцевальной зарядки;
- правильно дышать;
- основным выразительным средствами музыки и танца;
- знакомиться с партерной гимнастикой;
- определять медленно, быстро, умеренно в музыке;

- упражнениям для профилактики плоскостопия, упражнениям для развития правильной осанки, упражнениям для суставов, упражнениям на расслабление мышц;
- определять характер мелодии и подбирать оригинальное исполнение движения;
- составлять небольшие танцевальные комбинации.

**Ученик получит возможность научиться:**

- навыкам актёрской выразительности;
- увлечься музыкой, заинтересоваться движением;
- танцевальной зарядке;
- приучаться к танцевальной технологии;
- чувствовать характер музыки;
- разбирать ритмическую схему;
- развить ритмичность, правильно пройти в такт музыке;
- развить музыкальный слух;
- увлечься занятиями аэробики;
- объяснить основные правила танцевального этикета.

**Метапредметные** – результатом изучения программы является освоение обучающимися универсальных способов деятельности, применимых как в рамках образовательного процесса, так и в реальных жизненных ситуациях.

**Метапредметные результаты:**

**Ученик научится:**

- понимать и принимать учебную цель и задачи;
- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи.

**Ученик получит возможность научиться:**

- накоплению представлений о ритме, синхронном движении;
- наблюдению за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности.

## **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

**Технические средства обучения.**

- Ноутбук;
- колонки мультимедийные;
- хореографические станки;
- зеркала;
- музыкальный центр;
- видеоплеер;
- телевизор;
- DVD-плеер;
- фонотека и видеоматериалы: Уроки латино-американских танцев. Медиа Арт Паблишер», Москва, 2007г.; «Аэробика» - Специальное издание Домашнее DVD ; Техника Пилатес; Техника исполнения Восточного танца, бальных танцев, эстрадных танцев.
- Аудиоматериалы: Музыка для бальных танцев, народных танцев, эстрадных танцев, классических танцев, мелодии релакс.
- диски DVD,;
- детские песни (ремиксы, оригиналы и минусовки) ; инструментальная и классическая музыка; народная музыка и песни;
- наглядные демонстрационные пособия.

Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы проводится аттестация один раз в год. Она проходит в форме концертов, участие в новогодних представлениях для детей, смотрах и фестивалях как районного так и республиканского значения.

В конце года проходит большой отчетный концерт, где присутствуют педагоги, родители, население, подводятся итоги и оценивается работа детей за учебный год.

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:**

1. Баренбойм Л. Путь к музицированию. – Л. – М., 2016.
2. Боголюбская М. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах: Учебно-методическое пособие – М., 2015.
3. Бондаренко Л.А. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях. – К: Музычна Украина, 2015.
4. В. Г. Шершнев «От ритмики к танцу» Программа для образовательных учреждений
5. В. И. Слыханова Формирование движеческих навыков. Движение и элементы народного танца.
6. Горшкова Е. О музыкальном творчестве в танце. – Дошкольное воспитание, 2017. – №12.
7. Дмитрий Томилин «Формирование движеческих навыков мужского танца» Методическое пособие
8. Иова Е.П., Иоффе А. Я., Головчинер О. Д. Утренняя гимнастика под музыку. – Москва: Просвещение, 2016.
9. Козлов Н. Пластика как один из определяющих компонентов в создании художественного образа. Учебное пособие для учащихся и преподавателей
10. Конорова Е. Методическое пособие по ритмике. – М., 2017.
11. М. П. Мурашко Формы русского танца. Книга 1. часть 2
12. Пасютинская В. Волшебный мир танца. – М., 2015.
13. Портнов Г. «Ну-ка, дети, встаньте в круг!.. Танцы народов мира» Пособие для преподавателей ритмики и хореографии
14. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Художественные кружки.– Москва: Просвещение, 2015.
15. Руднева С., Фиш А. Ритмика. Музыкально-ритмическое движение. – М., 2015.
16. Т.В.Пуртова, А.Н.Беликова, О.В. Кветная «Учите детей танцевать» для средних специальных учебных заведений.