

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
"Основная общеобразовательная школа №8"  
Старооскольского городского округа Белгородской области**

**Дополнительная образовательная  
программа по хореографии  
"Палитра танца"**

*Рабочая образовательная программа по  
хореографии студии танца «Задоринки»  
на 2022 – 2023 учебный год*

Составитель  
педагог дополнительного образования  
Слесарева Е.Н.  
МБОУ «ООШ №8»

г. Старый Оскол  
2022

## Пояснительная записка

Программа дополнительного образования хореографической студии «Задоринки». Музыкальное и хореографическое искусство являются незаменимыми средствами эстетического воспитания, художественного развития, способного глубоко воздействовать на духовный мир ребенка. В воспитании детей танец занимает особое место. Одна из основных целей его – формирование разнообразных эмоций и чувств, являющихся важнейшим условием развития личности. Структура танца, его четкий рисунок формируют внешние опоры для личностного поведения ребенка.

Танцы создают эмоциональное равновесие в группе: собирают, успокаивают, облегчают переход от одного занятия к другому. Помимо всего прочего, танец переключает внимание детей, отвлекает их от различных проблем. Обучение детей танцу и развитие у них на этой основе творческих способностей требуют от руководителя кружка не только знания определенной соответствующей методики, но и предполагают наличие у него правильного представления о танце как художественной деятельности, виде искусства. Именно понимание природы танца позволяет педагогу более осмысленно и квалифицированно решать поставленные задачи. Танец – это музыкально-пластическое искусство, специфика которого состоит в том, что, как и всякий вид искусства, отражая окружающую жизнь в художественных образах, воплощает их с помощью выразительных движений исполнителей, без каких-либо словесных пояснений. Это в полной мере отвечает двигательной природе детского воображения, для которого характерно действенное воссоздание образов детьми «при посредстве собственного тела».

Из этого следует, что в танце творческое воображение может развиваться эффективнее, чем в других видах детской музыкальной деятельности. На развитие творческого воображения особое воздействие оказывает и музыка. И происходит это, прежде всего в процессе ее восприятия, которому присущ творческий характер. В связи с этим становится очевидным творческий характер всех видов музыкальной деятельности, в том числе и танца. Еще раз следует упомянуть, что

танцу присуще образность, сюжетность. Это придает ему черты драматизации и сближает его с сюжетно-ролевой игрой, которая по выражению Л.С. Высотского, является «корнем» любого детского творчества. Игровые особенности танца также характеризуют его как деятельность, благотворную для развития у подростков способностей. Таким образом, танец – вид художественной деятельности, оптимальный для формирования и развития у подростков творчества и воображения, благодаря сочетанию в единой деятельности трех характеристик танца — музыки, движения и игры.

**Цель программы:** Развить творческие способности детей через включение их в танцевальную деятельность, а так же формирование творческой личности посредством обучения детей языку танца, приобщение воспитанников к миру танцевального искусства, являющегося достоянием общечеловеческой и национальной культуры.

**Задачи программы:**

1. Определить стартовые способности каждого ребенка: чувство ритма, музыкальная и двигательная память.
2. Развивать творческие способности детей на основе личностно-ориентированного подхода.
3. Раскрыть способности у подростков и сформировать в них умение воспринимать и понимать прекрасное.
4. Привить любовь к танцевальному искусству.
5. Развивать воображение и фантазию в танце.
6. Познакомить подростков с различными музыкально-ритмическими движениями в соответствии с характером музыки.
7. Познакомить подростков с простейшими правилами поведения на сцене.
8. Способствовать повышению самооценки у неуверенных в себе детей (ключевая роль в танце, вербальное поощрение и т. д.).
9. Закрепить приобретенные умения посредством выступления на мероприятиях школы. Развивать коммуникативные способности детей через танцевальные игры.

**Основные формы проведения занятий:** танцевальные репетиции, беседа, праздник.

**Основные виды занятий** – индивидуальное и групповое творчество, межгрупповой обмен результатами танцевальной деятельности.

**Методы:**

- ✓ игровой;
- ✓ демонстрационный (метод показа);
- ✓ метод творческого взаимодействия;
- ✓ метод наблюдения и подражания;
- ✓ метод упражнений;
- ✓ метод внутреннего слушания.

**Метод показа.** Разучивание нового движения, позы руководитель предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте.

**Метод наглядности.** Этот метод включает в себя слуховую наглядность (слушание музыки во время исполнения танцев), зрительное и тактильное проявление наглядности, которые сочетаются со слуховыми впечатлениями.

**Приоритетные направления работы:**

- ✓ знакомство с историей танца, музыкальной грамотой;
- ✓ изучение элементов аэробики, гимнастики, классического и народного танцев;
- ✓ знакомство с направлениями современного танца;
- ✓ постановка танцевальных номеров и участие в праздничных мероприятиях.

Для реализации данной программы, как показывает практика работы с детьми, необходимо учитывать некоторые особенности:

- ✓ возрастные особенности воспитанников;
- ✓ личные интересы и приоритеты воспитанников;
- ✓ потенциал группы в целом и каждого воспитанника отдельно;

- ✓ качество подготовки к моменту начала изучения предмета;
- ✓ происходящие в мире перемены.

***Педагог в своей деятельности использует следующие технологии:***

✓ здоровьесберегающая технология, помогает воспитать всесторонне развитую личность, бережно относящуюся к своему здоровью, и соблюдающую принципы здорового образа жизни;

✓ информационно-коммуникативная технология, позволяющая воспитанникам получать новую информацию и знания через просмотры видео и мультимедиа, сопровождающиеся пояснениями педагога. Так же этот метод полезен при просмотре концертов и выступлений, в которых они сами принимали участие, для осмысления и оценки своего собственного результата;

✓ деятельностная технология, посредством которой воспитанники изучают новый материал через личный показ педагогом и его объяснения с последующим повторением;

✓ проектная технология заключается в организации под руководством педагога творческой лаборатории, где провозглашается тема и ставится задача, а воспитанники создают творческую импровизацию, участвуют в процессе подготовки традиционных мероприятий коллектива;

✓ игровая технология, помогает развитию творческого мышления, развивает воображение и фантазию, улучшает общение и взаимодействие в коллективе;

✓ технология дифференцированного обучения, помогает в обучении каждого на уровне его возможностей и способностей, развитии творческих способностей, созидательных качеств личности, воспитании человека высокой культуры.

***Регулярность занятий 2 часа в неделю, 70 часов в год.***

**Содержание программы**

**Подготовка к занятиям. Повторение основных танцевальных навыков (10 часов)**

- ✓ Проведение инструктажа по технике безопасности.
- ✓ Постановка задач на новый учебный год.
- ✓ Разучивание поклона, набора технических элементов для разминки.

- ✓ Изучение основных положений рук и ног в танце.
- ✓ Работа над постановкой корпуса, тренировкой координации при исполнении упражнений;
- ✓ Знакомство с основными элементами различных танцев
- ✓ Отработка движений. Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца.
- ✓ Разучивание технической разминки, как единого комплекса. Подготовка номера ко Дню учителя.
- ✓ Разминка. Растяжка, формирование умения правильно ориентироваться пространстве. Подготовка ко Дню учителя.
- ✓ Тренировка чувства ритма, отработка синхронности в движениях, отработка элементов танца.
- ✓ Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения. Подготовка ко Дню учителя. Прогон танца

### **Народный танец (9 часов)**

- ✓ Изучение основных положений рук и ног в народном танце. Поклон в народном танце.
- ✓ Разучивание элементов народного танца: веревочка, ковырялочка, различные виды шагов.
- ✓ Разучивание элементов народного танца: подскоки, бараночка, кружения, перетопы, ручеек вперед и назад.
- ✓ Знакомство с танцем «Русский хоровод».
- ✓ Разучивание танцевальных связок танца «Русский хоровод».
- ✓ Отработка движений танца «Русский хоровод».
- ✓ Прогон танца «Русский хоровод», отработка положения рук и головы и хороводе.

### **Современный танец (8 часов)**

- ✓ Знакомство с танцем «Мамино сердце» ко Дню матери
- ✓ Изучение правил движения в паре.
- ✓ Знакомство с трехдольным размером в танце, правил построения парами.

- ✓ Изучение основных элементов вальса.
- ✓ Отработка основных движений. Акробатика в современном танце
- ✓ Отработка связок. Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца.

- ✓ История возникновения современного танца.

### **Характерный танец (6 часов)**

- ✓ Ритмика. Разучивание движений к танцу «Русские зимы». Подготовка к новогодним мероприятиям.
- ✓ Соединение движений к танцу «Русские зимы» воедино.
- ✓ Ритмика. Репетиция танца «Мюзикл». Прогон всех танцев.

### **Составляющие характера танца (7 часов)**

- ✓ Теоретические особенности танца – импровизации.
- ✓ Танцевальная импровизация.
- ✓ Составляющие характера танца: мимика, жесты, танцевальные акценты и т.д.
- ✓ Ритмика. Партерная гимнастика. Разучивание движений к танцу «Русские зимы».

### **Движения в соответствии с характером музыки (9 часов)**

- ✓ Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений. Пружинящий шаг. Бег, галоп, поскоки
- ✓ Гимнастика. Упражнение «Улыбнемся себе и другу». Прослушивание музыкальных произведений «Вальс», классика.
- ✓ Партерная гимнастика. Повторение танцев. Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений.
- ✓ Знакомство и отработка танцев «Служим России», «Цветы для мамы».

### **Понятие пространственных перестроений (8 часов)**

- ✓ Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг, квадрат. Ритмика. Повторение пройденных танцев. Отработка неточностей.

✓ Классический тренаж: гранд плие по 1-й, 2-й, 5-й позиции (изучение сначала спиной к стене, затем лицом к опоре). Разучивание движений к танцу «Лунная тропа».

✓ Партерный экзерсис: упр. на натяжение и расслабление мышц тела, для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развитие подвижности локтевого сустава. Разучивание движений к танцу .

✓ Соединение выученных движений в одну картинку стилизованного танца.

### **Чтобы танец был красивым (13 часов)**

✓ Подготовка танца к празднику 1 Мая. Отработка элементов

✓ Отработка элементов. Отработка движений, связок

✓ Отработка всего танца. Подготовка танца к празднику 9 Мая

✓ Классический тренаж. Разучивание отдельных элементов, движений. Соединение и постановка современного танца «Танец со свечами». Отработка элементов.

✓ Разучивание танца к последнему звонку.

✓ Отработка движений.

✓ Обсуждение выступлений на концертах. Игры с детьми.

✓ Отчетный концерт группы.

### **Прогнозируемый результат:**

1. *В обучении:* научились двигаться плавнее, шире и более пространственно, стали более сильными и гибкими, координированными, научились взаимосвязи исполнения движения с дыханием, научились свободному импровизационному движению, избавились от скованности и зажатости.

2. *В развитии:* научились концентрироваться на процессе, на практическом применении информации, воспитанники овладели импровизационной свободой и способностью принимать творческие решения.

3. *В воспитании:* приобрели навыки самовыражения через движение, воспитанники получают удовольствие от танца, видна увлеченность процессом



импровизации, понимают и умеют различать разные стили и направления в современном танце, в современной музыкальной культуре.

В ходе занятий воспитанники не только научатся основным танцевальным элементам, но и смогут общаться на языке танца, станут увереннее в себе, заинтересуются танцами, как видом творческой деятельности, что будет способствовать их успешной адаптации в обществе.

### **Используемая литература:**

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). – 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: ЛОИРО, 2000г.
2. Ерохина О.В. Школа Танцев для детей/ Серия «Мир вашего ребёнка». – Ростов н/Дону: Феникс, 2003г.
3. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. СПб.: «Детство-пресс», 2005г.