

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 10»

Принято на заседании
координационно-методического совета
протокол № 1 от 29 августа 2022 г.



Утверждаю
Директор MAOU SOSh № 10
О.А.Просвирякова
приказ № 182-од от 29 августа 2022 г. 2022 г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа

«Танцевальная студия»

Направленность: художественная
Контингент обучающихся: 1 – 4 класс
Срок реализации: 1 год

Составитель:
О.В. Чернозипунникова
учителя начальных классов

с. Новопышминское

2022 год

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 10»

Принято на заседании
координационно-методического совета
протокол № 1 от 29 августа 2022 г.

Утверждаю
Директор МАОУ СОШ № 10
_____О.А.Просвирякова
приказ № 182-од от 29 августа 2022 г. 2022 г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа

«Танцевальная студия»

Направленность: художественная
Контингент обучающихся: 1 – 4 класс
Срок реализации: 1 год

Составитель:
О.В. Чернозипунникова
учителя начальных классов

с. Новопышминское

2022 год

Пояснительная записка

Посредством знакомства школьников с искусством хореографии можно осуществить как эстетическое, так и физическое воспитание детей, развить у них художественный вкус, воспитать благородство манер, а танцевальные упражнения и движения укрепляют мышцы тела вырабатывают правильную осанку развивают ловкость, пластику и координацию движения.

И если в системе дошкольного воспитания разработаны специальные программы музыкально — ритмической деятельности детей, направленной на воспитание у каждого ребёнка творческого начала, то в большинстве школ такой предмет как хореография отсутствует. Соответственно нет и образовательных программ по хореографии.

Исходя из этого, и была составлена данная программа по предмету хореография.

Данная программа предназначена для занятий в хореографическом кружке школьников, где занятия проводятся в течение 2 лет со школьниками, имеющими склонность к танцевальной деятельности.

Цель программы:

Приобщение школьников к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

Задачи:

- воспитание нравственно – эстетических чувств.
- формирование познавательного интереса и любви к прекрасному.
- раскрытие художественно–творческих, музыкально–двигательных способностей, творческой активности, самостоятельности, выносливости, упорства и трудолюбия воспитанников.
- знакомство детей с хореографическими терминами, основами классического и народного танца.
- укрепление костно-мышечный аппарат воспитанников

Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения классического, народного танца, что способствует развитию танцевальности учащихся. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над движениями.

Классический танец воспитывает строгий вкус, чувство меры, благородную, сдержанную манеру исполнения. Народный танец является одним из средств выражения самобытности народа, его духа, характера, традиций.

В первый раздел включаются коллективно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие учащихся. На первом году обучения они строятся на шаге и беге в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве и времени, развивая музыкальность. В дальнейшем ритмическое воспитание происходит непосредственно на элементах танцевальных движений.

Во втором разделе вводятся элементы классического танца. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины, ног, способствуют развитию координации движений.

В третий раздел—элементы народного танца—включены танцы разного характера. На этом материале необходимо дать учащимся представление о диапазоне национальных плясок: от спокойных до темпераментных танцев.

В четвёртый раздел—элементы бального танца—включены танцы разного характера. На этом материале необходимо дать учащимся представление о ведущей роли, которая принадлежит рукам и корпусу, где техника ног доводится до виртуозности. Использование различных танцев позволяет развивать координацию корпуса, рук, ног и головы.

Направленность: художественная

Контингент учащихся: учащиеся 1 - 4 классов (7-11 лет).

Режим занятий: занятия проводятся один раз в неделю по 1 академическому часу для двух возрастных групп: 1-2 классы, 3-4 классы (всего 34 часа в год).

Срок реализации: 1 год.

Формы организации занятий: групповые

Формы предъявления результатов: выступления на школьных праздничных концертах, на КТД, в КСО «Гармония»

Планируемые результаты:

Личностные результаты

Сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы. Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки. Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

Метапредметные результаты

• *Регулятивные*

✓ Умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;

✓ планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

✓ самовыражение ребенка в движении, танце.

• *познавательные*

Учащиеся должны уметь:

✓ понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;

✓ организованно строиться (быстро, точно);

✓ сохранять правильную дистанцию в колонне парами;

✓ самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;

✓ соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;

✓ правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, подскок».

• *коммуникативные*

✓ учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);

✓ формулировать собственное мнение и позицию;

✓ договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов; умение координировать свои усилия с усилиями других.

Учебный план

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Ритмика и основы хореографии	12	1	11	Тренировки
2.	Азбука классического танца	7	1	6	Выступления на концертах, зачётные выступления
3.	Народный танец	7	1	6	Выступления на концертах, зачётные выступления
4.	Бальный танец	8	1	7	Выступления на концертах, зачётные выступления
	Итого: 34 часа	34	4	30	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Ритмика и основы хореографии.

- Музыкально-ритмическое развитие. Двигательные основы - марш, ходьба, бег, подскоки, галоп. Ритмический танец «Друзья». Разучивание элементов под счёт.
- Музыкально-ритмическое развитие. ОРУ. Хлопки в такт музыки. Ритмический танец «Друзья», исполнение под музыку изученных элементов.
- Двигательные навыки. Формирование основных навыков движения: подъёмы на полу пальцы, прыжки в умеренном темпе, полу приседы. Ритмический танец «Друзья». Изучение элементов под музыку.
- Двигательные навыки. Упражнения на координацию движения, осанку и силу мышц. Ритмический танец «Друзья». Закрепление изученного материала под музыку.
- Перестроения. Построение в круг, передвижение по кругу, в колонну, в шеренгу. Постановка рисунка ритмического танца «Друзья» под счёт.-
- Перестроение. Знакомство с танцем «Полька».
- Постановка танца «Полька». Разучивание элементов по одному, под счёт.
- Подготовка к празднику. Сценические движения.
- Подготовка к празднику. Закрепление изученного материала под музыку.
- Разучивание сценических движений.
- Закрепление изученного материала под музыку.

- Обобщающий урок по теме: «Ритмика и основы хореографии».

Раздел 2. Азбука классического танца.

- Позиции ног - I, II, III, IV. Releve на полу пальцы в I, II, V позициях, Plie (полу присед во всех позициях) с опорой. Партерная гимнастика. Упражнения на выворотность ног. Прыжки по I, II, III позициям (temps leve).
- Позиции рук - подготовительное положение, I, II, III. Движение кисти. Партерная гимнастика. Упражнения на растяжку и гибкость.
 - Двигательные основы. Battements tendus (скольжение стопой по полу). Battements tendus jets (маленькие броски). Grand battements jets (большие броски). Прыжки по I, II, V позициям (Temps leve saute).
- Построение в шахматный порядок. Закрепление изученного материала на середине зала. Постановка композиции из элементов.
- Постановка танца «Менуэт». Изучение основных элементов движений.
- Постановка танца «Менуэт». Закрепление изученного материала под музыку. Перестроения.
- Постановка танца «Менуэт». Повторение и прогон под музыку. Работа над ошибками.

Раздел 3. Народный танец.

- Музыкально-двигательное развитие. Двигательная основа - марш, ходьба, бег, подскоки, галоп. Позиции ног. Положения рук. Постановка корпуса.
- Музыкально-ритмическое развитие. Хлопки в такт музыки. Ходьба под счёт. Движения руками. Упражнения под музыку. Строевой шаг.
- Двигательные навыки. Полу приседы, присядка. Партерная гимнастика с элементами на полу.
- Перестроения. Изучение рисунка танца «Лялечка». Закрепление элементов под музыку.
- Перестроение. Закрепление изученного материала под музыку. Припадание на месте, с продвижением в сторону.
- Постановка номера танца «Лялечка». Изучение элементов в парах. Закрепление изученного материала под музыку.
- Постановка номера «Лялечка». Повторение, прогон под музыку.

Раздел 4. Бальный танец.

- Музыкально-ритмическое развитие. Прослушивание фрагментов и воспроизведение ритмических рисунков хлопками в ладоши. Знакомство с музыкальным размером 3/4.
- Музыкально-ритмическое развитие. Двигательная основа - марш, ходьба, бег, подскоки, галоп, прыжки. Упражнения на координацию движения.
- Двигательные навыки. Упражнения на осанку. Партерная гимнастика (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу). Фигурный вальс - перенос веса с ноги на ногу в умеренном темпе.
- Двигательные навыки. Изучение элементов танца «Фигурный вальс» под счёт. Балансе, припадание, трехшаговый поворот.
- Постановка танца «Фигурный вальс». Постановка рук в паре, перемещение по кругу, перестроение в колонну. Игра «Ручеёк».
- Постановка танца «Фигурный вальс». Закрепление изученного материала под музыку. Работа над ошибками.
- Постановка танца «Фигурный вальс». Закрепление изученного материала. Прогон под музыку.

Учебный календарный график 1-2 классы

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятий	Кол-во часов	Тема занятий	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	5	15:00-15:40	Групповая	1	Ритмический танец «Друзья». Разучивание элементов под счёт.	Спортивный зал	
2	Сентябрь	12	15:00-15:40	Групповая	1	Ритмический танец «Друзья», исполнение под музыку изученных элементов.	Спортивный зал	
3	Сентябрь	19	15:00-15:40	Групповая	1	Ритмический танец «Друзья». Изучение элементов под музыку.	Спортивный зал	
4	Сентябрь	26	15:00-15:40	Групповая	1	Ритмический танец «Друзья». Закрепление изученного материала под музыку.	Спортивный зал	
5	Октябрь	3	15:00-15:40	Групповая	1	Постановка рисунка ритмического танца «Друзья» под счёт.	Спортивный зал	
6	Октябрь	10	15:00-15:40	Групповая	1	Знакомство с танцем «Полька».	Спортивный зал	
7	Октябрь	17	15:00-15:40	Групповая	1	Постановка танца «Полька». Разучивание элементов по одному, под счёт.	Спортивный зал	
8	Октябрь	24	15:00-15:40	Групповая	1	Подготовка к празднику. Сценические движения.	Спортивный зал	
9	Ноябрь	14	15:00-15:40	Групповая	1	Подготовка к празднику. Закрепление изученного материала под музыку.	Спортивный зал	Выступление на празднике
10	Ноябрь	21	15:00-15:40	Групповая	1	Разучивание сценических движений.	Спортивный зал	
11	Ноябрь	28	15:00-15:40	Групповая	1	Закрепление изученного материала под музыку.	Спортивный зал	
12	Декабрь	5	15:00-15:40	Групповая	1	Обобщающий урок по теме: «Ритмика и основы хореографии».	Спортивный зал	
13	Декабрь	12	15:00-15:40	Групповая	1	Партерная гимнастика.	Спортивный зал	
14	Декабрь	19	15:00-15:40	Групповая	1	Упражнения на растяжку и гибкость.	Спортивный зал	
15	Декабрь	26	15:00-15:40	Групповая	1	Двигательные основы.	Спортивный зал	Выступление на празднике
16	Январь	9	15:00-15:40	Групповая	1	Построение в шахматный порядок. Закрепление изученного материала на середине зала.	Спортивный зал	
17	Январь	16	15:00-15:40	Групповая	1	Постановка танца «Менуэт». Изучение основных элементов движений.	Спортивный зал	

18	Январь	23	15:00-15:40	Групповая	1	Постановка танца «Менуэт». Закрепление изученного материала под музыку.	Спортивный зал	
19	Январь	30	15:00-15:40	Групповая	1	Постановка танца «Менуэт». Повторение и прогон под музыку.	Спортивный зал	
20	Февраль	6	15:00-15:40	Групповая	1	Музыкально-двигательное развитие. Двигательная основа - марш, ходьба, бег, подскоки, галоп.	Спортивный зал	
21	Февраль	13	15:00-15:40	Групповая	1	Музыкально-ритмическое развитие. Хлопки в такт музыки.	Спортивный зал	
22	Февраль	20	15:00-15:40	Групповая	1	Двигательные навыки. Полу приседы, присядка.	Спортивный зал	
23	Февраль	27	15:00-15:40	Групповая	1	Перестроения. Изучение рисунка танца «Лялечка».	Спортивный зал	
24	Март	6	15:00-15:40	Групповая	1	Перестроение. Закрепление изученного материала под музыку.	Спортивный зал	Выступление на празднике
25	Март	13	15:00-15:40	Групповая	1	Постановка номера танца «Лялечка». Изучение элементов в парах.	Спортивный зал	
26	Март	20	15:00-15:40	Групповая	1	Постановка номера «Лялечка». Повторение, прогон под музыку.	Спортивный зал	
27	Апрель	3	15:00-15:40	Групповая	1	Музыкально-ритмическое развитие.	Спортивный зал	
28	Апрель	10	15:00-15:40	Групповая	1	Музыкально-ритмическое развитие. Двигательная основа - марш, ходьба, бег, подскоки, галоп, прыжки.	Спортивный зал	
29	Апрель	17	15:00-15:40	Групповая	1	Двигательные навыки. Упражнения на осанку.	Спортивный зал	
30	Апрель	24	15:00-15:40	Групповая	1	Двигательные навыки. Изучение элементов танца «Фигурный вальс» под счёт.	Спортивный зал	
31	Май	8	15:00-15:40	Групповая	1	Постановка танца «Фигурный вальс». Игра ручеек.	Спортивный зал	
32	Май	15	15:00-15:40	Групповая	1	Постановка танца «Фигурный вальс». Закрепление изученного материала под музыку.	Спортивный зал	
33	Май	22	15:00-15:40	Групповая	1	Постановка танца «Фигурный вальс». Закрепление изученного материала.	Спортивный зал	
34	Май	29	15:00-15:40	Групповая	1	Итоговое занятие.	Спортивный зал	Выступление на празднике

Учебный календарный график 3-4 классы

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятий	Кол-во часов	Тема занятий	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	7	15:00-15:40	Групповая	1	Ритмический танец «Друзья». Разучивание элементов под счёт.	Спортивный зал	
2	Сентябрь	14	15:00-15:40	Групповая	1	Ритмический танец «Друзья», исполнение под музыку изученных элементов.	Спортивный зал	
3	Сентябрь	21	15:00-15:40	Групповая	1	Ритмический танец «Друзья». Изучение элементов под музыку.	Спортивный зал	
4	Сентябрь	28	15:00-15:40	Групповая	1	Ритмический танец «Друзья». Закрепление изученного материала под музыку.	Спортивный зал	
5	Октябрь	5	15:00-15:40	Групповая	1	Постановка рисунка ритмического танца «Друзья» под счёт.	Спортивный зал	
6	Октябрь	12	15:00-15:40	Групповая	1	Знакомство с танцем «Полька».	Спортивный зал	
7	Октябрь	19	15:00-15:40	Групповая	1	Постановка танца «Полька». Разучивание элементов по одному, под счёт.	Спортивный зал	
8	Октябрь	26	15:00-15:40	Групповая	1	Подготовка к празднику. Сценические движения.	Спортивный зал	
9	Ноябрь	9	15:00-15:40	Групповая	1	Подготовка к празднику. Закрепление изученного материала под музыку.	Спортивный зал	Выступление на празднике
10	Ноябрь	16	15:00-15:40	Групповая	1	Разучивание сценических движений.	Спортивный зал	
11	Ноябрь	23	15:00-15:40	Групповая	1	Закрепление изученного материала под музыку.	Спортивный зал	
12	Ноябрь	30	15:00-15:40	Групповая	1	Обобщающий урок по теме: «Ритмика и основы хореографии».	Спортивный зал	
13	Декабрь	7	15:00-15:40	Групповая	1	Партерная гимнастика.	Спортивный зал	
14	Декабрь	14	15:00-15:40	Групповая	1	Упражнения на растяжку и гибкость.	Спортивный зал	
15	Декабрь	21	15:00-15:40	Групповая	1	Двигательные основы.	Спортивный зал	Выступление на празднике
16	Декабрь	28	15:00-15:40	Групповая	1	Построение в шахматный порядок. Закрепление изученного материала на середине зала.	Спортивный зал	
17	Январь	11	15:00-15:40	Групповая	1	Постановка танца «Менуэт». Изучение основных элементов движений.	Спортивный зал	

18	Январь	18	15:00-15:40	Групповая	1	Постановка танца «Менуэт». Закрепление изученного материала под музыку.	Спортивный зал	
19	Январь	25	15:00-15:40	Групповая	1	Постановка танца «Менуэт». Повторение и прогон под музыку.	Спортивный зал	
20	Февраль	1	15:00-15:40	Групповая	1	Музыкально-двигательное развитие. Двигательная основа - марш, ходьба, бег, подскоки, галоп.	Спортивный зал	
21	Февраль	8	15:00-15:40	Групповая	1	Музыкально-ритмическое развитие. Хлопки в такт музыки.	Спортивный зал	
22	Февраль	15	15:00-15:40	Групповая	1	Двигательные навыки. Полу приседы, присядка.	Спортивный зал	
23	Февраль	22	15:00-15:40	Групповая	1	Перестроения. Изучение рисунка танца «Лялечка».	Спортивный зал	
24	Март	1	15:00-15:40	Групповая	1	Перестроение. Закрепление изученного материала под музыку.	Спортивный зал	Выступление на празднике
25	Март	15	15:00-15:40	Групповая	1	Постановка номера танца «Лялечка». Изучение элементов в парах.	Спортивный зал	
26	Март	22	15:00-15:40	Групповая	1	Постановка номера «Лялечка». Повторение, прогон под музыку.	Спортивный зал	
27	Апрель	5	15:00-15:40	Групповая	1	Музыкально-ритмическое развитие.	Спортивный зал	
28	Апрель	12	15:00-15:40	Групповая	1	Музыкально-ритмическое развитие. Двигательная основа - марш, ходьба, бег, подскоки, галоп, прыжки.	Спортивный зал	
29	Апрель	19	15:00-15:40	Групповая	1	Двигательные навыки. Упражнения на осанку.	Спортивный зал	
30	Апрель	26	15:00-15:40	Групповая	1	Двигательные навыки. Изучение элементов танца «Фигурный вальс» под счёт.	Спортивный зал	
31	Май	3	15:00-15:40	Групповая	1	Постановка танца «Фигурный вальс». Игра ручеек.	Спортивный зал	
32	Май	10	15:00-15:40	Групповая	1	Постановка танца «Фигурный вальс». Закрепление изученного материала под музыку.	Спортивный зал	
33	Май	17	15:00-15:40	Групповая	1	Постановка танца «Фигурный вальс». Закрепление изученного материала.	Спортивный зал	
34	Май	24	15:00-15:40	Групповая	1	Итоговое занятие.	Спортивный зал	Выступление на празднике

Методическая литература

1. Барышникова Т. Азбука хореографии.- Москва.- Айрис-Пресс.- 1999
2. Богданов Г. Хореографическое образование.- М.- 2001
3. Богомолова Л.В. Основы танцевальной культуры/ программа экспериментального курса.- Москва.- Новая школа.- 1993
4. Боттомер П. Урок танца.- Москва.- Эксмо-Пресс.- 2003
5. Ваганова А. Я. Основы классического танца. С.- Петербург. Москва. Краснодар.- 2003
6. Карп П. О. О балете.- М.- 1967
7. Костровицкая В., Писарев Л. Школа классического танца.- Л.-1968
8. Климов А. Особенности русского народного танца.- М.- 2002
9. Климов А. Русский народный танец.- М.- 2002
10. Костровицкая В. 100 уроков классического танца.- М.- 1981
11. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца.- Санкт-Петербург.- Искусство.- 2001
12. Сердюков В.П.. Программа по классическому танцу. Для хореографических отделений музыкальных школ и школ искусств.- М.- 1987
13. Танцы и ритмика в начальной школе/ методическое пособие.- Москва.- 1995
14. Ткаченко Т.Т. Народный танец.- Москва.- 2002
15. Устинова Т. А. Избранные русские народные танцы.- М.,1996.
16. Федорова Г. Танцы для развития детей.- М.-2000

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575907

Владелец Просвирякова Ольга Анатольевна

Действителен с 18.04.2022 по 18.04.2023