

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Республики Хакасия

Администрация муниципального образования Бейский район МБОУ

"Бондаревская СОШ "

РАССМОТРЕНО

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель ШМО

**Заместитель директора
по УВР**

**Директор МБОУ
"Бондаревская СОШ"**

Шишлянникова Л.П.
Протокол №1 от «29»
августа 2025 г.

Карташова Е.И.
Протокол №1 от «29» августа
2025 г.

Кузмичева Н.А.
Приказ №165 от «01»
сентября 2025 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

художественной направленности

«Танцевальная студия»

Уровень программы: ознакомительный

Возраст: 11-15 лет

Срок реализации: 1 год

**Автор: педагог дополнительного образования
Байкалова Ирина Михайловна**

Бондарево 2025

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная студия» разработана с учетом требований следующих нормативно-правовых актов:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации N 678-р от 31.03.2022;

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Бондаревская СОШ»;

Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Бондаревская СОШ».

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная студия» имеет художественную направленность, так как ориентирована на развитие творческих способностей ребёнка в области хореографического искусства.

Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы. Программа способствует развитию у обучающихся музыкального слуха, гибкости, выворотности, координации движений, зрительно – пространственной ориентировки, внимания, логического мышления. Формирует навыки исполнения танцевальных элементов, трюковых элементов и навыки исполнения танцевальных номеров. Танец имеет огромное значение как средство воспитания самосознания обучающихся. Получение сведений о танцах разных народов мира знакомит детей с особенностями своей культуры и расширяет кругозор знаний о мире. Каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Танец, волнуя исполнителей, вызывая яркие эмоциональные переживания, формирует способность чувствовать, сопереживать, проявлять своё отношение к происходящему. Всё это создаёт необходимые условия для воспитания нравственных качеств личности ребёнка.

Творческие задания совершенствуют трудовые умения ребенка, формируют культуру труда. Знания и умения, приобретенные детьми на занятиях, будут

полезны и во взрослой жизни.

Отличительная особенность, новизна.

Отличительной особенностью данной программы является ориентация обучающихся на процесс воспитания и развития личности посредством хореографии. Для этого используется многожанровость видов хореографии. В программу включены разделы: ритмика, партерная гимнастика, импровизация, современный танец, народный танец. Тем самым формирование творческого начала происходит с азов постижения хореографического искусства. Педагогическая целесообразность программы состоит в том, что в процессе её реализации каждый ребенок приобщается к танцевально-музыкальной культуре, учиться слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку, совершенствуясь физически, укрепляя свое здоровье посредством хореографии, которая объединяет в себе музыку, ритмику и пластику движений. Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус, а также дают возможность ребенку попробовать себя в различных направлениях, тем самым открывая более широкие перспективы для самоопределения и самореализации.

Адресат программы дети в возрасте от 11 до 15 лет, желающие научиться правильно и красиво танцевать.

Уровень программы: ознакомительный.

Объем программы – 36 учебных часов.

Срок реализации программы: 1 год обучения.

Формы обучения: очная, с применением дистанционных образовательных технологий. Необходимость дистанционной формы обучения обусловлена различными факторами, среди которых можно назвать:

- работа с часто болеющими детьми;
- работа с обучающимися во время карантина;
- участие в дистанционных конкурсах.

Для реализации занятий могут применяться электронные формы обучения и дистанционные образовательные технологии, педагогом разрабатываются информационные материалы (презентации, изображения, видео- и аудиозаписи, ссылки на источники информации) и задания для обучающихся, которые могут размещаться: в группах объединения в мессенджерах (например, Сферум);

направляться по электронной почте.

Режим занятий: 1 раза в неделю по 1 учебному часу, продолжительность занятий - 40 минут.

Формы организации деятельности детей: групповые, индивидуальные.

Виды занятий: концерты, конкурсы, творческие выступления, открытые занятия, игровые занятия, праздники, практические занятия.

Доступность реализации программы для различных категорий обучающихся.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная студия» доступна для детей различных категорий, проявляющих интерес к танцам, хореографии, обеспечивает развитие творческих способностей. Программу могут освоить дети, не имеющие специальной подготовки.

Цель программы: создание условий для приобщения ребенка к искусству хореографии, для развития творческих способностей и формирования физических, хореографических и музыкальных данных, развитие мотивации к познанию и творчеству, творческому самовыражению.

Задачи программы:

Образовательные:

- формировать у ребенка базовые хореографические и физические данные;
- обучать практическими умениями и навыками в различных видах музыкально-творческой, танцевальной и исполнительской деятельности;
- научить детей основным хореографическим движениям, пластики, чувствовать характер музыкального сопровождения, выражения чувств с помощью танца;
- познакомить детей с многообразием хореографии.

Развивающие:

- развивать художественные и творческие способности детей, используя эффективные педагогические технологии, методы и приёмы;
- развивать воображение, фантазию, наглядно-образного, ассоциативного мышления, самостоятельного художественного осмысления хореографического материала;
- развивать художественный и эстетический вкус;
- развивать творческий потенциал ребенка, его познавательную активность, побуждать к творчеству и самостоятельности.

Воспитательные:

- воспитание морально-волевых качеств: выдержки, настойчивости, побуждение ребёнка к более дисциплинированному и настойчивому труду;
- воспитание внимания и уважения к людям, терпимость к чужому мнению, умение работать в группе;
- развитие чувства взаимопомощи и взаимовыручки;
- формирование культуры поведения и общения.

Методы контроля и управления образовательным процессом: входящий мониторинг, текущий контроль, промежуточная аттестация, подведение итогов реализации Программы.

С целью определения уровня усвоения образовательной программы, а также для повышения эффективности и улучшения качества учебно-воспитательного процесса проводится аттестация обучающихся. Входящий мониторинг проводится на первом занятии. Текущий контроль проводится в процессе освоения программы.

Содержание программы и методические рекомендации

Программа внеурочной деятельности по художественно-эстетическому направлению «Танцевальная студия» предназначена для обучающихся 5-11 классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю, 34 часов в год.

Содержание программы опирается на возрастные особенности детей, улучшение состояния здоровья, развитие музыкального слуха и двигательных навыков учащихся.

В программе усиливается познавательная деятельность за счет систематического проведения бесед о хореографическом искусстве, посещение концертов, фестивалей.

Отчеты хореографического занятия планируются в виде открытых занятий или на праздниках в школе, но в любом случае с приглашением родителей учащихся, педагогов, художественных руководителей.

В первый год обучения учащиеся осваивают основные элементы упражнений. Проводится формирование и обучение элементов движений. При этом формируется музыкальная грамотность, отрабатываются основные понятия (темп, ритм и т.д.). Первый год обучения особое внимание уделяется формированию и отработке основных позиций рук и ног. В течение года осуществляется коррекция движений, и вводятся элементы танцев.

Второй год обучения проводится наработка навыков и умений, создаются танцевальные композиции, в которые включаются все ранее изученные элементы. Происходит соединение музыки и движения. В конце года формируются танцевальные коллективы, которые имеют завершённую программную композицию. В это время учащиеся уже самостоятельно могут создавать танцевальные комбинации на имеющемся наработанном материале.

№ n/n	Основное содержание	Количество часов				
		всего	теория	практика	Аудиторные занятия	Внеаудиторные Занятия
1	Техника безопасности на уроке хореографии	1	2	0	1	
2	Музыкальная грамота	2	1	1		
3	Развивающие элементы классического танца	3	3	1	1	
4	Развивающие Элементы акробатики и художественной	8	0	8	8	

	гимнастики					
5	Упражнения «Формирование правильной осанки»	4	0	4	4	
6	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов	4	0	4	4	
7	Упражнения для развития «выворотности» и танцевального шага	4	0	4	4	
8	Упражнения для формирования стопы	2	0	2	2	
9	Упражнения у станка для растяжки и формирования танцевального шага	8	0	8	8	
10	Упражнения лицом, спиной к опоре	8	0	8	8	
11	Партерная хореография	8	0	8	8	
12	Постановка танца	8	2	8	8	
	Итого:	34				

Учебно-тематическое планирование

№	Тема занятия	Кол-во часов	Описание примерного содержания занятий
1	Техника безопасности на уроке хореографии	2	Проведение инструктажа при проведении занятий по хореографии
2	Музыкальная грамота	4	-слушание музыки; -понятие темп и ритм; -определение сильной и слабой доли такта в музыке
3	Элементы классического танца	8	- Позиции рук и ног;
4	Элементы акробатики и художественной гимнастики	8	-Равновесия, -способы выполнения шпагатов, -мосты, -кувырки, -перевороты колесом, -стойки, -группы элементов -художественной гимнастики
5	Упражнения «Формирование правильной осанки»	4	Ряд упражнений на совершенствование правильной осанки
6	Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов	4	Ряд упражнений: стоя на коленях, сгибая спину назад и вытянутыми руками, взяться за колени; лежа на животе, согнув руки назад, дотянуться до согнутых ног и взять за пальцы, при этом нужно раскачиваться; сидя на полу, колени и стопы вытянуты. С абсолютно прямой спиной наклоняться вперед к ногам, чтобы спина не сгибалась. Данные упражнения дают

			развить гибкость спины.
7	Упражнения для развития «выворотности» и танцевального шага	4	Растяжка на продольные, поперечные шпагаты.
8	Упражнения для формирования стопы	2	Ряд упражнений: сидя на полу, ногу согнуть и выверотно положить на другую. Одной рукой взять снизу пятку, а другой голеностоп сверху и начинать давить на него; исходное положение: сидя на полу, ноги вместе, стопы очень вытянуты, спина прямая, немного прогнута. Выпрямлять колени так, чтобы коснуться ими пола. Данные упражнения дают, чтобы стопы были хорошо сформированы подъемом.
9	Упражнения у станка для растяжки и формирования танцевального шага	8	Умения выполнять упражнения у хореографического станка: наклоны, приседы, шпагаты.
10	Упражнения лицом, спиной к опоре	8	Ряд упражнений у станка приседы, полуприседы: -релеве, -деми плие, -батман тандю, -батман тандю жете, -деми ронд, -пассе
11	Партерная хореография	8	Ряд упражнений для гибкости спины, растяжка ног
12	Танцевальное направление и постановка танца	8	Различные танцевальные соединения на основе танцев, общеразвивающих упражнений

**Календарно-тематический план
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
художественной направленности «Танцевальная студия»**

№ урока	Раздел, тема урока	Кол-во часов	Дата проведения
1	Ритмика Физиологическая разминка по принципу сверху вниз	4 1	04.09.25
2	Перестроение из одной фигуры в другую	1	11.09.25
3	Поднимание ног, махи ногами	1	18.09.25
4	Продвижения с прыжками, бег, поскоки	1	25.09.25
5	Элементы танца рок-н-ролл Элементы танца «Рок-н-ролл»-основной ход	8 1	02.10.25
6	Приставные шаги. Прыжки. Повороты	1	09.10.25

7	Изучение движений танца «Рок-н-ролл»	1	16.10.25
8	Полуприседания	1	23.10.25
9	Отработка движений танца «Рок-н-ролл»	1	30.10.25
10	Движение в координации рук и ног по позициям	1	06.11.25
11	Прыжки на месте по I, II, III позициям ног	1	13.11.25
12	Соединение движений танца «Рок-н-ролл» в комбинации	1	20.11.25
13	Элементы русского народного танца Шаг с притопом, бег. Притопы- одинарный, двойной, тройной	8 1	27.11.25
14	«Ковырялочка»	1	04.12.25
15	«Моталочка»	1	11.12.25
16	«Гармошка»	1	18.12.25
17	Танцевальные шаги – с каблука, боковые	1	25.12.25
18	Отработка движений танца «Плясовая»	1	15.01.26
19	Повороты. Прыжки	1	22.01.26
20	Соединение движений танца в комбинации	1	29.01.26
21	Элементы бального танца Прямой вальсовый шаг. Прямой вальсовый шаг с поворотом. Вальсовое движение «Лодочка»	8 1	05.02.26
22	Свободная композиция (работа в паре)	1	12.02.26
23	Изучение движений танца «Вальс»	1	19.02.26
24	Основные позиции рук. Основные позиции ног. Поклон	1	26.02.26
25	Отработка движений танца «Вальс»	1	05.03.26
26	Соединение движений танца «Вальс» в комбинации	1	12.03.26
27	Разводка комбинаций танца «Вальс» в сценический рисунок	1	19.03.26
28	Постановка танца «Вальс»	1	26.03.26
29	Постановочно-репетиционная работа Танцевальный номер «Вальс»	6 1	02.04.26
30	Танцевальный номер «Плясовая»	1	09.04.26
31	Танцевальный номер «Рок-н-ролл»	1	16.04.26

32	Простые движения танцевального номера. Отработка	1	23.04.26
33	Сложные движения танцевального номера. Отработка	1	30.04.26
34	Повторение элементов изученных танцев	1	07.05.24

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 143507986500560089701835989304833372774460075092

Владелец Кузьмичева Наталья Александровна

Действителен с 03.04.2025 по 03.04.2026