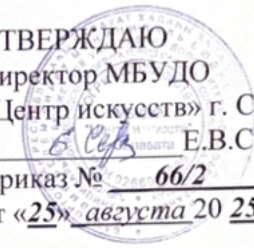


Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного
образования Центр искусств городского округа город Салават
Республики Башкортостан

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУДО
«Центр искусств» г. Салавата
 Е.В.Сергеева
Приказ № 66/2
от «25» августа 20 25 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
Объединения «Созвездие»**

Возраст детей: 7-15 лет
Срок реализации: 7 лет
Составитель:
Султанова Эльвира Винеровна,
педагог дополнительного образования

РАССМОТРЕНО
на педагогическом совете и
рекомендовано к утверждению
Протокол № 1
от «25» августа 20 25 г.

г. Салават
2025

Содержание

1. Пояснительная записка.....	2
2. Этапы реализации программы.....	8
3. Ожидаемые результаты.....	10
4. Учебно-тематическое планирование.....	13
5. Методическое обеспечение программы.....	19
6. Материально-техническое обеспечение.....	21
7. Список литературы.....	23

1. Пояснительная записка

Танцевальное искусство с незапамятных времен занимало в жизни человека важное место. Создаваясь на протяжении многих столетий, танец стал подлинной художественной энциклопедией социальной жизни народа. Воспитание детей на высоких образцах классического, народного и бального танцев развивает у них высокий художественный вкус и иммунитет против примитивного, пошлого, вульгарного. В процессе обучения развиваются физические данные учащихся, формируются необходимые технические навыки, накапливается определенный запас лексики. Искусство танца – это синтез эстетического и физического развития человека. Общеразвивающие упражнения, упражнения партерной гимнастики, элементы танца выполняются под музыкальное сопровождение. Образность, различный характер музыки, многообразие её жанров повышает эмоциональность детей, питает воображение.

Программа направлена на гармоничное развитие личности, на формирование у воспитанников танцевальных навыков, что способствует повышению общей культуры ребенка. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость. Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие. Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотные манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания.

Предполагаемая дополнительная общеразвивающая программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привития начальных навыков в искусстве танца. Обучение проводится в 3 этапа:

Первый этап – освоение азов ритмики и гимнастики, азбуки классического и бального танца.

Второй этап – совершенствование полученных знаний, продолжение изучения классического экзерсиса, освоение репертуара историко-бытовых и массовых бальных танцев, знакомство с современными танцевальными направлениями. Продолжение начатой на первом этапе работы по развитию актерского мастерства и воспитанию способности к танцевально-музыкальной импровизации. Этим этапом можно завершить так называемый танцевальный всеобуч для некоторых категорий детей. Те же из них, которые проявили интерес и способности к отдельным хореографическим жанрам, высказали желание продолжить свое образование, могут перейти к третьему этапу обучения.

Третий этап – предполагает специализированные занятия для детей, проявивших определенные способности к танцу. Совершенствуя свои знания в избранном жанре, дети активно осваивают репертуар. Педагог на этом этапе осуществляет самостоятельные постановки, либо прибегает к помощи специальной литературы и видеоматериалов.

Данная программа рассчитана на детей с 7 до 14 лет и составлена в соответствии с нормами, установленными законодательной базой.

Цель: активизация музыкального восприятия через движение; эстетическое развитие посредством хореографии.

Задачи:

Обучающие:

1. Научить детей первоначальной хореографической подготовке, выявить их способности.
2. Сформировать познавательный интерес к миру танца.

3.Обогащать двигательный опыт различными видами движений.

Развивающие:

1.Развивать способность воспринимать музыку, т.е. чувствовать ее настроение и характер, понимая ее содержание при выполнении движений развивая при этом музыкальный слух, чувство ритма, музыкально-двигательный кругозор и музыкальную память.

2.Развивать творческие способности, потребность самовыражения в движении через музыку, творческое воображения и фантазии, способность к импровизации.

3.Развивать двигательные качества и умение: ловкость, точность и координацию движений; гибкость и пластичность; умения ориентироваться в пространстве.

4.Развивать эмоциональную сферу, мимику и пантомимику.

5.Развивать восприятие, внимание, память, мышление; тренировать лабильность нервных процессов.

Воспитывающие:

1.Воспитывать нравственно-волевые качества: настойчивость, выдержку, умение работать в коллективе.

2.Воспитывать культуру поведения и общение.

3.Воспитывать трудолюбие, укрепление здоровья.

Новизна рабочей программы заключается в объединении как практических и теоретических основ изучения хореографии, так и различных направлений хореографии, что позволяет формировать физические данные детей, артистизм как взаимосвязанную целостность.

Дополнительная общеразвивающая программа по хореографии работает в трёх направлениях:

Основой для изучения хореографического искусства является **бальный танец**, который все же переплетается с классическим танцем. При его

изучении выделяют следующие разделы занятия: разогрев, изоляция, упражнения для позвоночника, комбинация или импровизация.

Ритмика и гимнастика- развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины и сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной постановки корпуса, осанки, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела.

Классический танец – вырабатывает академизм упражнений веками выверенной методикой подготовки танцовщика. Классический танец воспитывает навык правильной осанки, гармонично развивая всё тело, раскрепощая движение.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, которые должны получить дети в процессе обучения (методика исполнения и выразительности языка танца, теория о происхождении классического балета, современных направлений хореографии, знание французской и английской терминологии, знание танцевального этикета, великие имена в истории становления хореографического искусства)

Теоретико-методологической основой разработки программы являются основы педагогической практики таких авторов как:

- Т. Барышниковой (азбука хореографии)
- А.Я. Вагановой (основы классического танца)

Программа составлена с учетом возрастных психофизиологических особенностей обучающихся и направлена на реализацию задач внеурочной деятельности в рамках введения федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

Данная программа способствует освоению обучающимися универсальных учебных действий, что создает возможность самостоятельного успешного усвоения новых знаний, умений и компетентностей не только в рамках данного направления деятельности.

2. Этапы реализации программы

Вводный этап

Дети, поступая в творческое объединение, могут обладать какими-либо минимальными знаниями в области хореографии, но вводный этап необходим так как позволит обучающимся получить первоначальные знания о таком направлении в хореографии как балетный танец. А так же обучающиеся познакомятся с правилами поведения в танцевальном коллективе, структурой проведения занятий. Смогут выполнять разминку (комплекс тренировочные упражнения) под музыку. Овладеют навыками выполнения классического экзерсиса у станка. Смогут выполнять простейшие акробатические элементы, и упражнения для развития эмоциональности и актерского мастерства, а так же овладеют специальной терминологией.

Основной этап

В дальнейшем происходит совершенствование всего комплекса профессиональных знаний и навыков, полученных за данный период обучения. Дети научатся свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей, применяя ранее изученные упражнения, в различных комбинациях, рисунках и танцах. У обучающихся начнет формироваться индивидуальный стиль, развиваться профессиональная память (запоминание специальных терминов, позиций, движений, рисунков и т.д.).

На данном этапе обучающиеся уже обладают первоначальной базой определенных знаний в области хореографии. Дети, свободно ориентируются в танцевальном зале, владеют практическими навыками постановочной деятельности. Обучающиеся могут использовать простейшую терминологию на занятиях.

Занятия на основном этапе предполагают развитие более сложных движений, комбинаций, рисунков и композиций. Обучающиеся смогут свободно различать движения и упражнения разных направлений в

хореографии и технически правильно их выполнять. Овладеют методическими знаниями и более сложной терминологией. Сформируются начальные теоретические и технические навыки использования приемов актерского мастерства и сценической выразительности на практике.

Завершающий этап

На завершающем этапе происходит совершенствование всех практических и теоретических знаний, полученных за весь период обучения. Обучающиеся овладеют профессиональными навыками постановочной и концертной деятельности. Смогут достойно переносить физические нагрузки, выполняя сложную танцевальную лексику. Овладеют приемами адаптации в современном обществе.

После завершения образовательной программы обучающиеся смогут выйти на профессиональный этап работы: участие в конкурсах и фестивалях областного, регионального, всероссийского и международного уровней.

После полного завершения обучения по данной программе дополнительного образования, обучающиеся смогут поступить в Хореографическое училище, Хореографический колледж, а так же в высшие учебные заведения по специальностям как исполнитель, танцовщик, так и педагог-хореограф, руководитель хореографического коллектива.

Особенности возрастной группы

Дети объединяются в группы с учётом возраста, психологических особенностей и их физических данных. Программа рассчитана на детей от 7 до 14 лет.

Набор детей в объединение осуществляется в установленные учреждением сроки при наличии медицинской справки и по личному заявлению родителей (лиц их заменяющих). Отбор в группу первого года обучения по определенным критериям в хореографии не ведется, в целях оптимального выявления способностей ребенка в течение учебного процесса и появления возможности каждого ребенка проявить себя в хореографии.

Состав группы обучающихся постоянный. Смена части коллектива происходит по причине болезни, перемены места жительства или изменения интереса детей.

Продолжительность одного занятия - 40 минут, между занятиями 10-минутные перерывы. С целью охраны здоровья детей проводятся валеологические паузы в форме релаксаций, упражнений на расслабление мышц, упражнения на восстановление дыхания.

3. Ожидаемые результаты и способы их проверки

За период обучения обучающиеся получают определенный объем знаний и умений.

1 год обучения

Знать:

- основные термины хореографии
- правила постановки корпуса
- позиции рук, ног, головы
- правила поведения на занятиях

Уметь:

- выполнять упражнения по заданию педагога
- различать музыкальные темпы, соединяя их с элементами упражнений
- выполнять танцевальные шаги по инструкции педагога

Иметь навыки:

- выполнения партерной гимнастики

2 год обучения

Знать:

- основы постановочной и концертной деятельности
- различные направления в хореографии

Уметь:

- выполнять классический экзерсис у танцевального станка

- применять на практике правила постановки корпуса рук, ног и головы в хореографии.

- выполнять основные ориентиры (рисунки) по инструкции педагога.

- применять выразительность в хореографических композициях.

- использовать специальную хореографическую терминологию на занятиях

Иметь навыки:

- Выразительности и техники выполнения движений в хореографических композициях.

Иметь представление:

- О постановке хореографической композиции.

3 год обучения

Знать:

- последовательность исполнения классического экзерсиса у станка

- навыки выполнения вращений в продвижении, на середине зала

- навыки артистичности, эмоциональности и выразительности.

Уметь:

- выполнять движения в соответствии с динамическими оттенками

- выполнять навыки креативного мышления в работе над хореографическими образами

- выполнять упражнения на смену уровней

Иметь навыки:

- организации постановочной и концертной деятельности.

4 год обучения

Знать:

- правила культуры поведения на сценической площадке.

- навыки технического выполнения основных упражнений на середине зала.

Уметь:

- исполнять прыжковые комбинации в продвижении

- применять наработанные данные: гибкость, пластичность, музыкальность.

- применять навыки самоконтроля и проверки знаний в своей работе

Иметь навыки:

- коммуникативного общения и ведения здорового образа жизни.

5,6,7 год обучения

Знать:

- правила бережного отношения к концертным костюмам и атрибутике.

Уметь:

- проявлять интерес и фантазию в создании хореографических композиций

- выполнять самостоятельно задания на импровизацию

- выполнять изученные стили хореографии в постановках

Иметь навыки:

- выдержки, активности и лидерства в коллективе.

- профессионального мастерства в выполнении хореографических постановок

4. Учебно-тематический план

I год обучения

Ритмика

№ п/п	Название тем	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Теория	Практика	Всего		
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	1	2	Установочное	
2.	Основы танцевального искусства	4	8	12	Практическое занятие	Открытое занятие для родителей
3.	Элементы классического танца	4	8	12	Практическое занятие	
4.	Элементы народно-сценического	4	6	10	Практическое занятие	Открытое занятие для педагогов
5.	Детские танцы	4	8	12	Занятие- репетиция	Итоговое занятие
6.	Танцевальные рисунки.	4	6	10	Беседа	
7.	Двигательные игры различного характера.	4	8	10	Занятие- игра, восхищение	
Всего:		25	45	72		

Гимнастика

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Форма организации занятий	Форма аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		
1 четверть						
1.1	Разогрев	5	2	3	Групповая	
1.2	Упражнения для развития гибкости шеи	6	2	4	Групповая	
1.3	Упражнения для плеч и предплечий	6	2	4	Групповая	
1.4	Упражнения для развития гибкости позвоночника	6	2	4	Групповая	
2 четверть						
2.1	Упражнения для коленных суставов	6	2	4	Групповая	
2.2	Упражнения для развития голеностопа	6	2	4	Групповая	
2.3	Упражнения на расслабление	5	2	3	Групповая	
2.4	Упражнения для подколенных мышц	5	2	3	Групповая	
2.5	Упражнения для развития	6	2	4	Групповая	

	выворотности ног					
3 четверть						
3.1	Упражнения для мышц брюшного пресса	6	2	4	Групповая	
3.2	Упражнение для развития танцевального шага	6	2	6	Групповая	
3.3	Прыжки	5	2	3	Групповая	
Итого часов:		72	24	46		

II, III, IV, V, VI, VII год обучения

Гимнастика

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Форма организации занятий	Форма аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		
1 четверть						
1.1	Разогрев	3	1	2	Групповая	
1.2	Упражнения для развития гибкости шеи	3	1	2	Групповая	
1.3	Упражнения для плеч и предплечий	3	1	2	Групповая	
1.4	Упражнения для развития гибкости позвоночника	3	1	2	Групповая	
1.5		1		1	Групповая	Контрольное

						занятие
2 четверть						
2.1	Упражнения для коленных суставов	3	1	2	Групповая	
2.2	Упражнения для развития голеностопа	3	1	2	Групповая	
2.3	Упражнения на расслабление	3	1	2	Групповая	
2.4	Упражнения для подколенных мышц	2		2	Групповая	
2.5	Упражнения для развития выворотности ног	2		2	Групповая	
2.6		1		1	Групповая	Контрольное занятие
3 четверть						
3.1	Упражнения для мышц брюшного пресса	2		2	Групповая	
3.2	Упражнение для развития танцевального шага	2		2	Групповая	
3.3	Прыжки	2		2	Групповая	
3.4		1		1	Групповая	Контрольное занятие
Итого часов:		36	7	29		

II, III, IV, V, VI, VII год обучения

Классический танец

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Форма организации занятия	Форма аттестации
		всего	теория	практика		
1	Вводное занятие Инструктаж по технике безопасности	1	1		беседа	
2.	Азбука классического танца	5	1	4	практическое занятие	
3	Экзерсис у балетного станка	25	1	24	практическое занятие	
4	Экзерсис на середине зала	15	1	14	практическое занятие	
5	Танцевальные движения	11	1	10	практическое занятие	
6	Прыжки	11	1	10	практическое занятие	
	ИТОГО	72	10	62		контрольное занятие

II, III, IV, V, VI, VII год обучения

Бальный танец

№ п/п	Название раздела темы	Количество часов			Форма организации занятий	Форма аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		
1. семестр						
1.1	Общая подготовка	9	1	8	Групповая	Контрольное занятие
1.2	Падеграс	7		7	Групповая	Контрольное занятие
1.3	Медленный вальс	8		8	Групповая	Контрольное занятие
1.4	Ча-ча-ча	8		8	Групповая	Контрольное занятие
1.5	Венский вальс	8	1	8	Групповая	Контрольное занятие
2 семестр						
2.1	Медленный вальс	4		4	Групповая	Контрольное занятие
2.2	Ча-Ча-Ча	6	1	6	Групповая	Контрольное занятие
2.3	Самба	6		6	Групповая	Контрольное занятие
2.4	Джайв	6		6	Групповая	Контрольное занятие
2.5	Румба	6	1	6	Групповая	Контрольное занятие
3 семестр						
3.1	Медленный вальс	4	1	4	Групповая	Концертная деятельность
3.2	Ча-Ча-Ча	6		6	Групповая	Концертная деятельность
3.3	Самба	6		6	Групповая	Концертная деятельность
3.4	Румба	6		6	Групповая	Концертная деятельность
3.5	Танго	6	1	6	Групповая	Концертная деятельность

3.6	Квикстеп	6	1	6	Групповая	Концертная деятельность
Итого часов:		108	7	101		

5. Методическое обеспечение программы

Методическое обеспечение образовательной программы включает в себя следующие компоненты: педагогические аспекты творческой деятельности; этнопедагогический подход к обучению, воспитанию и развитию; методы развития межличностного общения в коллективе; методы создания художественной среды средствами хореографии; интеграцию в процессе создания коллективного творческого продукта танцевального коллектива.

В программе представлены различные разделы, которые объединяет постановочная и концертная деятельность, позволяющая учебно-воспитательному процессу быть более привлекательным, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей.

Основные методы работы с обучающимися:

- словесный (устное изложение материала)
- иллюстрированный (просмотр видео и наглядных материалов)
- репродуктивный (практическое изучение материала по образцу педагога)

Методы обучения по источнику знаний:

- объяснительно-наглядный (репродуктивный) - (подробно объясняя правила выполнения тех или иных упражнений, элементов танца с одновременной демонстрацией, задача детей – понять и воспроизвести)
- словесный метод - донести до обучающихся эмоциональный характер танца задача непростая, поэтому через объяснения, беседы имеется возможность сообщить большое количество материала.

- практический метод - источником знания является практическая деятельность обучающихся в активной работе над исполнительской техникой, которая позволяет развивать профессиональные навыки, в проученных движениях, а в дальнейшем и в танце.

Большое место в осуществлении данной программы принадлежит наглядным и словесным методам, так как увлечение детей творческим процессом возможно в том случае, если во время демонстрации приемов работы действия будут комментироваться доступным для восприятия детьми языком.

Основные формы работы с обучающимися по количественному составу:

- индивидуальная;
- по подгруппам;
- групповая;
- фронтальная.

Методы контроля и самоанализа

Методы контроля и самоанализа позволяют оценивать, анализировать и контролировать как собственную деятельность, так и своих товарищей. Данный метод осуществляется посредством следующих форм проведения занятий:

- контрольные задания
- самооценка
- участие в выступлениях и конкурсах
- урок самооценок (взаимооценок)

Перечисленные методы и формы работы позволяют строить систему занятий, образующих целостную технологию обучения. На основе данной технологии планируются, разрабатываются и проводятся конкретные занятия по следующим формам:

- участие в открытых занятиях
- контрольное упражнение
- концерт

- беседа
- участие в мероприятиях
- участие в родительских собраниях
- участие в конкурсах и фестивалях.

Перечисленные методы и формы работы позволяют строить систему занятий, образующих целостную технологию обучения. На основе данной технологии планируются, разрабатываются и проводятся конкретные занятия.

6. Материально-техническое обеспечение программы

Для успешной реализации программы Центром обеспечены условия необходимые для реализации программы в течение всего периода:

- помещение в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН;

- танцевальный станок;

- зеркальная стена;

- репетиционная форма;

- танцевальная обувь;

- музыкальный центр;

- коврики;

По мере необходимости планируется усовершенствование материально-технического оснащения:

- пошив новых комплектов костюмов (в соответствии с тематикой постановки);

Методическое обеспечение программы содержит необходимые информационные ресурсы для ведения качественного образовательного процесса и представлено в виде фоно- и видео - медиатеки, тематической литературы, методических разработок занятий, фотоальбомов. Методическое обеспечение программы регулярно пополняется.

- аудио материалы с фонограммами;

- DVD материалы с записями выступлений творческого объединения;

- DVD и видео материалы с записями выступлений известных хореографических коллективов.

- альбом с фотографиями выступлений творческого объединения;

Обеспечение безопасности жизни и здоровья обучающихся

Общие правила техники безопасности:

1. В творческое объединение (ТО) допускаются обучающиеся ознакомившиеся и выполняющие требования техники безопасности;
2. Обо всех неисправностях, поломках, утечках необходимо сообщать руководителю ТО и не приступать к занятиям до устранения их нарушений.
3. До и после занятий необходимо проветривать помещение.
4. Бережно относиться к имуществу Центра.
5. В Центре находиться в сменной обуви, без головного убора.

Техника безопасности во время работы:

1. Содержать рабочее место в чистоте, не допускать загромождения рабочего места, входов-выходов посторонними предметами, которые в данное время не используются в работе, играх.
2. Без разрешения педагога не включать теле-, видео- аппаратуру.
3. Использовать электророзетки только по назначению.
4. О неисправности аппаратуры сообщать педагогу.
5. Запрещается самостоятельно устранять неполадки.

Список используемой литературы

1. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. – М., 2006
2. Барышкинова Т. Азбука хореографии. – М., 1999
3. Бочаров А.И., Лопухов А.В., Ширлев А.В. Основы характерного танца. – М., 2006
4. Ваганова А.Я., Основы классического танца. – СПб., 2015
5. Васильева-Рождественская Н.В. Историко-бытовой танец. – М., 2014
6. Захаров Ф. Сочинение танца. – М., 1989
7. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов-на-Дону 2015
8. Золотарева А.В. Дополнительное образование детей.
9. Интегрированные занятия с детьми 6-8 лет: Книга для педагогов дополнительного образования и учителей начальных классов/Под ред. Т.С.Комаровой. – 2-е изд. – М.: АРКТИ, 2003. – 96 с. (Развитие и воспитание дошкольника).
10. Конорова Е. Ритмика. – М., 2015
11. Лифиц И.В. Ритмика. – М., 2017
12. Пасотинская В. Волшебный мир танца. – М., 2015
13. Ритмика и танец. – М., 2013
14. Руднева С. Фиш Э. Ритмика Музыкальное движение. – М., 1972
15. Смирнова А. Искусство балетмейстера. – М., 1984
16. Танцы для детей. – М., 1982
17. Танцы – начальный курс. – М., 2001
18. Тарасов Н. Классический танец. – СПб., 2005
19. Хуторской А.В. Ключевые компетенции как компонент личностно-ориентированной парадигмы образования // Ученик в обновляющейся школе. Сборник научных трудов.— М.: ИОСО РАО, 2002. – С. 135-157.
20. Хуторской А.В. Статья «Технология проектирования ключевых компетенций и предметных компетенций». // Интернет - журнал "Эйдос".
21. Шипилова С.Г. Танцевальные упражнения. – М., 2017
22. Школа танцев для юных. – СПб., 2018