

**МБОУ ДО Кизнерский районный дом детского творчества**

Принята на заседании  
Педагогического совета  
От «31» 08 2023г.  
Протокол № 1

Утверждаю  
Директор  
МКОУ Бемыжская средняя школа  
М.В. Усачева  
Приказ № 90  
«28» 09 2023 г.



**Дополнительная образовательная общеразвивающая программа  
художественно-эстетической направленности  
«Танцуй пока молодой»**

Возраст обучающихся: 11-17 лет  
Срок реализации: 9 месяцев

Автор – составитель:  
Шахтырова Ольга Геннадиевна  
педагог дополнительного образования

с. Бемыж, 2023 г.

## Пояснительная записка

Нормативные документы, в соответствии с которыми составлена дополнительная общеобразовательная программа «Танцуй пока молодой»:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ министерства Просвещения Р.Ф. от 18 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648.20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03 сентября 2019 года №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 05.05.2018 года № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказ Министерства образования и науки Удмуртской Республики от 23 июня 2020 года №699 «Об утверждении целевой модели развития системы дополнительного образования детей в Удмуртской республике»
- Устав МКОУ Бемыжская средняя школа.

### 1.1 Уровень освоения программы

Уровень	Возраст целевой аудитории и	Срок реализации и освоения программы	Объем часов по учебному плану на реализацию программы	Форма реализации программы	Требования к результатам реализации
Ознакомительный	11-17 лет	36 часов	1 час в неделю	Кружок	Публичное представление образовательных результатов и достижений в различных формах коллективного и персонального

					участия в мероприятиях муниципального уровня или уровня образовательной организации: концертах, фестивалях (в том числе дистанционных формах).
--	--	--	--	--	--

## 1.2 Направленность программы

Предлагаемая дополнительная образовательная программа является модифицированной, направленность программы «Танцуй пока молодой» по содержанию является художественно-эстетической.

**1.3 Актуальность** данной программы обусловлена потребностью общества в развитии нравственных, эстетических качеств личности человека. Именно средствами танцевальной деятельности возможно формирование социально-активной, творческой личности, способной понимать общечеловеческие ценности, гордиться достижениями отечественной культуры и искусства, способной к творческому труду, сочинительству, фантазированию.

## 1.4 Отличительные особенности

Развитие ребенка на начальном этапе школьной жизни имеет большое значение, поскольку закладываются основы мышления, произвольности, самостоятельности и свободы поведения. Эти достижения школьника являются результатом построенного обучения. Ребенок учится ставить и достигать разные цели. Он сам может выбрать, чем ему заняться, и при этом самостоятельно определяет тему, материалы, способы действий. Все это по сути дела составляет основу творчества и служит фундаментом дальнейшего развития ребенка, успешности его обучения в целом.

## 1.5 Преимущество

Дополнительное образование, хоть и называется дополнительным, является важным и необходимым. Дополнительное образование нацелено на удовлетворение разнообразных потребностей детей, создание условий, благоприятных для самоопределения и самореализации личности. Оно

активизирует работу школы в интересах ребенка, содействует развитию его индивидуальности.

Своеобразие дополнительного образования в школе проявляется:

- в целенаправленном добровольном использовании ребенком свободного от уроков времени для полноценного развития своих потенциальных возможностей;
- в свободе выбора направлений деятельности, педагога, образовательной программы;
- в возможности менять виды деятельности, коллектив, педагога;
- в творческом характере образовательного процесса, осуществляемого на основе дополнительных образовательных программ;
- в особых взаимоотношениях ребенка и педагога (сотрудничество, сотворчество, индивидуальный подход к ребенку);
- в возможности получить допрофессиональную подготовку.

Исходя из перечисленных особенностей дополнительного образования, можно выделить его функции в общеобразовательной школе. К ним относятся:

- **образовательная** - обучение ребенка по дополнительным образовательным программам, получение им новых знаний;
- **воспитательная**- обогащение и расширение культурного слоя общеобразовательного учреждения, формирование в школе культурной среды, определение на этой основе четких нравственных ориентиров, не навязчивое воспитание детей через их приобщение к культуре;
- **креативная**- создание гибкой системы для реализации индивидуальных творческих интересов личности;
- **компенсационная**- освоение ребенком новых направлений деятельности, углубляющих и дополняющих основное (базовое) образование и создающих эмоционально значимый для ребенка фон освоения содержания общего образования, предоставление ребенку определенных гарантий достижения успеха в избранных им сферах творческой деятельности;
- **интеграционная**- создание единого образовательного пространства школы;
- **функция социализации** - освоение ребенком социального опыта, приобретение им навыков воспроизводства социальных связей и личностных качеств, необходимых для жизни;
- **функция самореализации** - самоопределение ребенка в социально и культурно значимых формах жизнедеятельности, проживание им ситуаций успеха, личностное саморазвитие.
- Приведенный перечень функций показывает, что дополнительное образование детей должно быть неотъемлемой частью любой

образовательной системы. И мы должны создать все условия для ситуации успеха.

## **1.6 Адресат программы**

Данная программа предназначена к реализации для обучающихся в возрасте 7-10 лет.

Программа призвана расширить творческий потенциал ребенка, сформировать нравственно-эстетические чувства, т.к именно в начальной школе закладывается фундамент творческой личности, закрепляются нормы поведения в обществе, формируется духовность.

## **1.7 Объем программы 34 часа.**

Формы обучения – очная.

## **1.8 Формы организации образовательного процесса**

В процессе освоения программы используются следующие формы работы:

- теоретические занятия (беседы, изучение истории развития и появления танцев, чтение литературы)
- практические занятия по хореографии и танцам

## **1.9 Срок реализации программы 9 месяцев**

## **1.10 Режим занятий**

Занятия проводятся продолжительностью 45 минут 1 раз в неделю.

### **1.Цель и задачи программы**

**Цель программы:** способствовать развитию личности ребенка через творческую деятельность, формирование творческих способностей, обеспечение эмоционально-образного восприятия действительности, развитие эстетических чувств и представлений.

Итогом обучения по программе является умение различать жанры музыкальных произведений (вальс, полька, марш, пляска), освоить различные танцевальные движения, уметь танцевать 2-3 танца.

#### **Задачи:**

- раскрывать танцевальные способности детей через двигательную активность ;
- развивать чувство ритма через обучение танцам;
- воспитывать любовь к русским традициям через изучение элементов русского народного танца;
- формировать детский коллектив через совместную деятельность.

## 2.Содержание программы

### 2.1 Учебный план

№ п/п	Название темы	Кол-во часов (всего)	Кол-во часов (теория)	Кол-во часов (практика)	Формы аттестации контроля
1	Введение.	1		1	
2	Разучивание танцевальных движений «Полька».	6	1	5	Исполнение танцевальной композиции
3	Изучение спортивного танца. Спортивный танец: диско, хип-хоп.	8	1	7	Исполнение танцевальной композиции
4	Народный танец.	13	1	12	Исполнение танцевальной композиции
5	Выступление на школьных мероприятиях.	4		4	Выступление с танцами
6	Резерв.	2		2	
	Итого	34	3	31	

### 2.2 Содержание программы «Танцуй пока молодой»

#### **Введение**

*Практика.* Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности и правило поведения на кружке. Понятие об основных танцевальных движениях. (1 ч)

#### **Тема 2: Разучивание танцевальных движений «Полька»**

Теория: Полька. История возникновения, описание, особенности и виды польки. Прослушивание музыки, просмотр видео. (1 ч)

Практика:

Основные движения польки. (1 ч)

Соединения разученных движений. (1 ч)

Отработка движений под музыку. Репетиция танца. (1 ч)

Отработка танца, ритмичности, слаженности. Репетиция танца. (1ч)

Отработка танца, ритмичности, слаженности. Генеральная репетиция танца. (1 ч)

### **Тема 3: Изучение спортивного танца.**

Теория: Танец – это лучший спорт. Просмотр видеороликов. Игра (отгадай танец по фото). (1 ч)

Практика:

Понятие о координации движений, о позиции и положения рук и ног. (1 ч)

Постановка танца, разучивание движений. (1 ч)

Разучивание движений под счёт без музыки. (1 ч)

Разучивание движений под счёт с музыкой. (1 ч)

Отработка движений под музыку. (1 ч)

Отработка танца, ритмичности, слаженности. Репетиция. (1 ч)

Генеральная репетиция. (1 ч)

### **Тема 4: Народный танец.**

Теория: Беседа: История народного танца. Прослушивание музыки, просмотр видео. (1 ч)

Практика:

Положения и движения рук: подготовка к началу движения (ладошка на талии), хлопки в ладоши, взмахи платочком. (1 ч)

Положение «полочка» (руки перед грудью), положение «лодочка». (1 ч)

Положения и движения ног: позиции ног (1-3 свободные, 6-ая, 2-ая закрытая, прямая), простой бытовой шаг. (1 ч)

«Пружинка» - маленькое тройное приседание (по 6 позиции), «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса. (1 ч)

Battementtendu вперед, в сторону на носок, с переводом на каблук в русском характере, battementtendu вперед на носок, с переводом на каблук в русском характере и одновременным приседанием. (1 ч)

Притоп простой, двойной, тройной, ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами, простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции. (1 ч)

Простой приставной шаг с притопом, поднимание и опускание ноги согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без). (1 ч)

Приставной шаг с приседанием, приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение рук «полочка», наклон по ходу движения). (1 ч)

Приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота, приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения). (1 ч)

Приставные шаги по парам, лицом друг к другу (положение рук «лодочка»), «елочка», «ковырялочка», поклон в русском характере (без рук). (1 ч)

Репетиция танца. (1 ч)

Генеральная репетиция. (1 ч)

### **Тема 5: Выступления на школьных мероприятиях.**

- День Матери. (1 ч)
- Новогодний утренник. (1 ч)
- 8 марта. (1 ч)
- День Победы. (1 ч)

### **Тема 6: Резерв.**

Повторение изученных танцевальных движений. (1 ч)

Повторение изученных танцев. (1 ч)

## **2.3 Планируемые результаты освоения программы**

### Личностные результаты

- понимание ценности хореографического искусства в жизни человека и общества;
- уважительное отношение к хореографическому наследию России и народов других стран;
- развитие эмоционально-волевых качеств и коммуникативных навыков, способствующих социальной самореализации ребенка;
- коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками в коллективе;
- способность формулировать собственное мнение и позицию;
- владение основами самоконтроля, самооценки;
- ответственное отношение к учению, готовность и способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.

### Метапредметные результаты

- развиты хореографические способности (физические данные, хореографическая память, координация, музыкальное и артистическое исполнение и т.д.);
- развиты образное и ассоциативное мышление, фантазия и творческое воображение, эмоционально-ценностное отношение к явлениям жизни и искусства на основе восприятия и анализа художественных образов;

### Предметные результаты

- понимание хореографической культуры, как неотъемлемой части человеческой жизни;
- знание характерных особенностей хореографических направлений;
- владение основами хореографии;



- владение своим телом во время исполнения хореографического номера;
- приобретение умений и навыков группового исполнительства хореографических номеров;
- способность реализации собственных творческих замыслов в хореографической импровизации.

*Обучающие должны знать:*

- понятия и термины простейших движений (поклон, приседание, подскоки, повороты и т.д.);
- правила исполнения движений (красивая, ровная осанка, легкость, музыкальность);
- понятие о пространстве зала (где зрители, центр зала, линии танца; самостоятельно находить свободное место в зале).

*Уметь:*

- артистично и эмоционально исполнять танцевальные движения;
- запоминать последовательность танцевальных движений в композиции;
- ориентироваться в пространстве зала (знать точки зала);
- воспринимать задания и замечания педагога.

### 3.Комплекс организационно-педагогических условий

#### 3.1 Календарный график рабочей программы воспитания

№ п/п	Мероприятие	Задачи	Сроки проведения
	Участие в проведении Дня открытых дверей	Привлечение внимания обучающихся и их родителей к деятельности объединений МКОУ Бемыжская средняя школа	сентябрь
	Участие в мероприятиях, посвященных Дню пожилого человека	Воспитание у обучающихся чувства уважения, внимания, чуткости к пожилым людям.	октябрь
	Участие в подготовке Нового года	Поддержание традиций. Коллективный танец. Воспитание умения работать в группе.	декабрь
	Папа и Я. Участие в поздравлении пап и мальчиков.	Воспитание у обучающихся чувства долга, любви и уважения к близким людям .	февраль
	Мамина улыбка	Воспитание у обучающихся чувства долга, любви и уважения к близким людям .	март
	Мы первые в космосе!	Дети должны знать героев, людей, которые прославили Россию и стремиться достичь своих высот. Воспитываем патриотизм.	апрель
	Участие в параде.	Воспитание чувства патриотизма.	май
	Участие в районных, школьных мероприятиях		В течении года.

**3.2 Календарный учебный график  
на 2022-2023 учебный год**

сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль				март				апрель				май							
У	ВА	У	У	У	У	У	У	К	У	У	У	У	У	У	ПА	К	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	К	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	ИА

**Условные обозначения:**

**У** – учебная неделя,

**П** – праздничная неделя,

**ВА** – входная аттестация,

**ПА** – промежуточная аттестация,

**ИА** – итоговая аттестация,

**К** – каникулярный период.

### **3.3 Условия реализации программы**

#### **Материально-техническое обеспечение.**

Занятия по дополнительной общеразвивающей программе «Звездочки» проводятся на базе школы. Занятия организуются в актовом зале, соответствующем требованиям СанПиН и технике безопасности. В актовом зале имеется следующее учебное оборудование:

- Ноутбук;
- USB-флеш-накопитель;
- Аудиоаппаратура.
- Видеокамера, фотоаппарат для анализа.

### **3.4 Методическое обеспечение**

*Используемые методы:*

Метод повторения.

Метод коллективного творчества.

Метод объяснения.

Метод заучивания.

Метод многократного повторения всевозможных движений.

Игровые технологии.

Беседы.

Формы учебной работы:

Ведущей формой организации занятий является практическая деятельность. Наряду с групповой формой работы, во время занятий осуществляется и индивидуальный подход.

Специфика структуры занятия.

Каждое занятие состоит из трех частей –подготовительную, основную, заключительную.

Подготовительная:

Организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния; умеренное разогревание организма.

Строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; Короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др.

Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

### *Основная*

Развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций Упражнения на силу, растягивание и расслабление; хореографические упражнения; элементы современного ритмического танца; танцевальные композиции; постановочная работа.

На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени.

Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

### *Заключительная*

Постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. Спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

## **3.5 Формы аттестации и критерии оценивания.**

Отслеживание результатов освоения программы осуществляется через концертное выступление на школьных мероприятиях:

- День Матери.
- Новогодний утренник.
- 8 марта.
- День Победы.

## **4.Список литературы.**

- 1.Бриске И.Э. «Хореография» Челябинск, 1995 год
- 2.Базарова Н. П. Классический танец. – СПб, 2009
- 3.Уральская В., Соколовский Ю. «Народная хореография» - М, 1972
- 4.[http://hnb.com.ua/articles/s-sport-entsiklopediya\\_tantsa\\_polka-2459](http://hnb.com.ua/articles/s-sport-entsiklopediya_tantsa_polka-2459)
- 5.<https://trix-family.ru/chtivo/tanets-e-to-luchshij-sport>
- 6.Рубштейн Н. Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым. М., 2000.
- 7.Беляевский Антон. Хип-хоп как стиль жизни. Архангельск. 2003.
- 8.Дарья Нестерова. Самоучитель по танцам хип-хоп. АСТ. 2011.
- 9.Алекс Мур. Бальные танцы. АСТ. 2004.
10. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М.,2004.

## Приложение 1

Индивидуальная карточка учета результатов освоения программы.

Степень выраженности оцениваемого качества.

Минимальный уровень (невыполнение показателей и заданий данного возраста), возможное количество баллов – 1;

Средний уровень (недостаточно четкое выполнение показателей или заданий, соответствующих данному возрасту), возможное количество баллов - 5.

Максимальный уровень (выполнение всех показателей и заданий педагога, соответствующих данному возрасту), возможное количество баллов – 10.

