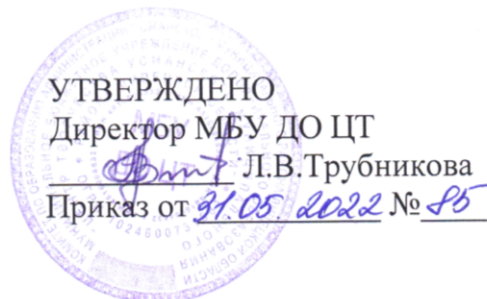


Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр творчества Усманского муниципального района  
Липецкой области»

ПРИНЯТО  
педагогическим советом

от 31.05.2022 № 04



**Дополнительная общеразвивающая  
программа  
художественной направленности  
«Гармония танца»**

Возраст детей: 5-11 лет  
Срок реализации программы - 3 года

Автор-составитель программы:  
**Узикова Фарида Фикретовна,**  
педагог дополнительного образования

г. Усмань,  
2022 г.

## **Содержание программы**

- 1. Пояснительная записка**
  - 2. Содержание программы**
  - 3. Планируемые результаты**
  - 4. Учебный план**
  - 5. Календарный учебный график**
  - 6. Условия реализации программы**
  - 7. Формы промежуточной аттестации и текущего контроля.**
- Оценочные материалы**
- 8. Методические материалы**
  - 9. Приложения** (рабочие программы учебных курсов, рабочая программа воспитания, календарный план воспитательной работы).

## 1. ПОСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия балльными танцами не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

Спортивные балльные танцы обладают огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития, формируют правильную осанку, формируют основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве.

Программа нацелена на укрепление здоровья и физическое развитие детей. Человека, занимающегося спортивными балльными танцами, отличают логически оправданные, целесообразно завершённые грациозные движения, собранность. Он всегда подтянут, аккуратен, энергичен, хорошо владеет собой, координационно развит, наделён чувством прекрасного. Танцевальная этика предполагает и естественную культуру общения: простоту, скромность, внимание друг к другу, вежливость, умение считаться с интересами других и ответственность за свои поступки. Танец способствует формированию положительных черт характера: в паре партнёр мужествен, по-рыцарски галантен, а партнёрша очаровательна своей женственностью – этих качеств так не хватает современному человеку!

**Дополнительная общеразвивающая программа «Гармония танца» разработана на основе нормативно-правовой документации:**

-Федеральный закон от 29.12. 2012 «273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 02.07.2021г.);

- Федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся» от 31 июля 2020 года №304-ФЗ;

-Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (в ред. Приказов Минпросвещения РФ [от 05.09.2019 № 470](#), [от 30.09.2020 № 533](#));

-Приказ Минпросвещения России от 2 декабря 2019 г. № 649 «Об утверждении Целевой модели цифровой образовательной среды»;

-Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

-Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

-Распоряжение Правительства от 31 марта 2022 г. №678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030. План мероприятий по

реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы)»

-Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

-Постановление Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2015 года № 1493 «О государственной программе «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016-2020 годы» (с изменениями и дополнениями 13 октября 2017 г., 20 ноября 2018 г., 30 марта 2020 г.);

-Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28 г.Москва «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (срок действия с 01.01.2021г. по 01.01.2027г.);

-Устав МБУ ДО ЦТ;

-Локальные акты, регламентирующие образовательную деятельность МБУ ДО ЦТ.

### **Направленность программы**

Данная программа, реализуемая в ансамбле бального танца, имеет художественную направленность. В ней учтён и адаптирован опыт многих преподавателей бального танца – авторов уникальных методик по спортивным бальным танцам. В основе программы лежит идея поэтапного, ступенчатого освоения мира, окружающего ребёнка. Главным инструментом в этом увлекательном процессе познания выступает танец.

Общеразвивающая программа «Гармония танца» предназначена для использования в сфере дополнительного образования детей в возрасте от 5 до 11 лет. Срок реализации программы – 3 года.

**Актуальность** программы состоит в приобщении молодых людей к миру танца, переориентации от «дворовых» ценностей к ценностям общемировой культуры, ознакомлении их с различными направлениями европейской и латиноамериканской хореографии, истории и культурного наследия музыкальных форм. Посредством танца человек учится выражать свои чувства, мысли, состояние, решая при этом задачу художественного, эстетического и культурного развития.

**Новизна**, своеобразие и оригинальность заключаются в том, что спортивный (или бальный) танец с его высокой этикой и эстетикой представляет собой «инструмент» воспитания всесторонне развитой, гармоничной личности. Данная программа включает в себя все аспекты воспитания: от совершенствования физической формы тела до очень тонкой и деликатной области межличностных отношений, помогает детям в будущем легче адаптироваться в любой социальной среде.

### **Отличительная особенность**

В репертуар ансамбля входят популярные танцевальные композиции многих стилей и направлений, что позволяет не только удовлетворить естественную физическую потребность учащегося в разнообразных формах движения, но и максимально расширить его художественный кругозор, стремление к прекрасному, познаваемому им через разные формы танцевального искусства.

**Адресат программы** – учащиеся в возрасте от 5 до 11 лет, которые, как правило, выбирают вид деятельности самостоятельно и приходят в объединение по собственному желанию. Интересы и позиция родителей в отношении к обучению детей различны: возможность развития творческих способностей ребенка, индивидуальное сопровождение, расширение кругозора, занятость «полезным делом» в свободное время, воспитания личностных качеств, успешное участие в различных выставках и конкурсах

**Объем программы** - 600 часов

**Форма обучения:** очная

**Основные формы организации образовательного процесса и виды занятий**

В процессе реализации Программы используются следующие формы организации занятий:

Занятие-объяснение

Занятие - путешествие

Дискуссия

Тестирование

Занятие-игра

Защита творческих работ

Экскурсии

Викторина

Конкурсная программа

Итоговые занятия

При проведении занятий учитывается: Уровень знаний, умений и навыков учащихся, их индивидуальные особенности; Самостоятельность ребенка; Особенности мышления

**Срок освоения программы** - 3 года.

**Режим занятий:**

1 год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа;

2 год обучения – 3 раза в неделю по 2 часа;

3<sup>й</sup> год обучения – 3 раза в неделю по 2 часа.

Организация и проведение учебно-творческого и воспитательного процессов строятся с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития каждого ребенка. В ходе усвоения детьми содержания программы учитываются уровень физического и психологического развития ребёнка, темп приобретения им специальных умений и навыков. При необходимости и заинтересованности учащегося в повышении его мастерства проводятся дополнительные индивидуальные занятия для отработки материала.

Программа строится по принципу спирали от одной ступени к другой, что предполагает постепенное расширение и углубление знаний при одновременном совершенствовании техники исполнения.

**Цель программы:** развитие креативных способностей детей в процессе освоения спортивных бальных танцев, профилактика и коррекция здоровья учащихся.

#### **Задачи программы.**

##### Образовательные:

- научить определять размер, темп, характер, ритм, сильную долю в музыкальном произведении;
- осуществить техническую подготовку танцоров на основе освоения базовых фигур различных видов танцев;
- научить умению взаимодействовать в паре, в ансамбле, артистизму на основе полученных технических навыков;
- осуществить общую и специальную физическую подготовку танцоров.

##### Развивающие:

- развить ритмическую координацию;
- развить логическое мышление и хореографическую память;
- развить музыкальный слух;
- развить способность эмоциональной передачи характера музыкального произведения в конкретном танце;
- выработать индивидуальный стиль танцора.

##### Воспитательные:

- воспитать внутреннюю собранность и дисциплину тела;
- воспитать сценическую культуру;
- воспитать культуру поведения;
- воспитать лидерские качества и чувство спортивного соперничества;
- воспитать мобильность, пунктуальность и ответственность.

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 2.1. Содержание учебного курса «Азбука музыкального движения» первого года обучения-150ч.

№ п/п	Тема занятия	Содержание занятия
1	Вводное занятие.	Знакомство с традициями и правилами студии, инструктаж по технике безопасности. Практика. Разучивание танцевального приветствия (поклон), построение по линиям, игра «знакомство».
2	Элементы общей физической подготовка (разминка/тренаж)	Знакомство с основными группами мышц. Необходимость предварительного разогрева мышц, Практика. Общеукрепляющие и развивающие упражнения под музыку по специальной системе подготовки начинающих танцоров.
3	Верхний плечевой пояс.	Изучение группы мышц верхнего пояса. Практика. Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого пояса; наклоны головы, сжатие и расслабление пальцев рук, вращение кистей, локтей и плеч.
4	Брюшной пресс.	Изучение приемов укрепления и развития мышц брюшного пресса как залог формирования мышечного корсета. Практика. Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц брюшного пресса: наклоны в стороны и вперед, потягивания в стороны и вверх, круговые вращения корпуса.
5	Отделы позвоночника.	Знакомство с отделами позвоночника и их спецификой. Что такое осанка и для чего она нужна. Практика. Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц спины: сжатие и растяжение мышц грудного отдела. Растягивание и скручивание

		мышц поясничного отдела позвоночника.
6	Мышцы ног и суставы.	Изучение суставов и механизмов их работы. Основные группы мышц ног. Практика. Освоение системы упражнений, направленной на развитие подвижности суставных сочленений: в суставах (стопа, колено, бедро); укрепление и развитие мышц ног: работа стопы (пятка, носок, плоская стопа), различные виды приседаний, прыжки.
7	Игровой стрейтчинг.	Знакомство со способами применения игрового стрейтчинга. Практика. Освоение системы упражнений йоги.
8	Расслабление.	Знакомство с основными принципами дыхания. Выделение различных групп мышц. Практика. Начало дыхательной гимнастики. Поочередное напряжение и расслабление отдельных групп мышц.
9	Растяжение.	Знакомство с понятием о линиях корпуса. Разнонаправленное растяжение. Практика. Освоение некоторых поз йоги: «мертвец», «летающий йог», «кобра», «лук», «стол», «доска», «верхняя собака», «нижняя собака», «ребенок» и т.д
10	Танцевальная азбука.	Изучение основных понятий и их разъяснение: музыкальный размер, направления движения, степени поворота. Практика. Система специально разработанных упражнений на развитие основных навыков по данной теме.
11	Музыкальный размер.	Знакомство с видами музыкальных размеров в спортивных танцах: 2/4, 3/4, 4/4. Практика. Система упражнений, направленная на развитие чувства ритма и музыкального слуха: прослушивание различных ритмов и мелодий, хлопки под музыку.



12	Направления движения.	Изучение основных направлений танцевального движения в зале; лицом и спиной по линии танца, диагонально относительно линий танца, лицом и спиной в центр. Движение вперед и назад. Практика. Отработка смены направлений в танцевальном движении.
13	Степень поворота.	Изучение основной степени поворотов на месте и в движении: целый поворот, половина поворота, поворот по четвертям и восьмым долям. Практика. Разучивание танцевальных фигур на вращение.
14	Ритмические упражнения под музыку.	Изучение шагов, притопов, хлопков, прыжков в такт музыке – одиночное исполнение, сериями. Изучение поворотов на месте и в движении в такт музыке. Изучение простых движений. Темпы музыки: быстрый и медленный.
15	Современные детские массовые танцы.	Изучение опыта отечественных и зарубежных педагогов: «Полька», «Цыганский», «Диско», «Волчок», «Ковбой», «Маленький рэп», «Автомобиль».
16	Танцы-игры.	Разучивание сюжетно-ролевых игр под музыку из опыта отечественных и зарубежных педагогов: «Я – музыкальный человек», «Молоточки», «Стирка», «Буги-вуги», «Утятя» и др.
17	Танцы начального уровня в парах.	Знакомство с образованием произвольных танцевальных пар. Отношения в паре, «мирный спор». Последовательные танцы начального уровня в парах: «Хи-хи, ха-ха вальс», «Твист», «Детский марш».
18	Европейская программа танцев.	Знакомство с происхождением европейских танцев. История стилизации костюма. Практика. Разучивание европейской программы танцев в соответствии с классификацией фигур для исполнителей спортивных танцев стартовых групп Н-2 и Н-4, принятой ВФТСАРР: медленный вальс, быстрый

		фокстрот,
19	Латиноамериканская программа танцев.	Знакомство с историей становления латиноамериканской программы спортивных танцев, история костюма. Практика. Разучивание программы танцев в соответствии с классификацией фигур для исполнителей спортивных танцев стартовых групп Н-2 и Н-4, принятой ВФТСАРР: самба, ча-ча-ча.
20	Итоговое занятие.	Итоговая встреча с учащимися и их родителями. Беседа о перспективах развития полученных результатов.
21	Промежуточная аттестация.	Концертная программа.

## 2.2. Содержание учебного курса «Первые шаги» второго года обучения-225ч.

№ п/п	Тема занятия	Содержание занятия
1	Вводное занятие.	Знакомство с программой, основными темами, режимом работы, правилами техники безопасности, санитарии, гигиены. Цели и задачи второго года обучения. Перспективы постановочной и репетиционной работы. Практика. Разучивание танцевального приветствия (поклон), построение по линиям, игра «знакомство».
2	Ритмические упражнения под музыку.	Практика. Изучение шагов, притопов, хлопков, прыжков в такт музыке – одиночное исполнение, сериями. Изучение поворотов на месте и в движении в такт музыке. Изучение простых движений. Темпы музыки: быстрый и медленный.
3	Современные детские массовые танцы.	Изучение опыта отечественных и зарубежных педагогов: «Полька», «Цыганский», «Диско», «Волчок», «Ковбой», «Маленький рэп», «Автомобиль».
4	Танцы-игры.	Разучивание сюжетно-ролевых

		игр под музыку из опыта отечественных и зарубежных педагогов: «Я – музыкальный человек», Практика. Изучение танцевальных композиций «Молоточки», «Стирка», «Буги-вуги», «Утята», «Шотландская полька», «Буги-вуги».
5	Танцы начального уровня в парах.	Знакомство с образованием произвольных танцевальных пар. Отношения в паре, «мирный спор». Практика. Последовательные танцы начального уровня в парах: «Хи-хи, ха-ха вальс», «Твист», «Детский марш».
6	Музыкально-ритмическая деятельность.	Изучение основного ритма. Знакомство с музыкальным размером. Количество тактов и темп музыки. Сильные и слабые доли. Основные ритмы в шагах. Направления движения. Практика. Ритмические «ускорения» и «замедления» при исполнении фигур. Исполнение фигур без музыки под счёт, в ритм мелодии по-одному и в парте.
7	Тренаж.	Практика. Постепенный разогрев мышц (ходьба с носка, на полупальцах, с высоким подниманием колена, на пятках). Бег с высоким подниманием колена. Прыжки вверх, галоп в сторону. Упражнения для мышц, шеи, пресса, спины, ног, наклоны. Классический экзерсис у станка.
8	Тренировка новых элементов и фигур.	Изучение особенности исполнения фигур в разных танцах. Практика. Отработка шагов. Направление движения. Постановка рук, головы, спины. Линии в руках. Линии в ногах. Формирование стопы.
9	Разучивание базовых элементов и фигур: европейские и латиноамериканские танцы.	Знакомство с основными фигурами европейских танцев: «Медленный вальс». Основные фигуры латиноамериканских танцев: «Самба», «Ча-ча-ча».
10	Подготовка и участие в соревнованиях по спортивным бальным танцам.	Участие в медальных соревнованиях («соло» и в парах).

11	Итоговое занятие.	Итоговая встреча с учащимися и их родителями. Беседа о перспективах развития полученных результатов.
12.	Промежуточная аттестация.	Концертные выступления.

### 2.3. Содержание учебного курса «Спортивные надежды» третьего года обучения-225ч.

№ п/п	Тема занятия	Содержание занятия
1	Вводное занятие.	Знакомство с целями и задачами 3 года обучения, планом работы на год, расписанием занятий и репетиций. Практика. Разучивание танцевального приветствия (поклон), построение по линиям, игра «знакомство».
2	История танцевальной культуры.	Знакомство с танцами народов мира, связанными с историческим укладом жизни людей разных эпох. История развития танцевального костюма. История возникновения танцев.
3	Работа в паре.	Знакомство с парой как танцевальной единицей. Практика. Постановка детей в пары. Взаимоотношения партнёров. Совместное творчество в паре. Отработка специальных парных элементов.
4	Европейская программа бальных танцев.	Знакомство с «Медленным вальсом» (закрытые перемены, правый поворот, левый поворот, правый спин поворот, виск, поступательное шассе). Практика. «Квик-степ»: четвертные повороты, лок-степ вперёд, назад, тиль-шоссе влево, вправо.
5	Латиноамериканская программа бальных танцев.	Изучение «Самба»: основное движение (правое и левое), поступательное основное движение, виски влево и вправо, самба ход на

		месте, самба ход в ПП, боковой самба ход, левый поворот, вольта, ботафого со сменой мест. Практика. «Ча-ча-ча»: основное движение со сменой мест, тайм степ, повороты на месте влево и вправо, повороты под рукой влево и вправо, нью-йорк.
6	Подготовка и участие в соревнованиях по спортивным бальным танцам (возрастная категория «Беби», Дети-1).	Индивидуальная постановка конкурсных программ для наиболее одарённых пар. Участие в соревнованиях.
7	Итоговое занятие	Итоговая встреча с учащимися и их родителями. Беседа о перспективах развития полученных результатов.
8	Промежуточная аттестация.	Концертные выступления. Соревнования по спортивным бальным танцам.

### 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

<i>Показатели</i>		<i>Уровни</i>		
		<i>Высокий</i>	<i>Средний</i>	<i>Низкий</i>
1.	Усвоение теоретического курса программы	Углубленное знание курса предмета	Понимание содержания курса предмета	Поверхностное знание теоретического курса предмета
2.	Приобретение практических знаний по предмету курса	Полное освоение практических умений согласно программе обучения	Частичное использование практических умений	Владение практическими умениями на уровне жизненных, без использования полученных знаний
3.	Сформированность умения передачи полученных знаний и умений младшим сверстникам	Умение самостоятельно организовать образовательный процесс	Умение передавать знания по отдельным видам практической деятельности на уровне	Бессистемная, фрагментная передача знаний другим

### **3.1. Планируемые результаты освоения учебного курса «Азбука музыкального движения» первого года обучения**

- знать основные принципы движения;
- уметь танцевать в паре;
- уметь слушать и понимать команды;
- исполнять простые танцевальные композиции;
- знать элементарные приёмы разминки и уметь самостоятельно её выполнять;
- знать основы работы мышц и правильного дыхания;
- различать танцевальную музыку и определять к какому танцу она принадлежит.

### **3.2. Планируемые результаты освоения учебного курса «Первые шаги» второго года обучения**

- иметь представление об истории возникновения бального танца и его развитии;
- понимать связи бальной хореографии с другими видами хореографического искусства;
- понимать специфики бального танца;
- овладение основными ритмическими упражнениями;
- уметь выполнять танцевальные движения начального уровня в парах;
- уметь выполнять базовые элементы и фигуры европейской и латиноамериканской программы («Медленный вальс», «Самба», «Ча-ча-ча»);
- иметь представление о соревнованиях различного ранга и о подготовке к ним.

### **3.3. Планируемые результаты освоения учебного курса «Спортивные надежды» третьего года обучения**

- иметь представление об истории возникновения танцев народов мира;
- иметь представления об истории развития танцевального костюма;
- уметь работать в паре;
- уметь выполнять специальные парные элементы;
- уметь выполнять элементы и фигуры европейской программа (в соответствии с классом): «Медленный вальс», «Квик-степ»;
- уметь выполнять элементы и фигуры латиноамериканской программы (в соответствии с классом): «Самба», «Ча-ча-ча»;
- свободно владеть корпусом, движением рук, головы.

#### 4.УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Учебный план – документ, который определяет перечень, трудоемкость, последовательность и распределение по периодам обучения учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, иных видов учебной деятельности и формы промежуточной аттестации учащихся и, если иное не установлено настоящим Федеральным законом.

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности «Чудеса из теста» рассчитана на 3 года обучения, каждый год обучения включает в себя 1 учебный курс.

Год обучения	Наименование курса	Всего количество часов	Формы промежуточной аттестации
1 год обучения	«Азбука музыкального движения»	150 ч.	Отчетная концертная программа
2 год обучения	«Первые шаги»	225 ч.	Отчетная концертная программа
3 год обучения	«Спортивные надежды»	225 ч.	Отчетная концертная программа. Соревнования.

#### 5. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения
Количество возрастных групп	5 групп	-	-
Возрастной состав групп	5 - 11 лет	-	-
Продолжительность учебного года	38 недель	38 недель	38 недель
Начало учебного года	01.09.2022г.	01.09.2022г.	01.09.2022г.
Окончание учебного года	31.05.2023г.	31.05.2023г.	31.05.2023г.
Количество часов в неделю/занятий	4 ч. - 2 занятия	6 ч. - 2 занятия	6 час.- 2 занятия
Количество занятий	75 занятий	75 занятий	75 занятий
Количество часов в год	150 ч.	225 ч.	225 ч.

Организация занятий	1,2 половина дня	1,2 половина дня	1,2 половина дня
Продолжительность занятий	для учащихся 5-11 лет – 1 час 20 минут (включая перерыв - 10 минут)	для учащихся 5-11 лет – 2 часа (включая перерыв - 10 минут)	для учащихся 5-11 лет – 2 часа (включая перерыв - 10 минут)
Сроки промежуточной аттестации	23.05.2023 г. по 31.05.2023 г.	23.05.2023 г. по 31.05.2023 г.	23.05.2023 г. по 31.05.2023 г.

## 6. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### 6.1. Кадровые условия

Педагог дополнительного образования, реализующий дополнительную общеразвивающую программу «Гармония танца» имеет высшую квалификационную категорию, регулярно проходит курсы повышения квалификации.

### 6.2. Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы необходимы определённые условия для успешного обеспечения образовательного процесса:

- временные** - предоставление учреждением достаточного количества часов, учитывая количество учебных групп и специфику балльной хореографии;
- дидактические** - музыкальный материал для проведения занятий и создания хореографических композиций;
- методические** - наличие методического материала по направлению деятельности; повышение квалификации педагога ансамбля;
- материально-технические** - необходимая музыкальная аппаратура, хореографический зал, сценические костюмы;
- творческие** - обеспечение условий для участия коллектива в различных конкурсах и соревнованиях.

## 7. ФОРМЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ И ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.

Освоение дополнительной общеразвивающей программы «Гармония танца» сопровождается текущим контролем, промежуточной аттестацией.



Текущий контроль за усвоением знаний, умений и навыков проводится в течение всего года на каждом занятии и представляет собой основную форму контроля. Текущий контроль может проводиться в форме тестирования, анкетирования, практического занятия, конкурсов, соревнований, концертов и др.

**Тестирование и анкетирование** проводятся с целью оценки достижений конкретного учащегося и позволяют выявить пробелы в освоении им текущего программного материала дополнительной общеразвивающей программы, учитывать индивидуальные потребности учащегося в осуществлении образовательной деятельности.

Промежуточная аттестация – проводится в конце изучения учебного курса с целью объективной оценки качества усвоения учащимися содержания программы по итогам очередного учебного года, осуществляется оценка уровня достижений учащихся.

Для определения результативности усвоения учащимися дополнительной общеразвивающей программы «Гармония танца» используются следующие формы промежуточной аттестации/контроля:

1 год обучения – учебный курс «Азбука музыкального движения»:

- отчетная концертная программа

2 год обучения – учебный курс «Первые шаги»:

- отчетная концертная программа

3 год обучения – учебный курс «Спортивные надежды»:

- отчетная концертная программа.

Результаты промежуточной аттестации фиксируются протоколом установленного образца, рассматриваются на заседаниях педагогического совета и утверждаются приказом директора МБУ ДО ЦТ.

Результаты промежуточной аттестации доводятся до сведения родителей (законных представителей).

## **8.МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

Образовательный процесс в рамках данной программы базируется на обучении детей основным техникам и приемам спортивных бальных танцев. Творческий подход к работе предполагает создание оптимальных условий, позволяющих развивать хореографические способности детей.

В процессе обучения учащиеся развивают свой суставно-связочный аппарат, эластичность и силу мышц, координацию и выразительность движений, вырабатывается правильное дыхание, которое снимает утомление организма даже при длительных нагрузках, подготавливаются к восприятию материала, данного педагогом.

На занятиях целесообразно обращаться к разным видам искусства. Именно такая многоплановость позволяет учащемуся максимально реализовать себя. В итоге становится возможным то, что каждый подросток, исходя из своей собственной природы, на основе навыков восприятия

смежных искусств, способен сочинять разнообразные па, «поэтизировать» их, добиваясь большей выразительности.

Учебное занятие состоит из следующих этапов: разогрев; изоляция; упражнения для позвоночника; уровни; кросс; передвижение в пространстве; комбинация или импровизация.

В ходе реализации данной программы особое внимание уделяется подбору музыкального материала, который во многом зависит от задач, поставленных на занятии, и его структуры.

В образовательном процессе активно используются творческие задания, которые способствуют развитию творческого мышления, воображения, эмоциональной сферы, навыков самостоятельного применения полученных знаний на практике. Творческие задания включают:

- сопоставление, анализ и поиск единых стилевых признаков, средств выразительности и изобразительности хореографического произведения с другими видами искусств;
- раскрытие содержания танцевального материала в процессе исполнительской деятельности, в выборе его трактовки, в нахождении путей и средств воплощения чувств, мыслей, образов;
- создание культурно-творческих поведенческих ситуаций, которые позволяют активизировать мыслительную деятельность, процесс восприятия, способствуют творческому решению проблемы посредством: а) использования игровых элементов; б) установки на поиск индивидуального решения; установки на ассоциативное претворение воспринимаемого объекта; в) введение в занятие проблемных ситуаций.

На занятиях большое внимание уделяется технической подготовке учащихся. Фундаментом является физическая подготовка, направленная на укрепление органов и систем ребёнка, повышающая функциональные возможности и развитие двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости и др.) с одновременным улучшением способности координировать движения, проявлять волевые качества.

Основные средства физической подготовки распределяются в годичном цикле и тренировочном занятии, исходя из задачи этапа подготовки. В занятиях обычно осуществляется следующая последовательность:

***Во-первых***, по двигательному воздействию:

- физические упражнения, развивающие силу;
- физические упражнения, развивающие растянутость и гибкость;
- физические упражнения, развивающие быстроту;
- физические упражнения, развивающие выносливость.

***Во-вторых***, независимо от вида хореографии, включение в занятие тех или иных физических упражнений, строящихся с учетом физиологических особенностей организма танцора.

В музыкально-хореографическом виде творчества особое значение имеет исполнительское мастерство, при котором происходит «слияние

продуктов чужого опыта с показаниями собственного», поэтому подготовка исполнителя к эмоциональному интонированию концентрированного типа представляется совершенно обязательной.

Формы организации занятий:

- *групповая* – учащиеся рассматриваются как целостный коллектив, имеющий своих лидеров (самостоятельная постановка хореографических композиций);
- *индивидуальная* – оказание помощи учащемуся по освоению сложного материала, подготовка к сольному хореографическому танцу.

Программой предусматривается проведение таких видов занятий, как: учебное, тренировочное, занятие-игра, экспресс-занятие, зачетное, открытое, контрольное, класс-концерт.

В образовательный процесс включены такие формы внеучебной деятельности как посещение концертных залов, спектаклей, выставок, встречи с творческими людьми, которые знакомят учащихся с различными направлениями искусства, формируют эстетическое отношение и умение отличать настоящее искусство от его суррогатов.

Для решения поставленных задач используются следующие **методы:**  
*общепедагогические:*

- репродуктивный (вербальный и невербальный);
- проблемно-поисковый;
- креативный (творческий).

*хореографического воспитания:*

- индивидуальный;
- парный;
- ансамблевый.

Обеспечивают реализацию основных целей, задач программы следующие **педагогические принципы.**

**Принцип сознательности и активности** предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.

**Принцип наглядности** помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений. Приёмы наглядности:

- прослушивание музыкальных произведений,
- словесный разбор средств музыкальной выразительности,
- демонстрация ритмических упражнений и танцевальных движений,
- изучение композиций, рисунков, наглядных пособий и др.

**Принцип доступности** требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности

осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от лёгкого к трудному, от простого к сложному.

**Принцип систематичности** предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности, активности учащихся, определённую последовательность решения танцевально-творческих заданий.

**Принцип гуманности** предполагает:

- безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребёнка, отсутствие давления на волю ребёнка;
- глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей;
- создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребёнка, самореализации и самоутверждения;

**Принцип демократизма** основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребёнка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

Разработанная программа является:

- авторской (по *виду*);
- специализированной (по *уровню освоения*);
- познавательной (по *цели обучения*);
- сквозной (по *форме организации образовательного процесса*).

Дополнительная общеразвивающая программа «Гармония танца» рассчитана на 3 года обучения для детей от 5 до 11 лет.

Образовательный процесс основан на изучении базового материала, технических приёмов и отработке индивидуальных композиций на групповых занятиях, на изучении композиций и отработке техники на индивидуальных занятиях, постановочно-репетиционной работы и отработки техники синхронизации и трюков на сводных репетициях ансамбля.

**Метод проектирования** применяется в двух направлениях:

- как педагогическое проектирование личностного развития подростка средствами искусства хореографии и музыки. Это осуществляется через анализ, предсказание, разработку, наблюдение и фиксирование тех изменений, которые происходят с ребёнком в процессе реализации созданных условий;
- как способ развития хореографических способностей путем создания творческих групп педагогов и подростков для разработки и реализации креативного творческого проекта (продукта).

**Метод моделирования** обеспечивает реализацию идей развивающего обучения. Применяется для создания эмоциональной творческой атмосферы в процессе постижения произведений искусства. С позиций этого метода в художественно-творческой деятельности подросток занимает одновременно

позиции автора, исполнителя, зрителя, творчески интерпретируя полученные знания, т.е. проходит путь создания произведения.

**Словесно-иллюстративный метод** направлен на накопление знаний, чувственных представлений, ассоциаций с помощью взаимодействия слова, пояснения и живого исполнения, иллюстрирования.

**Метод сопоставления, сравнения** способствует постижению целостности восприятия различных произведений искусства. На основе сравнительного анализа содержания, выразительных и изобразительных средств, образов разных видов искусств раскрываются внешние тематические общности различия; внутренние взаимосвязи хореографии, музыки и других видов искусства.

**Метод творческих заданий** направлен на развитие творческих способностей и стимулирование творческой активности учащихся в художественно-творческой деятельности.

Эффективность реализации данной программы во многом определяется уровнем взаимодействия с родителями учащихся, которые принимают активное участие в образовательном процессе. Основные направления взаимодействия с семьей учащегося: изучение и информирование, с помощью которых можно выработать механизм привлечения родителей в образовательный процесс. Наиболее распространенной формой связи с семьей является родительское собрание, которое проводится раз в полугодие. Родительские собрания сплачивают детский коллектив, способствуют сближению интересов всех субъектов образовательного процесса.

Совместные праздники, походы в театр, посещения экзаменов и открытых занятий, родительские собрания, гастрольные поездки помогают родителям и детям обрести уверенность в себе, научиться открыто и искренне выражать свои чувства, что способствует тому, что отношения становятся более доброжелательными и устойчивыми.

Программа предусматривает контроль усвоения учебного материала через различные формы деятельности: открытые занятия, участие в городских, областных, региональных, российских, международных конкурсах и соревнованиях, концертные выступления.

## 8.1. Список литературы

1. Азбука танцев. Донецк, 2004.
2. Алекс Мур «Пересмотренная техника европейских танцев». М.: 1993.
3. Авторская образовательная программа дополнительного образования детей «6 ступеней мастерства», Кочетков А.Ф., Сычева Г.А., Климова А.С., М.: 2005.
4. Бекина С.И. Музыка и движение. М.: 1983.
5. Валукин Е.П. Проблемы наследия в хореографическом искусстве. М.: 1992.
6. Валтер Лайрд «Latin-dancing».

7. Валукин Е.П. «Проблемы наследия в хореографическом искусстве», М.: 1992.
8. Гай Говард «Техника европейских танцев», М.: 2003.
9. Газета для танцоров – «Звёзды над паркетом» (1997-2007).
10. Грачев О.К. «Физическая культура для детей», издательский центр «МарТ», М.: 2005.
11. Кауль Н. Как научиться танцевать. Спортивные балльные танцы. Ростов, 2004.
12. Книги по спортивным балльным танцам в электронном виде (А. Мур, У. Лайред и др.) – ресурсы Интернета.
13. Красовская В.М. Ст. «О классическом танце» в кн. Н. Базарова, В. Мей «Азбука классического танца», Л.: 1983.
14. Лечебная физическая культура, 3-е изд., под ред. С.Н. Попова, издательский центр «Академия», М.: 2006.
15. Мессер А.М. «Танец. Мысль. Время», М.: 1990.
16. Неверкович С.Д., Хозяинов Г.И. «Основы обучения и воспитания», М.: 1997.
17. Официальное издание Российского Танцевального Союза – «Профессионал. International» (2001-2007).
18. Официальное издание Федерации танцевального спорта Санкт-Петербурга – «Танцевальный вестник» (1998-2007).
19. Рубштейн Н. «Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым», М.: 2000.
20. Сборник нормативных документов ФТСР, 2006.
21. Слонимский Ю. «В честь танца», М.: 1988.
22. Семенова И.Е. «Преподавание хореографических дисциплин для тренеров и исполнителей спортивных танцев». – М.: РГАФК, 1999 – 4 с.
23. Спортивно-танцевальная классификация фигур и вариаций по программе сложности. РГАФК, М.: 1996.
24. «Современные балльные танцы». Под ред. Стриганова В.М., Уральской В.И., М.: Просвещение, 1979.
25. Тарасов Н.И. «Классический танец», М.: 1981.
26. Учебная программа по спортивным балльным танцам для культурно-досугового центра. Сост. Коваленко А.А., М.: 1995.
27. Филатов С.В. «От образного слова – к выразительному движению», М.: 1993.
28. Холфина С. «Воспоминания классического балета», М.: 1990.

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр творчества Усманского муниципального района  
Липецкой области»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебного курса «Азбука музыкального движения»  
к дополнительной общеразвивающей программе  
«Гармония танца» художественной направленности  
первого года обучения

Группа № 1,2,3,4,5

Автор – Узикова Фарида Фикрет кызы,  
педагог дополнительного образования

на 2022 - 2023 учебный год

Усмань, 2022г.

## 1. Пояснительная записка

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения танец занимает особое место. Танцевальные занятия не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие. Танец, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества.

Изучение учебного курса «Азбука музыкального движения» дополнительной общеразвивающей программы «Гармония танца» художественной направленности для учащихся 5-11 лет направлено на достижение следующей

**цели:** формирование основных теоретических знаний и танцевальных умений и навыков на основе овладения программным материалом.

**Основными задачами курса «Азбука музыкального движения» являются:**

Обучающие:

- художественное просвещение детей, привитие им интереса к искусству танца;
- формирование необходимых исполнительских знаний, умений и навыков;
- формирование знаний о здоровом образе жизни: сохранения здоровья, режим дня, гигиена.

Воспитательные:

- воспитать внимание, дисциплинированность, волю, самостоятельность;
- воспитать чувство дружбы, товарищества и взаимовыручки в сотрудничестве;
- сформировать нравственные представления.

Развивающие :

- развить творческие способности учащихся;
- развить умения коллективной и творческой деятельности;
- развить эмоционально-волевые качества.

## 2. Условия организации образовательной деятельности

2.1. Технические средства оснащения – компьютер, музыкальный центр, база музыкальных записей на электронных носителях, видеоаппаратура.

2.2. Информационно-коммуникационные технологии – компьютерные технологии, информационные технологии.

2.3. Форма для занятий- тренировочный костюм, лёгкие туфли, концертные костюмы, обувь.

2.4. Место проведения занятий – МБОУ СОШ №4.



- 2.5.Продолжительность академического часа - 2ч.  
 2.6.Режим и количество учащихся в учебной группе – 15 учащихся в группе, занятия 2 раза в неделю по 2 часа.  
 2.7.Количество часов, отводимых на освоение материала данного года обучения – 150 ч.  
 2.8.Планируемые результаты учебного года

По итогам изучения учебного курса «Азбука музыкального движения» первого года обучения учащийся должен:

**Знать:**

- танцевальную терминологию, применяющуюся при изучении материала (опорная нога, работающая нога, шаг ногой и шаг на ногу, и т.п.);
- основные понятия: позиции и положения рук, ног; линия танца и др.
- правила техники безопасности;
- правила взаимодействия в коллективе.

**Уметь:**

- выполнять начальные упражнения по позициям в темпе и ритме музыки; - ориентироваться в пространстве;
- выполнять элементы танцев с перестроением.

**Навыки:**

- выполнять четко и правильно элементы и упражнения танцев самостоятельно и с помощью педагога.

**3.Календарно-тематический план  
учебного курса «Азбука музыкального движения» - 150 ч.**

№ п/п	Наименование курсов, тем	Общее кол-во часов	В том числе	
			Теория	Практика
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие.</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>2.</b>	<b>Элементы общей физической подготовки (разминка/тренаж)</b>	<b>20</b>	<b>6</b>	<b>14</b>
2.1.	Верхний плечевой пояс	2	1	1
2.2.	Брюшной пресс	2	1	1
2.3.	Отделы позвоночника	4	2	2
2.4.	Мышцы ног и суставы	4	2	2
2.5.	Игровой стрейчинг	4	-	4
2.6.	Расслабление	2		2
2.7.	Растяжение	2	-	2
<b>3.</b>	<b>Танцевальная азбука</b>	<b>36</b>	<b>7</b>	<b>29</b>
3.1.	Музыкальный размер	6	2	4
3.2.	Направления движения	4	2	2

3.3.	Степень поворота	4	2	2
3.4.	Ритмические упражнения под музыку	4	1	3
3.5.	Современные детские массовые танцы	6	-	6
3.6.	Танцы-игры	6	-	6
3.7.	Танцы начального уровня в парах	6	-	6
<b>4.</b>	<b>Европейская программа танцев</b>	<b>50</b>	<b>11</b>	<b>39</b>
4.1.	Приглашение	4	1	3
4.2.	Берлинская полька	16	4	12
4.3.	«Медленный вальс»	14	2	12
4.4.	«Быстрый фокстрот»	16	4	12
<b>5.</b>	<b>Латиноамериканская программа танцев</b>	<b>38</b>	<b>10</b>	<b>28</b>
5.1.	«Самба»	20	6	14
5.2.	«Ча-ча-ча»	18	4	14
<b>6.</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
<b>7.</b>	<b>Промежуточная аттестация/концертное выступление</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>
	<b>ИТОГО:</b>	<b>150</b>	<b>37</b>	<b>113</b>

#### 4.Содержание рабочей программы учебного курса «Азбука музыкального движения» первого года обучения – 150ч.

№ п/п	Тема занятия	Содержание занятия
1	Вводное занятие.	Знакомство с традициями и правилами студии, инструктаж по технике безопасности. Практика. Разучивание танцевального приветствия (поклон), построение по линиям, игра «знакомство».
2	Элементы общей физической подготовка (разминка/тренаж)	Знакомство с основными группами мышц. Необходимость предварительного разогрева мышц, Практика. Общеукрепляющие и развивающие

		упражнения под музыку по специальной системе подготовки начинающих танцоров.
3	Верхний плечевой пояс.	Изучение группы мышц верхнего пояса. Практика. Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого пояса; наклоны головы, сжатие и расслабление пальцев рук, вращение кистей, локтей и плеч.
4	Брюшной пресс.	Изучение приемов укрепления и развития мышц брюшного пресса как залог формирования мышечного корсета. Практика. Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц брюшного пресса: наклоны в стороны и вперед, потягивания в стороны и вверх, круговые вращения корпуса.
5	Отделы позвоночника.	Знакомство с отделами позвоночника и их спецификой. Что такое осанка и для чего она нужна. Практика. Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц спины: сжатие и растяжение мышц грудного отдела. Растягивание и скручивание мышц поясничного отдела позвоночника.
6	Мышцы ног и суставы.	Изучение суставов и механизмов их работы. Основные группы мышц ног. Практика. Освоение системы упражнений, направленной на развитие подвижности суставных сочленений: в суставах (стопа, колено, бедро); укрепление и развитие мышц ног: работа стопы (пятка, носок, плоская стопа), различные виды приседаний, прыжки.
7	Игровой стрейтчинг.	Знакомство со способами применения игрового стрейтчинга. Практика. Освоение системы упражнений йоги.
8	Расслабление.	Знакомство с основными принципами дыхания. Выделение различных групп мышц. Практика. Начало дыхательной гимнастики. Поочередное напряжение и расслабление отдельных групп мышц.

9	Растяжение.	<p>Знакомство с понятием о линиях корпуса. Разнонаправленное растяжение.</p> <p>Практика. Освоение некоторых поз йоги: «мертвец», «летающий йог», «кобра», «лук», «стол», «доска», «верхняя собака», «нижняя собака», «ребенок» и т.д</p>
10	Танцевальная азбука.	<p>Изучение основных понятий и их разъяснение: музыкальный размер, направления движения, степени поворота.</p> <p>Практика. Система специально разработанных упражнений на развитие основных навыков по данной теме.</p>
11	Музыкальный размер.	<p>Знакомство с видами музыкальных размеров в спортивных танцах: 2/4, 3/4, 4/4.</p> <p>Практика. Система упражнений, направленная на развитие чувства ритма и музыкального слуха: прослушивание различных ритмов и мелодий, хлопки под музыку.</p>
12	Направления движения.	<p>Изучение основных направлений танцевального движения в зале; лицом и спиной по линии танца, диагонально относительно линий танца, лицом и спиной в центр. Движение вперед и назад.</p> <p>Практика. Отработка смены направлений в танцевальном движении.</p>
13	Степень поворота.	<p>Изучение основной степени поворотов на месте и в движении: целый поворот, половина поворота, поворот по четвертям и восьмым долям.</p> <p>Практика. Разучивание танцевальных фигур на вращение.</p>
14	Ритмические упражнения под музыку.	<p>Изучение шагов, притопов, хлопков, прыжков в такт музыке – одиночное исполнение, сериями. Изучение поворотов на месте и в движении в такт музыке. Изучение простых движений. Темпы музыки: быстрый и медленный.</p>
15	Современные детские массовые танцы.	<p>Изучение опыта отечественных и зарубежных педагогов: «Полька», «Цыганский», «Диско», «Волчок», «Ковбой», «Маленький рэп», «Автомобиль».</p>

16	Танцы-игры.	Разучивание сюжетно-ролевых игр под музыку из опыта отечественных и зарубежных педагогов: «Я – музыкальный человек», «Молоточки», «Стирка», «Буги-вуги», «Утята» и др.
17	Танцы начального уровня в парах.	Знакомство с образованием произвольных танцевальных пар. Отношения в паре, «мирный спор». Последовательные танцы начального уровня в парах: «Хи-хи, ха-ха вальс», «Твист», «Детский марш».
18	Европейская программа танцев.	Знакомство с происхождением европейских танцев. История стилизации костюма. Практика. Разучивание европейской программы танцев в соответствии с классификацией фигур для исполнителей спортивных танцев стартовых групп Н-2 и Н-4, принятой ВФТСАРР: медленный вальс, быстрый фокстрот,
19	Латиноамериканская программа танцев.	Знакомство с историей становления латиноамериканской программы спортивных танцев, история костюма. Практика. Разучивание программы танцев в соответствии с классификацией фигур для исполнителей спортивных танцев стартовых групп Н-2 и Н-4, принятой ВФТСАРР: самба, ча-ча-ча.
20	Итоговое занятие.	Итоговая встреча с учащимися и их родителями. Беседа о перспективах развития полученных результатов.
21	Промежуточная аттестация.	Концертная программа.

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр творчества Усманского муниципального района  
Липецкой области»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
учебного курса «Первые шаги»  
к дополнительной общеразвивающей программе  
«Гармония танца» художественной направленности  
второго года обучения

Группа №

Автор – Узикова Фарида Фикрет кызы,  
педагог дополнительного образования

на 2022 - 2023 учебный год

Усмань, 2022г.

## 1. Пояснительная записка

Хореографическое искусство – массовое искусство доступное всем. Благодаря систематическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства. Занятия хореографией способствуют развитию общекультурного кругозора, формируют определенные эстетические принципы и ценности, а также позитивные физиологические показатели человека: физическое здоровье и выносливость, гармоничное телосложение.

Изучение учебного курса «Первые шаги» дополнительной общеразвивающей программы «Гармония танца» художественной направленности для учащихся 5-11 лет направлено на достижение следующей

**цели:** углубление и систематизация основных знаний и совершенствование практических умений и навыков обучающихся.

**Основными задачами курса «Первые шаги» являются:**

Обучающие:

- формирование специальных знаний и умений по курсу;
- художественное просвещение в области хореографии;
- формирование знаний о характерных особенностях национальных танцев.

Воспитательные:

- приобщение учащихся к народной культуре и традициям;
- формирование внимания, чувства коллективизма, целеустремленности, трудолюбия;
- формирование эстетического вкуса.

Развивающие:

- развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости);
- развитие танцевальных данных (выворотности, гибкости, прыжка, танцевального шага, устойчивости, координации);
- развитие ритмичности, музыкальности, артистичности и эмоциональной выразительности.

## 2. Условия организации образовательной деятельности

2.1. Технические средства оснащения – компьютер, музыкальный центр, база музыкальных записей на электронных носителях, видеоаппаратура.

2.2. Информационно-коммуникационные технологии – компьютерные технологии, информационные технологии.

2.3. Форма для занятий- тренировочный костюм, лёгкие туфли, концертные костюмы, обувь.

2.4. Место проведения занятий – МБОУ СОШ №4.

2.5. Продолжительность академического часа - 2ч.

2.6.Режим и количество учащихся в учебной группе – 15 учащихся в группе, занятия 2 раза в неделю по 3 часа.

2.7.Количество часов, отводимых на освоение материала данного года обучения – 225 ч.

2.8.Планируемые результаты учебного года

По итогам изучения учебного курса «Первые шаги» второго года обучения учащийся должен:

**Знать:**

-отличительные особенности танцев (народных, бальных, историко-бытовых);

- основные танцевальные движения и комбинации танцев (народных, бальных, историко-бытовых);

**Уметь:**

- самостоятельно исполнять движения и комбинации танцев;

- передавать эмоциональную окраску композиции танца;

- соотносить свои движения с услышанной музыкой;

**Навыки:**

- выполнять четко и правильно элементы и упражнения танцев самостоятельно или после предварительного инструктажа

### 3.Календарно-тематический план учебного курса «Первые шаги» - 225ч.

№ п/п	Тема занятия	Общее кол-во часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Вводное занятие.	3	1	2
2.	Ритмические упражнения под музыку.	30	10	20
2.1.	Изучение шагов, притопов, хлопков	6	2	4
2.2.	Прыжки в такт музыке – одиночное исполнение, сериями	6	2	4
2.3.	Изучение поворотов на месте и в движении в такт музыке	6	2	4
2.4.	Изучение простых движений	6	2	4
2.5.	Темпы музыки: быстрый и медленный	6	2	4
3.	Современные детские массовые танцы.	69	9	60



3.1.	Изучение опыта отечественных и зарубежных педагогов	6	2	4
3.2.	«Полька»	9	1	8
3.3.	«Цыганский»	9	1	8
3.4.	«Диско»	9	1	8
3.5.	«Волчок»	9	1	8
3.6.	«Ковбой»	9	1	8
3.7.	«Маленький рэп»	9	1	8
3.8.	Автомобиль».	9	1	8
<b>4.</b>	<b>Танцы-игры.</b>	<b>33</b>	<b>6</b>	<b>27</b>
4.1.	Сюжетно-ролевые игры под музыку из опыта отечественных и зарубежных педагогов «Я – музыкальный человек»	3	1	2
4.2.	Изучение танцевальных композиций «Молоточки»	6	1	5
4.3.	«Стирка»	6	1	5
4.4.	«Буги-вуги	6	1	5
4.5.	«Утята»	6	1	5
4.6.	«Шотландская полька»,	6	1	5
<b>5.</b>	<b>Танцы начального уровня в парах.</b>	<b>12</b>	<b>1</b>	<b>11</b>
5.1.	Образование произвольных танцевальных пар. Отношения в паре, «мирный спор».	3	1	2
5.2.	Последовательные танцы начального уровня в парах: «Хи-хи, ха-ха вальс»	3	-	3
5.3.	«Твист»	3	-	3
5.4.	«Детский марш».	3	-	3
<b>6.</b>	<b>Музыкально-ритмическая деятельность.</b>	<b>27</b>	<b>9</b>	<b>18</b>
6.1.	Основной ритм. Музыкальный размер	3	1	2
6.2.	Количество тактов и темп музыки. Сильные и слабые доли.	3	1	2

6.3.	Основные ритмы в шагах. Направления движения	3	1	2
6.4.	Ритмические «ускорения» и «замедления» при исполнении фигур.	9	3	6
6.5.	Исполнение фигур без музыки под счёт, в ритм мелодии по-одному и в парте.	9	3	6
<b>7.</b>	<b>Тренаж.</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>
7.1.	Постепенный разогрев мышц (ходьба с носка, на полупальцах, с высоким подниманием колена, на пятках). Бег с высоким подниманием колена. Прыжки вверх, галоп в сторону	3	1	2
7.2.	Упражнения для мышц, шеи, пресса, спины, ног, наклоны. Классический экзерсис у станка.	3	1	2
<b>8.</b>	<b>Тренировка новых элементов и фигур.</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>8</b>
8.1.	Изучение особенности исполнения фигур в разных танцах.	6	2	4
8.2.	Отработка шагов. Направление движения. Постановка рук, головы, спины. Линии в руках. Линии в ногах. Формирование стопы.	6	2	4
<b>9.</b>	<b>Базовые элементы и фигуры: европейские и латиноамериканские танцы.</b>	<b>9</b>	<b>-</b>	<b>9</b>
9.1.	Основные фигуры европейских танцев: «Медленный вальс»	3	-	3
9.2.	Основные фигуры латиноамериканских танцев «Самба»	3	-	3
9.3.	Основные фигуры	3	-	3

	латиноамериканских танцев «Ча-ча-ча»			
<b>10.</b>	Подготовка и участие в соревнованиях по спортивным бальным танцам	<b>18</b>	<b>-</b>	<b>18</b>
10.1.	Участие в медальных соревнованиях («соло» и в парах).	18	-	18
<b>11.</b>	<b>Итоговое занятие.</b>	<b>3</b>	<b>-</b>	<b>3</b>
<b>12.</b>	<b>Промежуточная аттестация.</b>	<b>3</b>	<b>-</b>	<b>3</b>
	<b>ИОГО:</b>	<b>225</b>	<b>42</b>	<b>183</b>

#### 4. Содержание рабочей программы учебного курса «Первые шаги» первого года обучения – 225 ч.

<b>№ п/п</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Содержание занятия</b>
1	Вводное занятие.	Знакомство с программой, основными темами, режимом работы, правилами техники безопасности, санитарии, гигиены. Цели и задачи второго года обучения. Перспективы постановочной и репетиционной работы. Практика. Разучивание танцевального приветствия (поклон), построение по линиям, игра «знакомство».
2	Ритмические упражнения под музыку.	Практика. Изучение шагов, притопов, хлопков, прыжков в такт музыке – одиночное исполнение, сериями. Изучение поворотов на месте и в движении в такт музыке. Изучение простых движений. Темпы музыки: быстрый и медленный.
3	Современные детские массовые танцы.	Изучение опыта отечественных и зарубежных педагогов: «Полька», «Цыганский», «Диско», «Волчок», «Ковбой», «Маленький рэп», «Автомобиль».
4	Танцы-игры.	Разучивание сюжетно-ролевых игр под музыку из опыта отечественных и зарубежных педагогов: «Я – музыкальный человек», Практика. Изучение танцевальных композиций

		«Молоточки», «Стирка», «Буги-вуги», «Утятта», «Шотландская полька», «Буги-вуги».
5	Танцы начального уровня в парах.	Знакомство с образованием произвольных танцевальных пар. Отношения в паре, «мирный спор». Практика. Последовательные танцы начального уровня в парах: «Хи-хи, ха-ха вальс», «Твист», «Детский марш».
6	Музыкально-ритмическая деятельность.	Изучение основного ритма. Знакомство с музыкальным размером. Количество тактов и темп музыки. Сильные и слабые доли. Основные ритмы в шагах. Направления движения. Практика. Ритмические «ускорения» и «замедления» при исполнении фигур. Исполнение фигур без музыки под счёт, в ритм мелодии по-одному и в парте.
7	Тренаж.	Практика. Постепенный разогрев мышц (ходьба с носка, на полупальцах, с высоким подниманием колена, на пятках). Бег с высоким подниманием колена. Прыжки вверх, галоп в сторону. Упражнения для мышц, шеи, пресса, спины, ног, наклоны. Классический экзерсис у станка.
8	Тренировка новых элементов и фигур.	Изучение особенности исполнения фигур в разных танцах. Практика. Отработка шагов. Направление движения. Постановка рук, головы, спины. Линии в руках. Линии в ногах. Формирование стопы.
9	Разучивание базовых элементов и фигур: европейские и латиноамериканские танцы.	Знакомство с основными фигурами европейских танцев: «Медленный вальс». Основные фигуры латиноамериканских танцев: «Самба», «Ча-ча-ча».
10	Подготовка и участие в соревнованиях по спортивным бальным танцам.	Участие в медальных соревнованиях («соло» и в парах).
11	Итоговое занятие.	Итоговая встреча с учащимися и их родителями. Беседа о перспективах развития полученных результатов.
12.	Промежуточная аттестация.	Концертные выступления.

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр творчества Усманского муниципального района  
Липецкой области»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
учебного курса «Спортивные надежды»  
к дополнительной общеразвивающей программе  
«Гармония танца» художественной направленности  
третьего года обучения

Группа №

Автор – Узикова Фврида Фикрет кызы,  
педагог дополнительного образования

на 2022 - 2023 учебный год

Усмань, 2022г.

## 1. Пояснительная записка

Для того, чтобы танец жил, необходимо, чтобы его знали самые широкие круги исполнителей - это условие его существования. Отсюда следует необходимость строгой системы в обучении бальному танцу.

Изучение учебного курса «Спортивные надежды» дополнительной общеразвивающей программы «Гармония танца» художественной направленности для учащихся 5-11 лет направлено на достижение следующей

**цели:** развитие творческой деятельности одаренных детей и активизация внутреннего потенциала личности учащихся.

**Основными задачами курса «Спортивные надежды» являются:**

Обучающие:

- совершенствование исполнительского мастерства учащихся;
- формирование навыков постановочной работы;
- формирование знаний, умений и навыков исполнения танцев в танцевальных коллективах и сольно.

Воспитательные:

- формирование потребности в дальнейшем повышении профессионального мастерства и применении практических навыков;
- приобщение к культурным ценностям и сохранению традиций своего народа;
- воспитание адекватной самооценки.

Развивающие:

- развитие умений коллективной и индивидуальной творческой деятельности обучающихся;
- развитие творческого восприятия и мышления;
- развитие творческой активности.

## 2. Условия организации образовательной деятельности

2.1. Технические средства оснащения – компьютер, музыкальный центр, база музыкальных записей на электронных носителях, видеоаппаратура.

2.2. Информационно-коммуникационные технологии – компьютерные технологии, информационные технологии.

2.3. Форма для занятий- тренировочный костюм, лёгкие туфли, концертные костюмы, обувь.

2.4. Место проведения занятий – МБОУ СОШ №4.

2.5. Продолжительность академического часа - 2ч.

2.6. Режим и количество учащихся в учебной группе – 15 учащихся в группе, занятия 2 раза в неделю по 3 часа.

2.7. Количество часов, отводимых на освоение материала данного года обучения – 225 ч.

2.8. Планируемые результаты учебного года

По итогам изучения учебного курса «Спортивные надежды» третьего года обучения учащийся должен:

**Знать:**

- основные композиционные принципы построения танца;
- последовательность построения композиции танца;
- правила коллективной и самостоятельной творческой деятельности.

**Уметь:**

- исполнять основные сюжеты танцев;
- создавать простые музыкально-двигательные образы и сюжетно-тематические картины;
- анализировать работу коллектива и каждого обучающегося;
- взаимодействовать в коллективе; - самовыражаться в творческом процессе.

**Навыки:**

- самостоятельно исполнять упражнения у станка и на середине зала;
- создавать простейшие композиции с комбинированием изученных движений танцев;
- сопоставлять, сравнивать, анализировать и творчески подходить к выполнению задач и упражнений;
- использовать полученные знания в процессе жизни.

**3.Календарно-тематический план  
учебного курса «Спортивные надежды» - 216ч.**

№ п/п	Тема занятия	Общее кол-во часов	В том числе	
			Теория	Практика
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие.</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
<b>2.</b>	<b>История танцевальной культуры.</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>-</b>
2.1.	Танцы народов мира, связанными с историческим укладом жизни людей разных эпох.	3	3	-
2.2.	История развития танцевального костюма. История возникновения танцев.	3	3	-
<b>3.</b>	<b>Работа в паре.</b>	<b>12</b>	<b>3</b>	<b>9</b>
3.1.	Пара как танцевальная единица.	3	1	2
3.2.	Постановка детей в пары. Взаимоотношения партнёров.	3	1	2

3.3.	Совместное творчество в паре.	3	1	2
3.4.	Отработка специальных парных элементов.	3	-	3
<b>4.</b>	<b>Европейская программа бальных танцев</b>	<b>60</b>	<b>-</b>	<b>60</b>
4.1.	«Медленный вальс» (закрытые перемены)	6	-	6
4.2.	«Медленный вальс» (правый поворот, левый поворот)	6	-	6
4.3.	«Медленный вальс» (правый спин поворот)	6	-	6
4.4.	«Медленный вальс» (виск)	6	-	6
4.5.	«Медленный вальс» (поступательное шассе)	6	-	6
4.6.	«Квик-степ»: четвертные повороты	9	-	9
4.7.	«Квик-степ»: лок-степ вперед, назад	9	-	9
4.8.	«Квик-степ»: типль-шоссе влево, вправо	12	-	12
<b>5.</b>	<b>Латиноамериканская программа бальных танцев.</b>	<b>108</b>	<b>-</b>	<b>108</b>
5.1.	«Самба»: основное движение (правое и левое)	9	2	6
5.2.	«Самба»: поступательное основное движение	9	-	9
5.3.	«Самба»: виски влево и вправо	9	-	9
5.4.	«Самба»: самба ход на месте	9	-	9
5.5.	«Самба»: самба ход в ПП	9	-	9
5.6.	«Самба»: боковой самба ход	9	-	9
5.7.	«Самба»: левый поворот	9	-	9
5.8.	«Самба»: вольта, ботафого со сменой мест.	9	-	9
5.9.	«Самба»: ботафого со сменой мест	9	3	6



5.10.	«Ча-ча-ча»: основное движение со сменой мест	9	-	9
5.11.	«Ча-ча-ча»: тайм степ	6	2	4
5.12.	«Ча-ча-ча»: повороты на месте влево и вправо	6	-	6
5.13.	«Ча-ча-ча»: повороты под рукой влево и вправо, нью-йорк	6	-	6
<b>6.</b>	<b>Подготовка и участие в соревнованиях по спортивным бальным танцам (возрастная категория «Беби», Дети-1).</b>	<b>30</b>	<b>9</b>	<b>21</b>
6.1.	Индивидуальная постановка конкурсных программ для наиболее одарённых пар.	12	2	10
6.2.	Участие в соревнованиях.	18	-	18
<b>7</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>3</b>	<b>-</b>	<b>3</b>
<b>8</b>	<b>Промежуточная аттестация.</b>	<b>3</b>	<b>-</b>	<b>3</b>
	<b>ИТОГО:</b>	<b>225</b>	<b>20</b>	<b>205</b>

**4. Содержание рабочей программы учебного курса  
«Спортивные надежд» третьего года обучения – 225 ч.**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Содержание занятия</b>
1	Вводное занятие.	Знакомство с целями и задачами 3 года обучения, планом работы на год, расписанием занятий и репетиций. Практика. Разучивание танцевального приветствия (поклон), построение по линиям, игра «знакомство».
2	История танцевальной культуры.	Знакомство с танцами народов мира, связанными с историческим укладом жизни людей разных эпох. История развития танцевального костюма. История возникновения танцев.
3	Работа в паре.	Знакомство с парой как танцевальной единицей. Практика. Постановка детей в

		пары. Взаимоотношения партнёров. Совместное творчество в паре. Отработка специальных парных элементов.
4	Европейская программа бальных танцев.	Знакомство с «Медленным вальсом» (закрытые перемены, правый поворот, левый поворот, правый спин поворот, виск, поступательное шассе). Практика. «Квик-степ»: четвертные повороты, лок-степ вперёд, назад, типль-шоссе влево, вправо.
5	Латиноамериканская программа бальных танцев.	Изучение «Самба»: основное движение (правое и левое), поступательное основное движение, виски влево и вправо, самба ход на месте, самба ход в ПП, боковой самба ход, левый поворот, вольта, ботафого со сменой мест. Практика. «Ча-ча-ча»: основное движение со сменой мест, тайм степ, повороты на месте влево и вправо, повороты под рукой влево и вправо, нью-йорк.
6	Подготовка и участие в соревнованиях по спортивным бальным танцам (возрастная категория «Беби», Дети-1).	Индивидуальная постановка конкурсных программ для наиболее одарённых пар. Участие в соревнованиях.
7	Итоговое занятие	Итоговая встреча с учащимися и их родителями. Беседа о перспективах развития полученных результатов.
8	Промежуточная аттестация.	Концертные выступления. Соревнования по спортивным бальным танцам.

Приложение №2  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр творчества Усманского муниципального района  
Липецкой области»

**Рабочая программа воспитания  
к дополнительной общеразвивающей  
программе «Гармония танца»  
художественной направленности**

Автор-составитель:  
Узикова Фарида Фикрет кызы,  
педагог дополнительного образования

**на 2022-2023 учебный год**

Усмань, 2022

## **ВВЕДЕНИЕ**

Воспитательная работа является важнейшей составной частью образовательного процесса. Она обеспечивает развитие духовных, нравственных, общекультурных, гражданских и профессиональных качеств личности учащегося. Необходимость развития у учащихся социально значимых и профессионально важных качеств, воспитания высоконравственной, духовно развитой и здоровой личности, способной к профессиональной деятельности и моральной ответственности за принимаемые решения, является важнейшей государственной задачей в сфере образования.

### **1. Пояснительная записка**

Настоящая программа разработана для детей в возрасте от 5 до 11 лет, учащихся в объединении «Гармония танца», с целью организации воспитательной работы с учащимися. Реализация программы воспитательной работы осуществляется параллельно с выбранной ребенком или его родителями (законными представителями) основной дополнительной общеразвивающей программой «Гармония танца»

**Актуальность программы** заключается в разнообразии направленностей, которые способствуют развитию у детей эстетического вкуса, умению ценить и любить традиции разных народов.

**Цель программы:** воспитание высококультурной, социально-активной личности, способной реализовать себя в современном мире, имеющей потребность в здоровом образе жизни.

#### **Задачи программы**

- воспитание умения осмысленно и ответственно осуществлять выбор собственных действий, контролировать и анализировать их;
- воспитание чувства социальной ответственности;
- формирование условий для самоопределения и самореализации;
- воспитание любви к родному краю, традициям, обычаям;
- формирование навыков здорового образа жизни.

### **2. Виды, формы, содержание деятельности**

Практическая реализация цели и задач воспитания осуществляется в рамках следующих направлений воспитательной работы объединения. Каждое из них представлено в соответствующем модуле.

### **Инвариантные модули:**

«Профорентация» - направлен на оказание профорентационной поддержки учащимся в процессе самоопределения и выбора сферы будущей профессиональной деятельности.

«Наши ключевые дела» - это главные традиционные дела объединения, в которых принимает участие большая часть учащихся, в которые входят календарные праздники и традиционные конкурсы, смотры ЦТ.

«Работа с родителями» - направлен на организацию системы индивидуальной и коллективной работы с родителями (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации), содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение в жизнедеятельность объединения (организация и проведение открытых занятий для родителей, тематических мероприятий в течение года), оформление информационных буклетов, уголков для родителей по вопросам воспитания детей.

### **Вариативные модули:**

«Экскурсии» - направлены на расширение кругозора, получение новых знаний об окружающей его социальной, культурной, природной среде, приобретение важного опыта социально одобряемого поведения в различных ситуациях.

«Профилактические работа» - акции, беседы, изготовление и распространение буклетов, конкурсы, месячники, направленные на профилактику безопасности жизнедеятельности.

## **3.Формы, методы и оценки результатов воспитания, социализация и саморазвитие учащихся**

Диагностическое анкетирование по определению уровня воспитанности и социализации учащихся в достижении цели и задач данной программы.

### **Методы воспитания**

Процесс воспитания в объединении «Гармония танца» характеризуется применением группы методов – это убеждение, положительный личный пример, требование, соревнование, поощрение.

### **Методы диагностики результатов воспитания**

Для успешной реализации программы воспитательной работы наиболее важными являются следующие **методы диагностики**: наблюдение, анкетирование, тестирование, индивидуальные беседы с учащимися.

**5.Календарный план воспитательной работы объединения  
«Гармония танца»  
на 2022-2023 учебный год**

Модуль	Название мероприятия	Форма проведения	Место и время проведения
1.«Профориентация»	«Знакомьтесь, моя профессия»	Профориентационное общение	МБУ ДО ЦТ В течение года
	Ярмарка профессий	Профориентационная игра	Октябрь
	«Профессии моей семьи»	Круглый стол	Декабрь
	«Время выбирать»	Тестирование	Март
	«Кем быть?»	Познавательное мероприятие	Апрель
	«Я должен быть лучше»	Мастер-класс	Май
3.«Работа с родителями»	«Санитарно-гигиенические нормы в условиях COVID-19»  - Организация работы объединения «Гармония танца»; - Расписание учебных занятий; - безопасность учащихся в случае возникновения ЧС; - безопасность учащихся на дороге;	Индивидуальные консультации и беседы с родителями (законными представителями)  Родительские собрания	Февраль  В течение учебного года

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- правила эвакуации учащихся;</li> <li>- обеспечение безопасного поведения детей на дорогах в целях предупреждения детского дорожно-транспортного травматизма.</li> </ul> <p>«Результаты промежуточной аттестации учащихся»;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- безопасность учащихся в случае возникновения ЧС;</li> <li>- безопасность учащихся на дороге;</li> <li>- правила эвакуации учащихся;</li> <li>- обеспечение безопасного поведения детей на дорогах в целях предупреждения детского дорожно-транспортного травматизма;</li> <li>- беседа «Безопасное лето!»</li> </ul> <p>«Моя семья»</p> <p>«Вместе мы непобедимы»</p> <p>«Вредные привычки»</p>	<p>Конкурс стихов</p> <p>Беседа</p> <p>Профилактическая беседа</p>	<p>Ноябрь</p> <p>Март</p> <p>В течение года</p>
4. «Наши ключевые дела»	<p>«Межрегиональный конкурс ансамблей бального танца»</p> <p>«Славянский бал»</p> <p>«Весенний Мичуринск»</p> <p>«Гармония»</p>	<p>Конкурс</p> <p>Всероссийские соревнования по бальным танцам</p> <p>Турнир по спортивным танцам</p> <p>Турнир по спортивным танцам</p>	<p>Ноябрь</p> <p>Декабрь</p> <p>Декабрь</p> <p>Март</p>
5. «Экскурсии»	«Краеведческий музей»	Экскурсия	Октябрь

	МБУК «Межпоселенческий досуговый центр» «Мастерицам нашего города» «Лес - наше богатство»	Экскурсия Экскурсия Экскурсия	Декабрь Март В течение года
б. «Профилактическая работа»	«Дорога глазами детей»  «Осторожно, огонь!»  «Скажем, нет вредным привычкам»  «Мода или привычка?»	Акция детского творчества по вопросам безопасности дорожного движения  Конкурс детского творчества на противопожарную тематику  Диспут  Круглый стол	Октябрь  Февраль  Март  Апрель