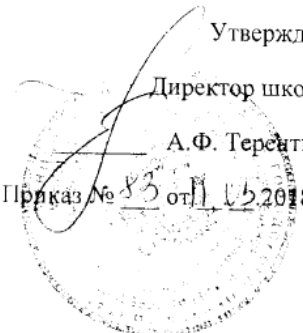


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С. ПЕТРУНЬ»

«ПЕТРУНЬ СIKTCA ПНӢР ШКОЛА»  
МУНИЦИПАЛЬНОЙ ВЕЛОДАН СЪӢМКУД УЧРЕЖДЕНИЕ

Утверждаю  
Директор школы  
А.Ф. Терентьев  
Приказ № 83 от 11.05.2018 г.



Дополнительная общеобразовательная программа –  
дополнительная общеразвивающая программа  
«Веселые ребята»

Направление: художественно-эстетическое

12 – 16 лет

Срок реализации программы 1 год

Составитель:

педагог дополнительного образования

Артеева П.М.

2018 г.

## **Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Веселые ребята» реализуется в форме кружковой работы по обучению эстраднему танцу.**

### **I. Планируемые результаты программы.**

#### **Личностные, метапредметные и предметные результаты**

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по хореографическому воспитанию являются:

1. умение организовать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
2. умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания программ музыкально-ритмическому воспитанию являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по хореографическому воспитанию являются следующие умения:

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанку, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность и рассудительность.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы в хореографической группе являются следующие умения:

- представлять движения, народного танца как для укрепления здоровья и физического развития;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных, имеющихся, вариативных условиях.

Программа рассчитана на обычных детей, с разной степенью одаренности и склонности к танцевальному искусству. Разработана специальная система подготовки детей, благодаря которой средний ребенок сможет освоить образовательную программу.

## **II. Содержание программы.**

### **Раздел 1. ТАНЦЕВАЛЬНАЯ АЗБУКА.**

Тема 1.1. Вводное занятие. Танец — это радость.

*Теория:* что такое танец? Как овладеть этим искусством?

Тема 1.2. Определение возможностей детей.

*Теория:* знакомство с требованиями, которые предъявляются при поступлении в группу эстрадного танца.

Тема 1.3. Упражнения для развития тела.

*Теория:* знакомство с правилами исполнения упражнений.

*Практика:* упражнения:

- для улучшения гибкости шеи;
- для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов;
- для улучшения подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья;
- для увеличения подвижности лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти;
- для улучшения подвижности суставов позвоночника;
- для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра;
- для улучшения подвижности коленных суставов;
- для увеличения подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы.

### **Раздел 2. ОСНОВЫ МУЗЫКАЛЬНОСТИ**

Тема 2.1. Правила общения с музыкой.

*Теория:* различия в значениях слов «слышать» и «слушать». Возвращение к прослушиванию, регулярность прослушивания разных вариантов исполнения и аранжировок одного и того же музыкального произведения.

Тема 2.2. Мелодия.

*Теория:* понятие «мелодии» как развитой и законченной музыкальной мысли, выраженной одногласно.

Тема 2.3. Мотив.

*Теория:* мотив - это выразительная часть мелодии. Кульминация мелодии - высшая точка ее развития. Каданс - устойчивый оборот завершения мелодии.

Тема 2.4. Ритм.

*Теория:* понятие «ритма» как организатора музыкальных звуков во времени, «сердце» музыки, ее первооснова. Ритм и ритмический рисунок. Ритм и ритмическое деление. Сильная и слабая доли. Музыкальный размер 2/4, 3/4, 4/4.

*Практика:* ритмические упражнения с музыкальным заданием. Точное окончание и начало движения вместе с началом и окончанием музыкальной части.

Тема 2.5. Темп.

*Теория:* понятие «темпа» как скорости движения музыкальных звуков во времени, в пределах одного музыкального произведения.

*Практика:* движения в различных темпах, передача хлопками и ногами различного

### рисунка. **Раздел 3. ТАНЦЕВАЛЬНАЯ ГРАМОТА.**

Тема 3.1. Термины классического танца.

*Теория:* термины классического танца (своеобразный язык хореографического искусства).

Тема 3.2. Понятие «осанка».

*Теория:* осанка - это манера держаться, положение корпуса, когда стоишь, сидишь или даже лежишь. Хорошая осанка необходима танцору, чтобы красиво двигаться.

*Практика:* целенаправленные упражнения.

Тема 3.3. Понятие «выворотность ног».

*Теория:* выворотность ног - это способность развернуть ноги (бедра, голени и стопы) в положение en dehors (наружу).

*Практика:* целенаправленные упражнения.

Тема 3.4. Понятие «стопа».

*Теория:* стопа - это сложный в анатомическом и функциональном отношении аппарат - является опорой тела человека и выполняет рессорные функции и функции регулятора равновесия, спо-

б

собствует отталкиванию тела при ходьбе, беге, прыжке.

*Практика:* целенаправленные упражнения.

Тема 3.5. Понятие «устойчивость».

*Теория:* основной характеристикой равновесия или апломба тела является устойчивость.

*Практика:* целенаправленные упражнения.

### **Раздел 4. ОСНОВЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА.**

Тема 4.1. Искусство классического танца.

*Теория:* искусство классического танца, стиль и манера исполнения.

Тема 4.2. Освоение техники исполнения классического танца.

*Теория:* требования классического танца. Задачи занятия.

*Практика:* постижение основ школы классического танца. Основными задачами являются: постановка корпуса, изучение позиций рук, ног, положений головы. - .

Тема 4.3. Экзерсис на середине зала.

*Теория:* правила исполнения.

*Практика:* упражнения разучиваются на середине зала. Позиции рук: подготовительная, I, II, III; Sote по VI и I позициям. Повороты на двух ногах по VI позиции, по 1/4 круга; Port de bras (подготовительная и I).

Тема 4.4. Пространственная композиция.

*Практика:* овладение простейшими комбинациями на середине зала, простейшие танцевальные этюды.

### **Раздел 5. РИТМИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ.**

Тема 5.1. Простые упражнения.

*Практика:* ходьба, бег в медленном темпе, под счет, хлопки.

Тема 5.2. Ритмизированная ходьба.

*Теория:* правила исполнения.

*Практика:* ритмическая ходьба с хлопками в ладоши; на счет 1.2.3.4; на счет 1.2; на счет 1; на счет 1.3; на счет 1.4; на счет 2.4; на счет 3.4. Ритмическая ходьба с движениями рук. Ритмическая ходьба с «дирижированием». Ритмическая ходьба с произнесением слов и хлопками в ладоши.

### **Раздел 6. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ДВИЖЕНИЯ.**

Тема 6.1. Основные позиции танцевальных движений.

*Теория:* правила исполнения основных позиций танцевальных движений.

*Практика:* исходные позиции ног: основная стойка, узкая и широкая дорожки. Исходные позиции рук: внизу, впереди, вверху, в стороны, открытые и закрытые, «поясок», «кулачки на бочок», «полочка», «матрешка», «юбочка», «фартучек», «закладка». Позиции

рук в парах: «стрелка», «воротики», «бантик», «саночки», «бараночка», «вертушка», «звездочка», «двойной поясок», «лодочка», «крестик». Движения рук: «ветерок», «ленточки», «крылья», «поющие руки», «моторчик». Хлопки: «ладушки», «блинчики», «тарелочки», «бубен», «колокола», «колокольчики», «комарики». Хлопки в парах: «стенка», «большой бубен», «крестики». Прыжки: на одной ноге («точка», «часики», «лесенка», «заборчик», «солнышко»), на двух ногах («подскок», «веселая ножка», «качалочка», «ножницы», «крестик», «метелочка», «боковой галоп», «галоп вперед», «веревочка»). Тема 6.2. Танцевальные движения без предметов.

*Теория:* правила исполнения.

*Практика:* «качель маленькая и большая», «пружинка», притоп, три притопа, притоп поочередно двумя ногами, притоп в сочетании с «точкой», приседания, полуприседания, полуприседания с поворотом корпуса, «ковырялочка», «распашонка», «самоварчик», «елочка», «гармошка», «топотушки», «рычажок», «расческа», поворот вокруг себя (кружение).

Тема 6.3. Танцевальные движения с обручем.

*Теория:* правила исполнения.

*Практика:* - повороты в лицевой, боковой и горизонтальной плоскостях с различными движениями туловища и ног; махи и круги обручем по дуге, по кругу, восьмеркой в различных плоскостях; вращение обруча в лицевой, боковой и горизонтальной плоско-

\*  
стях слегка согнутой в локтевом суставе рукой; перекаты обруча по полу, по рукам, по туловищу, по ногам; броски и ловля обруча одной или двумя руками в наклонной, горизонтальной и вертикальной плоскостях с пружинистым движением ног; наклоны с обручем (вперед, назад, в стороны); выпады (вперед, назад, в стороны); приседания; прыжки (через обруч, в обруч, в качающийся обруч или вращая его как скакалку).

Тема 6.4. Танцевальные движения с мячом.

*Теория:* правила исполнения.

*Практика:* броски и ловля мяча разными способами: бросок двумя руками вверх; бросок мяча одной рукой вверх; перебрасывание мяча из правой руки в левую; бросок мяча вверх-вперед из-за спины правой рукой над правым плечом и ловля его двумя руками; бросок мяча в пол перед собой двумя руками; бросок мяча в пол правой рукой; перекат мяча по рукам; выкрут с мячом внутрь и наружу в вертикальной плоскости.

## **Раздел 7. РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ.**

Тема 7.1. Игры с музыкальным сопровождением.

*Теория:* правила игры.

*Практика:* «Встань правильно», «Воротца», «Тихо-громко», «Пройди круг или линию», «Круг и кружочки», «Змейка», «Запомни мелодию», «Смена мест», «Приглашение», «Пара за парой», «Музыкальная змейка».

Тема 7.2. Игры с элементами хореографии.

*Теория:* воспитательное значение игр и их особое влияние на всестороннее формирование детей дошкольного и младшего школьного возраста.

*Практика:* «проверь товарища и помоги», «Лучше и быстрее», «Запомни и выполни», «Попрыгунчики», «Скакалка», «Проверь свою музыкальность».

Тема 7.3. Игры, тренирующие устойчивость.

*Теория:* правила игры.

*Практика:* из стойки в одной из балетных позиций (позиции меняются); устойчивость в положении выпада; устойчивость после прыжков.

## **Раздел 8. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ КОМБИНАЦИИ, ЭТЮДЫ, КОМПОЗИЦИИ.**

*Практика:* отчётный концерт.

### III. Тематический план.

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов			Форма контроля
		Теория	Практика	Всего	
<b>1.</b>	<b>Танцевальная азбука</b>	3	5	8	
1.1	Вводное занятие.	1		1	
1.2	Танец - помогает понимать прекрасное. Определение возможностей детей	1	2	3	
1.3	Упражнения для развития тела	1	3	4	
<b>2.</b>	<b>Основы музыкальности</b>	5	2	7	
2.1	Правила общения с музыкой	1		1	
2.2	Мелодия	1		1	
2.3	Мотив	1		1	
2.4	Ритм	1	1	2	
2.5	Темп	1	1	2	
<b>3.</b>	<b>Танцевальная грамота</b>	5	4	9	открытый для родителей
3.1	Термины классического танца	1	-	1	
3.2	Понятие «осанка»	1	1	2	
3.3	Понятие «выворотность ног»	1	1	2	
3.4	Понятие «стопа»	1	1	2	
3.5	Понятие «устойчивость»	1	1	2	
<b>4.</b>	<b>Основы классического танца</b>	6	10	16	
4.1	Искусство классического танца	1		1	
4.2	Освоение техники исполнения классического танца	2	4	6	
4.3	Экзерсис на середине зала	1	4	5	
4.4	Пространственная композиция	-	2	2	
<b>5.</b>	<b>Ритмические упражнения</b>	4	2	6	
5.1	Простые упражнения	3	1	4	
5.2	Ритмизированная ходьба	1	1	2	
<b>6.</b>	<b>Танцевальные движения</b>	4	8	12	
6.1.	Основные позиции танцевальных движений	1	2	3	
6.2.	Танцевальные движения без предметов	1	2	3	
6.3.	Танцевальные движения с обручем	1	2	3	
6.4.	Танцевальные движения с мячом	1	2	3	
<b>7.</b>	<b>Развивающие игры</b>	3	7	10	открытый для родителей
7.1.	Игры с музыкальным сопровождением	1	1	2	
7.2.	Игры с элементами хореографии	1	3	4	
7.3.	Игры, тренирующие устойчивость	1	3	4	
8.	<b>Танцевальные комбинации, этюды, композиции</b>		4	4	творческий отчет
	<b>ИТОГО:</b>	<b>30</b>	<b>42</b>	<b>72</b>	

#### **IV. Формы контроля и промежуточной аттестации.**

Отслеживание результатов в творческом объединении должно обеспечивать взаимодействие внешней обратной связи (контроль педагога) и внутренней (самоконтроль обучающихся). Целью отслеживания и оценивания результатов обучения является содействие воспитанию у обучающихся ответственности за результаты своего труда, формирование критического отношения к достигнутому, формирование привычки к самоконтролю и самонаблюдению, что способствует развитию навыка самоанализа.

Для определения результата усвоения образовательной программы разработан пакет контрольно-измерительных материалов, который позволяет увидеть результат деятельности каждого ребенка. Основными формами контроля хореографической группы по эстраднему танцу «Веселые ребята» являются музыкально-ритмические игры и упражнения, тесты, концерты, конкурсы.

Виды и методы контроля можно разделить на следующие группы:

**Входной**, направленный на выявление требуемых на начало обучения знаний, дает информацию о музыкальном и ритмическом развитии обучающихся. Для этого вида контроля используются методы:

- наблюдение;
- игры: имитационные, ролевые.

**Текущий**, осуществляемый в повседневной работе с целью проверки усвоения предыдущего материала и выявления пробелов в знаниях обучающихся. Для этого вида контроля можно использовать такие методы:

- устные (фронтальный опрос, беседа);
- письменные (тесты, карточки-задания);
- индивидуальные (дифференциация и подбор заданий с учетом особенностей обучающихся);
- наблюдения.

**Тематический**, осуществляемый по мере прохождения темы, раздела и имеющий целью систематизировать знания и умения обучающихся. Этот вид контроля подготавливает обучающихся к зачетным занятиям. Здесь можно использовать следующие методы:

- практические: (зачет, сдача элементов танца);
- индивидуальные;
- комбинированные (творческий проект);
- самоконтроля (самостоятельное нахождение ошибок, анализ причины неправильного исполнения танцевальных элементов, устранение обнаруженных пробелов).

**Итоговый**, проводимый в конце четвертей, полугодий, всего учебного года. Здесь целесообразно проводить концерты, фестивали обучающихся, соревнования, участие в конкурсах.

В качестве системы оценивания в хореографической группе используется коллективный анализ исполнительского мастерства обучающихся, где отмечаются наиболее удачные решения, оригинальные подходы, разбираются типичные ошибки.

К отслеживанию результатов обучения предъявляются следующие требования:

- **индивидуальный характер, требующий осуществления отслеживания за работой каждого обучающегося;**
- **систематичность, регулярность проведения на всех этапах процесса обучения;**
- **разнообразие форм проведения, повышение интереса к его проведению;**
- **всесторонность, то есть должна обеспечиваться проверка теоретических знаний, интеллектуальных и практических умений и навыков обучающихся;**

#### **V. Литература.**

1. Ваганова А.Я. - «Основы классического танца», М. «Просвещение». 1973
2. Васильева-Рождественская М. «Историко-бытовой танец». М. «Советская Россия».
3. Костровицкая В., Писарев А. - «Школа классического танца». М. «Советская Россия».

4. Ткаченко Т.М. Народные танцы. «Советская Россия». 1977
- 5 Степанова Л.М.. Танцы для детей. «Советская Россия». 1974.
6. Танцы народов России - репертуарный сборник № 14, М. «Искусство». 1972.
7. Журнал «Современные и эстрадные танцы», 2003 г.
8. Резникова З. «Вечный огонь» М. «Советская Россия». 1971.
9. Ерохина О.В. «Школа танцев для детей». Ростов-на-Дону. «Феникс». 2003.
10. Программы для внешкольных учреждений. М. Просвещение. 1981.
11. Белякова Н.Т «Фигура. Грация. Осанка», М. «Просвещение». 1978.