

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение –  
средняя общеобразовательная школа № 181

Принято  
Педагогическим советом  
МАОУ-СОШ № 181  
Протокол №1 от 27.08.2024

Утверждаю  
Директор МАОУ-СОШ № 181  
\_\_\_\_\_ М.С. Корнильцева  
Приказ №1 от 01.09.2024

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
художественной направленности  
Студия танца «Novoselov Team»**

Программа ориентирована на детей  
**От 7 до 11 лет**  
Срок реализации – **3 года**  
Автор – составитель:  
Новоселова Лейла Кучкаровна,  
Педагог дополнительного образования

Екатеринбург  
2024г.

## 1. Пояснительная записка

Цель внешкольных учреждений- создание условий, способствующих раскрытию природного и творческого потенциала ребёнка на основе интересов, способностей и дарований; приобщение к социальным культурным ценностям; получение дополнительных образовательных услуг и профессиональной ориентации.

Творческая деятельность детского танцевального коллектива направлена на достижение этой цели.

Детский танцевальный коллектив - это особая среда, где самое широчайшее поле возможностей для ребенка; от изначального пробуждения интереса к искусству танца до овладения основами профессионального мастерства.

Воспитывающие функции занятий танцем разнообразны:

- выявление способностей и ценностных ориентаций;
- формирование художественного образного восприятия и мышления;
- овладения языком и техникой танца;
- развитие эмоциональной сферы, творческой интуиции и артистизма;
- становление важнейших качеств личности - трудолюбие, дисциплинированность, стремление к совершенству, чувство ответственности, взаимопомощи.

Таким образом, основная цель программы - развитие личности ребенка через развитие его физических качеств, овладение двигательными навыками и умениями.

## II. Цель программы

- формирование приемов передачи художественного образа языком танца;
- культурно-эстетическое образование и развитие художественной активности;
- профессиональная ориентация в хореографии.

### Задачи:

1. Сформировать устойчивый интерес к танцу
2. Дать на каждой ступени комплекс знаний и умений по искусству танца с учетом индивидуальных особенностей ребенка;
3. Сформировать музыкальную культуру;
4. Развить творческие способности;
5. Закрепить полученные навыки в концертной деятельности;
6. Развить физические данные и укрепить здоровье;
7. Пробудить интерес к профессии хореограф

Танцевальное искусство, как средство воспитания личности, обладает огромной силой.

Занятия танцем приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Общение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать музыку, развивает у них любовь к музыке, готовит из них будущих чутких слушателей и ценителей музыки.

Танцевальные занятия развивают детей физически, укрепляют их здоровье; правильно развивают костно-мышечный аппарат, помогают избавиться от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую осанку.

В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности; ребенок учится сам создавать пластический образ.

Коллективные выступления перед зрителем являются главным воспитательным процессом: переживание успеха приносит ему моральное удовлетворение; создаются условия для самореализации творческого потенциала; воспитывается чувство ответственности, дружбы, товарищества.

Занятия танцем хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и повышают трудовой и жизненный тонус ребенка.

По временным и возрастным характеристикам программа рассчитана на 3 года обучения, взаимосвязанных между собой.

Каждый год образовательной программы имеет цель, решает определённые задачи и предполагает конечный результат.

Программа предусматривает обучение ребенка танцу

младшая группа с 7 лет

старшая группа с 11 лет

**1 год** - начальный этап развития и обучения танцу.

Цель - начальное музыкально-ритмическое развитие детей, выявление интереса и способностей детей к танцу.

#### **Основные задачи:**

- дать детям необходимые двигательные навыки;
- развить музыкальность, умение связывать музыку с движением;
- развить костно-мышечный аппарат;
- помочь устранить нарушения осанки и развить физически;
- развить творческую активность детей.

**2 год** - заложить основу будущей танцевальной техники; развитие танцевальных навыков и умений.

#### **Основные задачи:**

- выработать правильную осанку;
- сформировать определенные навыки и умения по современному танцу;
- развить исполнительские навыки;
- выработать навыки правильности и чистоты исполнения;
- развить координацию, силу, выносливость;
- развить танцевальность, выразительность.

**3 год** - улучшение технической, физической подготовки, разучивание и совершенствование усложненных элементов, связок в танцевальных комбинациях.

Все поставленные задачи отражены в разделах программы.

Ведущими методами обучения детей танцевальному искусству являются:

- наглядный показ формируемых навыков;
- объяснение методики исполнения движения;
- тренировочные танцевальные и спортивные упражнения;
- игры на раскрытие актерских навыков;
- развивающие этюды;
- танцевальные композиции.

Формами обучения являются:

- индивидуальные занятия с солистами, дуэтами;
- индивидуально- групповые;
- коллективные репетиции от двух или трёх групп;
- концертная деятельность танцевального коллектива.

Практическое обучение танцу предполагает также и знакомство с теорией искусства танца, музыки, методики движения. Специфика обучения танцу в том, что преподавание теории осуществляется на практических занятиях.

Условия для применения полученных знаний, умений и навыков. Форма контроля над уровнем подготовки - открытые уроки, отчетные выступления, концертная деятельность коллектива, его участие в смотрах, конкурсах, праздниках танца. Концертная деятельность- это показатель стабильности коллектива, общей культуры его исполнителей, грамотности и профессионализма руководителя.

### III. Учебно-тематический план 1 года обучения.

	Тема	Всего кол-во часов	Теоретические часы	Практические часы	Примечание
1	Введение	4	3	1	
1.1	Знакомство с педагогом, школой, установление расписания, форма одежды.				
1.2	Правила техники безопасности.				
1.3	Беседы о роли занятий хореографией.				
2.	Основы музыкальной культуры: - понятие «мелодия», «счет», «ритм» - темп музыки и др.	16	6	10	8ч по подгруппам
3.	Партерная гимнастика	20	4	16	
4.	Танцевальные движения	62	4	28	
5.	Этюды, танцевальные игры, импровизация, танцы	66	10	40	
6.	Отчетные выступления	10	2	8	2ч индивидуальная работа
7.	Культурно-массовая работа	42			
	Итого: 216 часа				

### III. Учебно-тематический план 2 года обучения.

	Тема	Всего кол-во часов	Теоретические часы	Практические часы	Примечание
1.	Организационные занятия	2	1	1	
2.	Элементы музыкальной грамотности	16	4	12	4ч по подгруппам
3.	Элементы танцевальной акробатики. Разогрев всех частей тела с помощью танцевальных комбинаций.	20	5	15	
4.	Партерная гимнастика с элементами акробатики.	24	4	20	
5.	Элементы современного танца. 5.1 Этюды-отрывки из новых танцев. Теоретические занятия. 5.2	86	6	80	
6.	Танцевальные композиции. 6.1 Индивидуальные занятия.	42	6	36	
7.	Отчетные выступления. 7.1 Отчетные уроки. 7.2 Участие в концертах.	16	6	10	6ч индивидуальные занятия

8.	Культурно-массовая работа.	10			
	Итого: 216 часов				



### III. Учебно-тематический план 3 года обучения.

	Тема	Всего кол-во часов	Теоретические часы	Практические часы	Примечание
1.	Организационные занятия.	9	4	5	
2.	Разминка. Разогрев тела с помощью танцевальных комбинаций.	140	9	131	
3.	Партерная гимнастика.	95	6	89	
4.	Танцевальные комбинации. 4.1. Отработка танцевальных постановок. 4.2. Индивидуальные занятия.	152	12	140	
5. 5.1.	Современный танец. Стили танцев: - современный - contemporary - r'n'b - street dance - модерн джаз - бродвейский джаз - Soul джаз - афро-джаз - hip-hop - эстрадный	158	12	146	12ч на подгруппы
6. 6.1. 6.2.	Отчетные выступления. Отчетные уроки.	75	8	67	8ч индивидуальные

	Участие в концертах.				занятия
7.	Культурно-массовая работа.	19		19	
	Итого: 216 часов				

## IV. Содержание занятий 1 года обучения.

### 1. Введение

1.1 Знакомство с педагогом, школой. Установление расписания, форма одежды. Дисциплина на занятиях. Взаимоотношение внутри коллектива, особенности уроков, правила. Раздевалки, внешний вид.

1.2 Правила техники безопасности.

Показ и беседа травмоопасных упражнений и их безопасных вариантов.

1.3 Беседа о роли занятий танцем о цели и задачах 1 года обучения.

### 2. Основы музыкальной культуры.

Связь музыки и движения. Понятие «мелодия». Характер мелодии: грустная, веселая, торжественная. Зависимость движения от характера мелодии. Темп музыки.

Слушание музыки. Характеристика музыкальных образов. Подбор выразительных движений для образа, соответствующих темпу, ритму, характеру музыки. Самостоятельное использование музыкально-двигательной деятельности в импровизациях.

Упражнения, развивающие музыкальное чувство: шаги, легкий бег, подскоки, торжественный шаг.

### 3. Партерная гимнастика.

Развитие силы мышц и подвижности суставов ног. Упражнения выполняются в положении лежа на спине и животе. Подъем ног плавный и резкий на высоту 45 градусов от пола, поочередно ногами. Музыкальный размер 4/4.

Развитие и укрепление подвижности и натянутости стоп. Положение стоп выворотное и невыворотное, сокращенное и натянутое.

Развитие выворотности в коленном и тазобедренном суставах.

Укрепление мышц спины, мышц живота.

### 4. Танцевальные движения.

Различные виды шагов. Шаг с носка, шаг на полупальцах, шаг с подъемом колена. Музыкальный размер 2/4.

Различные виды бега. Легкий бег на полупальцах. Бег с откидыванием прямых ног вперед и назад. Бег с высоким откидыванием прямых ног вперед и назад. Бег с высоким подниманием коленей. Галоп.

Упражнения- этюды придумывать в игровой форме, отталкиваясь от образа и характера мелодии.

5. Этюды, танцевальные игры, массовые танцы.

Этюды, развивающие творческую активность детей.

Предлагать детям самим придумывать сюжеты, фантазировать, подбирая им понятные образы.

Массовые танцы создаются на основе изученных танцевальных элементов.

Они просты, не требуют особого проучивания, темы понятны и интересны детям.

6. Отчетные выступления.

Участие в концертах, посвященных праздничным датам, новогодних представлений, отчетных концертах; фестивалях, конкурсах.

Обсуждение положительного и отрицательного в исполнении.

7. Культурно-массовая работа.

Посещение выставок, музеев.

## IV. Содержание занятий 2 года обучения.

### 1. Организационные занятия.

Цели и задачи обучения. Перспектива обучения. План концертной деятельности. Перспективный план занятий. Режим занятий, расписание. Комплектование групп. Знакомство с новичками. Беседа с родителями и детьми о целях, задачах, требованиях обучения. Выбор родительского комитета. Обсуждение и решение коллективных проблем: оформление и оборудование класса; подготовка костюмов к концертам; организация отдыха в каникулы, организация культурных мероприятий.

### 2. Элементы музыкальной грамотности.

Повторение и закрепление основ музыкальной грамоты, изученных ранее. Слушание музыки и импровизация. Прослушивание музыки - основа для создания ритмического и танцевального образа.

### 3. Элементы танцевальной разминки.

Разогрев всех частей тела с помощью небольших танцевальных связок:

- голова, шея
- плечи
- диафрагма
- руки
- бедра, plié
- стопы

### 4. Партерная гимнастика с элементами акробатики.

Повторение полученных знаний, умений, навыков.

Темп исполнения увеличивается.

Техника поддержек, страховка

- стойка на руках
- колесо
- перевороты, перекуты
- мостик
- кувырки
- rondat и др.

### 5. Элементы современного танца.

#### 5.1 Этюды - отрывки из новых танцев.

Танцевальные движения:

- волны

- вращения
- прыжки и др.

## 6. Танцевальные композиции.

Танцы:

- современный
- латина
- hip-hop
- клубный и др.

### 6.1 Индивидуальные занятия.

## 7. Отчетные выступления.

### 7.1 Отчетные уроки.

### 7.2 Участие во всех концертах, посвященных праздничным датам.

Участие в смотрах, конкурсах разного уровня.

Участие в отчетных концертах.

## 8. Культурно-массовая работа.

Посещение музеев, выставок и др.

## IV. Содержание занятий 3 года обучения.

### 1. Организационные занятия.

Подведение итогов 2 года обучения.

Перспективный план занятий и постановок.

План концертной и репетиционной деятельности.

Подготовка к проведению коллективных мероприятий. Расписание занятий.

Подготовка к выступлениям.

### 2. Разминка.

Разогрев всех частей тела с помощью танцевальных связок.

### 3. Партерная гимнастика.

Закрепление раннее изученного, укрепление различных видов мышц.

Увеличение нагрузки.

### 4. Танцевальные композиции.

#### 4.1 Отработка танцевальных постановок.

Доведение изученного до лучшего результата.

#### 4.2 Индивидуальные занятия.

### 5. Современный танец.

5.1 Танцевальные этюды, показывающие стилевые особенности различных видов современной и уличной хореографии:

- contemporary
- r'n'b
- street dance
- модерн джаз
- бродвейский джаз
- Soul джаз
- афро-джаз
- hip-hop
- эстрадный

### 6. Отчетные выступления.

#### 6.1 Отчетные уроки.

#### 6.2 Участие в концертах.

### 7. Культурно-массовая работа.

Посещение концертов, выступлений коллективов других школ и студий.

## **V. Перечень учебно-методического обеспечения.**

Для осуществления образовательной программы необходимы:

1. Просторный класс, оборудованный зеркалами.
2. Аудио для танцев.
3. Видео с танцевальными номерами
4. Аудио- видео аппаратура.
5. Гимнастические коврики.
6. Блоки для йоги
7. Мягкая резинка с прорезями.
8. Концертные костюмы
9. Наглядные пособия по хореографии: плакаты, иллюстрации, рисунки, фотографии.



## VI. Данные о составителе.

Фамилия, имя, отчество - Новоселова Лейла Кучкаровна

Дата рождения- 21.08.1986г

Место учебы - Свердловское Областное училище искусств и культуры.  
Екатеринбургский государственный театральный институт.

Специализация - хореографическое творчество

- актёр драматического театра и кино, телеведущий.

Место работы АНО СК Novoselov team.

Должность - тренер-хореограф.

Домашний адрес - г. Екатеринбург, улица Академика Семихатова 18-169

Индекс 620110

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 301855813211864865354984698895558776452667678568

Владелец Корнильцева Мария Святославна

Действителен с 04.03.2024 по 04.03.2025