

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа № 11»

Рассмотрено на педагогическом совете.  
Протокол № 1 от « 26 » августа 2022г.

Утверждаю \_\_\_\_\_  
Директор МБОУ СШ № 11  
Н.Т. Каракулина

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

### Хореографический кружок «ЧЕРНОЕ и БЕЛОЕ»

направленность программы:  
Художественно-эстетическая

уровень образования:  
начальное общее

срок реализации:  
1 год

Автор: Е.Г. Котельникова

## 1. Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа детского хореографического коллектива «Черное-Белое» разработана педагогом дополнительного образования Котельниковой Е.Г. в соответствии с особенностями её функционирования на базе муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней школы №11 с учётом возрастных индивидуальных особенностей детей.

В основу положена программа "Ритмическая мозаика", разработанная Е.Г.Котельниковой в сентябре 2020 года и была рассмотрена на педагогическом совете. Протокол №1 от 01 сентября 2020г. Утверждена директором МБОУ «Средней школы №11» Н.Т.Каракулиной. Программа составлена в соответствии с требованиями МООФ к дополнительному образованию и законом «Об образовании» ст.7,ст.9.Федеральный закон от 25.06.2002г.№71-ФЗ.

Назначение программы – осуществление хореографического образования младших школьников во внеурочное время, более широкое приобщение учащихся к искусству. Направленность программы «Хореография» по содержанию является художественно-эстетической; по функциональному предназначению – досуговой, учебно-познавательной и общекультурной; по форме организации – групповой, кружковой, общедоступной. Особенность программы состоит в том, что большая часть урока, на первом году обучения, опирается на партерный экзерсис и так же предусмотрен отдельный блок сценическое движение, в котором по годам обучения расположены блоки: актерское мастерство и творческая деятельность.

**Актуальность** программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческими ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития. Педагогическая

целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает им возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.)

Программа кружка нацелена на удовлетворение постоянно изменяющихся индивидуальных, культурных, духовных и образовательных потребностей детей, создание условий для творческого развития каждого ребенка, его адаптации в меняющемся мире и приобщении к культурным ценностям. Данная программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в исполнении танца.

Проблема построения модели образовательного процесса с включением многовековых традиций русского народа, его богатейшего культурного наследия, в частности, народной танцевальной музыки, является в настоящее время особенно актуальной.

Данная программа включает в себя изучение русского народного танца. На первое место ставится именно его образная, духовная сторона.

Доступность народных танцев, привлекательность и лёгкость движений приносят детям радость, формируют у них интерес к познанию мира танца в разных его проявлениях.

Помимо народных танцев в программу включено изучение балетных и современных эстрадных танцев, что стимулирует интерес воспитанников к танцевальному искусству и расширяет их кругозор.

Программа составлена с учетом требований предъявляемых к программам дополнительного образования, на основе последних достижений и исследований музыкального творчества, педагогической практики. Программа построена по концентрическому принципу, особенностью которого является расчленение сложных танцевальных умений на их составляющие элементы, постоянное целенаправленное повторение ранее усвоенных танцевальных умений и навыков и их усложнение

## **2.Общая характеристика предмета.**

Хореография — искусство танца. Познать, ценить искусство – одна из величайших радостей человека, облагораживающая его духовный мир. Стремление к Прекрасному, не всегда даже осознанное, живет в каждом человеке. А вот умению видеть, слышать и вникать в смысл и красоту произведения искусства следует учиться. Как и другие виды искусства, хореография отражает социальные проблемы взаимоотношения людей, формирует целостное восприятие окружающего мира. Специфика её в том, что чувства, переживания человека, она передаёт в пластической образно-художественной форме.

Посредством знакомства школьников 1— 7 классов с искусством хореографии можно осуществить как эстетическое, так и физическое воспитание детей, развить у них художественный вкус, воспитать благородство манер, а танцевальные упражнения и движения укрепляют мышцы тела вырабатывают правильную осанку развивают ловкость, пластику и координацию движения. Благодаря танцам происходит активное общение детей, ведь из всех видов увлечений танец наиболее ярко выражает непосредственность, искренность эмоционального порыва. Присущая молодости спонтанная энергия, направленная в нужное русло, питает эстетический, интеллектуальный и моральный рост ребёнка.

И если в системе дошкольного воспитания разработаны специальные программы музыкально — ритмической деятельности детей, направленной на воспитание у каждого ребёнка творческого начала, то в большинстве школ такой предмет как хореография отсутствует. Соответственно нет и образовательных программ по хореографии. Исходя из этого, и была составлена данная программа по предмету хореография. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение, ориентирована на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных.

## **3.Описание места учебного предмета в учебном плане.**

Программа рассчитана на детей 9-10 летнего возраста.  
Занятия проходят -1 раза в неделю по 2 часа (всего 72 часа).

Предмет «хореография» является одной из основных дисциплин учебного плана, позволяющей учащимся в процессе работы творчески осмыслить и использовать знания и навыки, полученные на предметах специального цикла. Количество часов, предусмотренных по этому предмету, является общим для данной дисциплины и используется для постановки и репетиций различных по своему характеру танцевальных номеров (сольных, групповых, массовых).Продолжительность уроков – 45 минут. Реализация программы рассчитана на 1 год.

### **Построение учебного занятия.**

Схема построения занятия одинакова в течение всего учебного процесса: вводная часть, подготовительная часть, основная часть, заключительная часть.

В вводную часть входит орг. момент (построение, поклон) и сообщение темы занятия – 3 мин.

Подготовительная часть включает упражнения разминки для разогрева – 10-15 мин.

Основная часть содержит учебно-тренировочные задания, повторение ранее пройденного и изучение танцевальных этюдов, композиций и постановок – 20-25 мин.

В заключительную часть входит подведение итогов, прощание, уход - 3 мин.

#### **Формы работы:**

Показ танца

Слушание музыки

Обучение танцевальным движениям и использованию их в различных танцах;

Отработка движений;

Знакомство с костюмом;

Танцевальные конкурсы, школьные фестивали, праздники;

#### **Методы работы:**

Объяснительно – иллюстративный (показ элементов, объяснение, использование фольклора)

Репродуктивный (разучивание, закрепление материала)

Метод побуждения к сопереживанию (эмоциональная отзывчивость на прекрасное).

#### **Этапы работы:**

Начальный этап – обучение упражнению (отдельному движению);

Этап углубленного разучивания упражнения (фигур танца);

Этап закрепления и совершенствования упражнения (целого танца).

Обучение начинается с упражнений по ориентировке в пространстве. Основным видом является игровая деятельность. Через музыкально-ритмические игры дети знакомятся с элементами ритмики и музыкальной грамотой. Ритмика, в данном случае, выступает как средство укрепления опорно-двигательного аппарата и развития эластичности мышц. Упражнения изучаются детьми через образные сравнения в игровой форме. Эти упражнения подготавливают мышцы, связки и суставы для классического экзерсиса. Затем в программу включаются элементы классического и народного танца. Элементы сценического танца необходимы, как средство развития танцевальности, исполнительского мастерства и концертной деятельности.

#### **4. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета.**

**Цель:** приобщение детей ко всем видам танцевального искусства: от историко-бытового до современного танца, от детской пляски до танцевального фольклора малой родины.

##### **Задачи:**

- дать учащимся начальное представление о танцевальном искусстве как источнике народной мудрости, красоты и жизненной силы;
- привить бережное отношение к культурным традициям как своего, так и других народностей России;
- формировать и развивать исполнительско-творческие навыки и умения;
- развить сферу эстетических чувств и мыслей каждого ученика;
- побудить учащихся к совершенствованию этического поведения и общения;
- выработать стремление к самостоятельному мышлению, проявлению творческой фантазии, собственной инициативы, желание творить вместе с учителем, а затем создавать что-то своё.

##### **Воспитательные:**

развитие у детей активности и самостоятельности;

формирование общей культуры личности ребенка;

создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве – учить радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех.

##### **Развивающие:**

развитие творческих способностей детей, воображения;  
 развитие музыкального слуха и чувство ритма, темпа;  
 развитие исполнительских навыков в танце;

Оздоровительные:  
 укрепление здоровья детей;  
 развитие ловкости, гибкости, координации движений, умения преодолевать трудности;  
 формирование осанки.

Программа сочетает элементы музыкально-ритмического воспитания и методику изучения основ классического и бального танца.

Классический танец воспитывает строгий вкус, чувство меры, благородную, сдержанную манеру исполнения. Народный танец является одним из средств выражения самобытности народа, его духа, характера, традиций. Бальный танец играет немаловажную роль в формировании внутренней культуре ребенка освоении норм этикета, развитии чувства коллективизма, ответственности, внимания к окружающим.

У каждого ребенка есть свои грани творческих возможностей, или, образно говоря, «свой потолок». Получив элементарные минимальные знания в школе, талантливые дети продолжают развивать свои способности в кружках и ансамблях танца. Тем самым решается одна из основных задач, стоящих перед педагогом — научить ребенка чувствовать, видеть и творить по законам красоты.

## 5. Содержание учебного предмета.

### Учебно-тематический план

№ п.п.	Темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Введение. Термины классического танца Экзерсис у станка	32	2	30
2.	Элементы русского танца Основы народного танца	35	2	33
3.	Танцевальный репертуар	100		100
4.	Заключительное занятие. «Танцевальный марафон»	2		2
	Итого	170	3	167

#### Раздел 1. Экзерсис у станка (32 часов)

Введение. Станок и его назначение. Полуприседания и полные приседания. Батман тандю. Батман тандю жете. Каблучный батман. Флик-фляк. Па тортье. Дробные выстукивания. Прыжки. Присядки и разножки с фиксацией ног на полу.

#### Раздел 2. Элементы русского танца (35 часов)

*Ходы проходки.* Проскальзывающий, шаркающий шаги. Шаг на ребро каблука. Дробная «дорожка». Па де баск (припляс). Шаг польки.

*Движения русского танца.* «Ковырялочка» с полуповоротом», «Моталочка», «Припадания по 3 позиции», вращения на шаге и беге (девочки), присядки, хлопушки (мальчики), простой «ключ».

### **Раздел 3. Танцевальный репертуар (100 часов)**

«Школьная страна». «Полька». «Русские традиции», «Будем помнить всегда».

### **Раздел 4. Заключительное занятие. «Танцевальный марафон» (2 час)**

#### **6. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета.**

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 по предмету «Хореография» являются следующие умения:

- представлять движения классического, народного и бального танца как средство 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.

**7.Примерное тематическое планирование с определением основных видов деятельности обучающихся.**

№	Тема занятий	Характеристика деятельности учащихся	Кол-во часов
1.	Организационное занятие, Беседа по ТБ.	Знать технику безопасности на уроках хореографии.	5
2.	Положения рук и позиции ног в танце. Элементы классического танца.	Уметь правильно выполнять положения рук и ног.	5
3.	Шаги .Шаг польки. Подскоки	Учиться выполнять шаг польки.	5
4.	Экзерсис у станка. Станок его значение.	Уметь выполнять движения станка.	5
5.	Прыжки и вращения. Танцевальный этюд « Школьная страна».	Знать правильное выполнение прыжков и вращений.	5
6.	Хороводы. Рисунки хороводов. Змейки.	Уметь правильно выполнять рисунки хороводов.	5
7.	Вращение на шаге и беге.	Уметь выполнять вращения.	5
8.	Актерское мастерство .Движения животных. Танцевальный этюд « Школьная страна».	Уметь повторить движения животных.	5
9.	Положения тела Классический танец. Танцевальный этюд « Школьная страна».	Учиться выполнять положение анфас.	5
10.	Закрепление материала. Танцевальный этюд « Школьная страна».	Закреплять пройденный материал.	5
11.	Релеве- подъём на полу пальцы. Танцевальный этюд « Школьная страна».	Овладевать подъёмом на полу пальцы.	5
12.	Игры на развитие воображения. Ритмические игры. Танцевальный этюд «Русские традиции»,	Овладевать ритмическими играми.	5
13.	Положение стопы и подъёма. Танцевальный этюд «Русские традиции»,	Учиться правильно ставить стопы.	5
14.	Шаги: строевой, скользящий, на носочках, приставной	Знать строевой и скользящий шаг.	5
15.	Позиции ног (6, 1,2,3). Танцевальный этюд Танцевальный этюд «Русские традиции»,	Учиться выполнять элементы классического танца. Позиции ног.	5
16.	Батман тендю из 3 позиции.	Овладевать Батман тендю из 3	6

	Танцевальный этюд «Русские традиции»,	позиции.	
17.	Прыжки. Танцевальный этюд «Русские традиции»,и «Школьная страна».	Учиться выполнять прыжки.	6
18.	Прямой и боковой галопы. Подскоки на одной и двух ногах. Танцевальный этюд «Полька».	Уметь выполнять галопы.	5
19.	Дробные движения. Танцевальный этюд «Полька».	Учиться выполнять дробные движения.	5
20.	Закрепление пройденного материала. Танцевальный этюд «Полька».	Закреплять пройденный материал.	5
21.	Боковой шаг на всей стопе и на полу пальцах. Танцевальный этюд «Русские традиции» и «Полька».	Овладевать боковым шагом на всей стопе .	5
22.	Припадание в сторону. Танцевальный этюд «Полька».	Уметь выполнять припадание .	5
23.	Перескоки с ноги на ногу на всю стопу. Танцевальный этюд «Полька».	Уметь выполнять перескоки с ноги на ногу.	5
24.	Хлопки и хлопущки – одинарные и тройные.	Учиться выполнять хлопки и хлопущки .	5
25.	Русский переменный ход. Танцевальный этюд «Будем помнить всегда»	Уметь выполнять переменный ход.	5
26.	Подскоки на одной и двух ногах. Танцевальный этюд «Будем помнить всегда»	Овладевать подскоками.	5
27.	«Русский лирический».	Этюды и постановочная работа»	5
28.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	Знать упражнения на ориентировку в пространстве .	5
29.	Музыка и движение. Ритмический рисунок.	Уметь выполнять ритмический рисунок .	5
30.	«Русский хоровод»	Этюды и постановочная работа.	5
31.	Танцевальный этюд «Будем помнить всегда»	Этюды и постановочная работа»	5
32.	«модерн» Танцевальный этюд «Будем помнить всегда»	Этюды и постановочная работа»	5
33.	«Модерн»	Этюды и постановочная работа»	6
34.	Закрепление пройденного материала. <b>Танцевальный марафон»</b>	Закреплять пройденный материал.	2
Итого:			170

## 8. Описание материально технической базы изучаемого предмета. Список учебно-методической литературы.

Для реализации общеобразовательной программы необходимо :



- музыкальная аппаратура , MP3 записи ;
- видео материалы ;
- DVD диски ( с аудио и видео материалами ) ;
- DVD диски с обучающим материалом ;
- компьютер ;
- проектор ;
- экран ;
- сменная обувь ;
- костюмы для выступлений ( платья , сарафаны , кофты , юбки , топы .)

### **Санитарно –гигиенические требования**

Занятия проводятся в кабинете ( актовом или спортивном зале ),соответствующем требованиям ТБ , пожарной безопасности , санитарным нормам . Кабинет ( зал) должен иметь хорошее освещение и периодически проветриваться. В наличии должна быть раздевалка , аптечка с медикаментами для оказания первой медицинской помощи.

### **Дидактическое обеспечение**

В процессе работы по настоящей программе используются информационно – методические материалы :

- подборка информационной и справочной литературы ;
- сценарии массовых мероприятий и игровых занятий , разработанных для досуга учеников ;
- наглядные пособия;
- диагностические методики для определения уровня знаний , умений и творческих способностей детей ;
- новые педагогические технологии в образовательном процессе;

### **Литература для педагога**

1. «Закон об образовании»
2. ФГОС второго поколения
3. «Концепция духовно – нравственного развития и воспитания гражданина России»
4. Буренина А. И. "Ритмическая мозаика", Санкт-Петербург, 2000г.
2. Лыткина И. "Хореографический коллектив", учебно-педагогическое издательство Трудрезевиздат, Москва, 1972 г.
1. Барышникова Т. "Азбука хореографии" Рольф, Москва 2000г.
2. Ярмолович Л. "Классический танец" Ленинград, "Музыка" 1986 г.
3. Климов А. "Основы народного танца" М. "Искусство", 1981 г
4. Гусев Г.П. "Методика преподавания народного танца", учебное пособие для вузов, 2002 г.
5. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина «Танцевально-игровая гимнастика для детей» Санкт – Петербург 2003г.

### **Литература для учеников**

- 1.Барышникова Т. "Азбука хореографии" Рольф,Москва 2000г.
- 2.Ваганова А.Я"Основы классического танца"Москва1963г.
- 3.Журналы "Балет"за 2000-2014г.

### **Литература для родителей**

- 1.Говоркян М."Воспитание движения"1952г.
- 2.Костровицкая Т."100уроков классического танца"Москва"Искусство"1981



