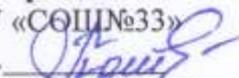


Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №33 имени П.А. Столыпина»  
Энгельсского муниципального района Саратовской области  
ул. Тельмана, 2, 413100, г. Энгельс, Саратовская область, тел./факс (8453) 54-12-80, 54-12-81.  
[engschool33@mail.ru](mailto:engschool33@mail.ru), <http://engschool33.ucoz.ru/>

**Рассмотрена**  
на заседании педагогического совета.  
Протокол № 1 от 31.08.2023 г.



**Утверждаю**  
Директор МОУ «СОШ №33»  
Потрусова Л.Н.   
Приказ от 01.09.2023 г. № 320-од

Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
**Студия танца «Без границ»**

Направленность: художественная  
Срок реализации программы: 9 месяцев  
Объем программы: 72 часов  
Возраст обучающихся: 11-13 лет

**Резникова Анастасия Андреевна**  
педагог дополнительного образования

Энгельс 2023 г.

## **I.Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы**

### **Пояснительная записка.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа студия танца «Без границ» художественной направленности разработана с учетом:

Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;

Концепции развития дополнительного образования детей (утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. 1726-р;

Национального проекта «Образование», утвержденного президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 3 сентября 2018 г. № 10);

Программа разработана согласно Положения о дополнительном образовании в МОУ «СОШ №33»;

Хореография - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов - мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на обучающегося, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях хореографией обучающиеся развивают слуховую, зрительную, мышечную память, познают многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения.

В данной программе интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение.

**Актуальность программы:** Занятия по обучению обучающихся хореографии создает благоприятные условия для воспитания художественной культуры, развития воображения, познавательной и творческой активности, интереса к танцевальному творчеству.

**Отличительные особенности** данной программы заключаются в самой структуре программы, в её содержательной части, в организационно- педагогической основе обучения, групповая форма работы в сочетании с индивидуальным подходом, обучение, развитие и воспитание на основе современных, педагогических технологий лично-ориентированной направленности, методов, форм, приёмов, способствующих наибольшей заинтересованности детей в этом виде деятельности, а так же более полному раскрытию их творческого потенциала и формированию стремления к саморазвитию и дальнейшему самосовершенствованию.

**Педагогическая целесообразность** заключается в том, что перед педагогом-хореографом стоит задача привить обучающимся любовь к танцу, развить их танцевальные способности (музыкальность, координацию движения, изящество...) научить грамотному, выразительному исполнению танца, познакомить с разными танцевальными характерами, рассказать об истории развития танца.

### **Цели и задачи программы**

**Цель:** приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию учеников. Привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту.

**Задачи:**

**обучающиеся:**

- научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства,
- научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;
- познакомить с разными жанрами хореографического искусства: классический танец, сценический танец, современный танец;
- овладеть знаниями, умениями, навыками танцевального искусства.

**развивающие:**

- развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству;
- развивать музыкальные способности детей;
- развивать творческие, индивидуальные способности духовного мира ребёнка.

**воспитательные:**

- воспитание эстетически – нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели,
- умение работать в коллективе.
- повышать мотивацию на творческую деятельность, формирование общей культуры личности обучающегося.

**Адресат программы:** обучающиеся 10-12 лет

**Возрастные особенности:** На пятом году обучения особое внимание уделяется развитию пластики и мимики, обучению и построению пространственных рисунков, а так же продолжению изучения танцевального направления - хип-хоп. Весь материал подобран исходя из возрастных особенностей детей.

**Срок освоения программы:** 72 часов.

**Режим, периодичность и продолжительность занятий:** 2 раза в неделю по 1 часу.

**Форма обучения:** групповая.

**Планируемый результат.**

**Предметные результаты.**

**Знать;**

- постановку корпуса, позиции рук, ног;
- основные упражнения тренажа по хип-хопу;
- танцы, выученные в течение года.

**Уметь:**

- определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;
- ориентироваться в пространственных рисунках;
- самостоятельно придумывать движения, фигуры, танцевальные перестроения;

- исполнять движения и соединять их в комбинации;
- контролировать и координировать своё тело, сопереживать и чувствовать музыку.

#### **Метапредметные результаты.**

- целеустремлённость и настойчивость в достижении цели
- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент,
- слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз.
- четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на музыку.
- умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий.

#### **Личностные результаты.**

Развитие чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств. Реализация творческого потенциала в процессе занятий хореографии; позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

**Количество обучающихся в группе:** 20 человек

**Принцип набора** обучающихся в объединения: свободный

**Форма обучения:** очная

**Способы проверки результатов:** открытый урок, участие в концерте

Форма подведения итогов реализации программы – выступление на итоговом концерте. Открытые уроки проходят после прохождения каждого основного раздела программы.

#### **Содержание программы**

Занятия направлены на общее развитие обучающихся, на приобретение устойчивого интереса к занятиям хореографией в дальнейшем, а также может дать детям профессиональную хореографическую подготовку.

#### **Учебный план**

Название разделов	Год обучения			Форма контроля
	Количество часов			
	Теория	Практика	Всего	
Вводные занятия и ТБ	1		1	Опрос обучающихся
Хип-хоп	2	32	34	Контрольные занятия.
Партерная гимнастика		13	13	контрольные занятия; – открытые занятия для родителей;
Силовые тренировки	1	8	9	Открытые занятия
Постановка танцевальной композиции		14	14	Открытые занятия
Открытые и импровизационные уроки		1	1	Участие в концерте
Всего	4	68	72	

## Содержание учебного плана.

### **Вводные занятия ТБ:**

Педагог знакомит в с одним из видов искусства - хореографией и содержанием программы. Рассказывает о правилах поведения на занятии, о технике безопасности во время пользования техническими средствами и особенностях внешнего вида обучающегося.

**Хип-хоп. Теория.** Знакомство с различным характером, темпом, строением музыкального произведения (вступление, части), изучение динамических оттенков понятие о ритмическом рисунке.

**Практика.** Ритмические упражнения с музыкальным заданием. Точное окончание и начало движения вместе с началом и окончанием музыкальной части. Движения в различных темпах, передача хлопками и ногами различного рисунка. Построение в колонну, шеренгу, круг и т.д. построение в пары, тройки, повороты.

### **Партерная гимнастика.**

**Теория:** Упражнения для правильной постановки ног, наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника, упражнения на развитие мышц живота, упражнения на развитие мышц спины, упражнения для улучшения осанки, развития подвижности суставов и укрепления мышц рук, упражнения для развития выворотности и танцевального шага

**Практика:** правила исполнения движений, правила техники безопасности при выполнении движений.

### **Ритмико-гимнастические упражнения.**

**Теория** Гимнастика оздоровительная и спортивная. Техника безопасности при выполнении упражнений скакалкой, обручем, гимнастической палкой и Акробатика. Техника безопасности на акробатике.

**Практика** Узкий, широкий и узкий хваты гимнастической палки, комплекс упражнений с палкой, направленный на профилактику плоскостопия, партерная гимнастика с палкой. Прыжки через скакалку различными способами: на двух ногах, поочередно.

Комплекс общеразвивающих упражнений со скакалкой. Вращение обруча на поясе, на руке. Комплекс упражнений с обручем. Комплекс общеразвивающих упражнений с обручем. Элементы акробатики: стойка на лопатках, мост, перекаты на спину, упражнения в лазании и перелезаний (на матах, скамейках).

### **Постановка танцевальной композиции**

**Теория.** Исследование творческих запросов и возможностей исполнителей. Посещение концертов с последующим анализом просмотренного, использование для детального разбора видеоматериалов.

**Практика.** Самостоятельная работа учеников над заданием, разучивание танцевальных элементов, упражнение для растанцованности, постановка концертных номеров.

### **Открытые и импровизационные уроки**

**Теория.** Показ номеров подготовленных в течении года.

**Практика.** Открытые уроки с приглашением гостей, родителей.

**Учебный материал включает в себя:**

- Музыкально-ритмические занятия.
- Элементы народного танца.
- Элементы хип-хопа
- Элементы историко-бытового танца.
- Элементы эстрадного танца.
- Элементы современной хореографии.
- Портерная гимнастика.

## **II. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **Методическое обеспечение программы**

Для успешной реализации программы должны способствовать различные виды групповой и индивидуальной работы: практические занятия, концерты, творческие отчеты, участие в конкурсах, фестивалях, посещение концертов других коллективов и т.д. Уровень удовлетворенности учебным процессом определяется результатами выступлением на концертных площадках.

### **Материально техническое обеспечение и условия реализации программы**

1. Хореографический зал.
2. Музыкальная аппаратура.
3. Тренировочная одежда и обувь.
4. Сценические костюмы.
5. Реквизит для танцев.

### **Список литературы для педагога.**

1. В.Н. Миронов, Н.В. Корованец Кадеты Красноярья. Кадетский компонент содержания образования и механизмы его реализации. Программно-методические материалы. Выпуск 2. Красноярск, 2010.
2. О.Савчук, Школа танцев для детей. СПб. Ленинградское издательство 2013.-224с.
3. Н.И. Бочкарева, Хореография для школьников. Кемерово Учебное пособие, 2007.-106с

### **Список литературы для обучающихся.**

1. Т.С. Ткаченко, Народный танец, М. Искусство 656 с. 2005.
2. В.А. Звездочкин, Классический танец, М. Учебное пособие 2011-416с.

### Календарно-тематическое планирование.

	Месяц число	Форма проведения	Кол-во часов	Основная тема	Место проведени я	Форма контроля
1.		Традиционная, практическое занятие	1	Вводный урок	Хореограф ический зал школы	Наблюдение, показ.коррекция
2.		Традиционная, практическое занятие	1	Закрепление знаний		Наблюдение, показ.коррекция
3.		Традиционная, практическое занятие	1	Партерная гимнастика		Наблюдение, показ.коррекция
4.		Традиционная, практическое занятие	1	Упражнения на ориентировку		Наблюдение, показ.коррекция
5.		Традиционная, практическое занятие	1	Силовая тренировка		Наблюдение, показ.коррекция
6.		Традиционная, практическое занятие	2	Теория о эволюции хип- хопа. Наглядная связь между «oldschool» и «newschool»		Наблюдение, показ.коррекция
7.		Традиционная, практическое занятие	1	Осанка танцора		Наблюдение, показ.коррекция
8.		Традиционная, практическое занятие	1	Партерная гимнастика		Наблюдение, показ.коррекция
9.		Традиционная, практическое занятие	1	Повторить поставленные комбинации и освоенные степы		Наблюдение, показ.коррекция
10.		Традиционная, практическое занятие	1	Партерная гимнастика		Наблюдение, показ.коррекция
11.		Традиционная, практическое занятие	1	Выполнить простые упражнения на развитие гибкости корпуса, спины, ног (кач, groove, bounce)		Наблюдение, показ.коррекция
12.		Традиционная, практическое занятие	1	Силовая тренировка		Наблюдение, показ.коррекция

13.		Традиционная, практическое занятие	1	Партерная гимнастика		Наблюдение, показ.коррекция
14.		Традиционная, практическое занятие	1	Выполнять простые упражнения (супермэн, скейтборд, барт симпсон и др.) и их комбинации		Наблюдение, показ.коррекция
15.		Традиционная, практическое занятие	1	Основные навыки хип-хопа		Наблюдение, показ.коррекция
16.		Традиционная, практическое занятие	1	Освоение связки		Наблюдение, показ.коррекция
17.		Традиционная, практическое занятие	1	Силовая тренировка		Наблюдение, показ.коррекция
18.		Традиционная, практическое занятие	1	Закрепить понимание стандартного музыкального бита		Наблюдение, показ.коррекция
19.		Традиционная, практическое занятие	1	Освоение связки		Наблюдение, показ.коррекция
20.		Традиционная, практическое занятие	2	Работа над постановкой		Наблюдение, показ.коррекция
21.		Традиционная, практическое занятие	1	Партерная гимнастика		Наблюдение, показ.коррекция
22.		Традиционная, практическое занятие	1	Освоение связки		Наблюдение, показ.коррекция
23.		Традиционная, практическое занятие	1	Вспомнить степы, изученные ранее и соединить их в ритмичной связке		Наблюдение, показ.коррекция
24.		Традиционная, практическое занятие	1	Силовая тренировка		Наблюдение, показ.коррекция
25.		Традиционная, практическое занятие	1	Упражнения на ориентировку в пространстве		Наблюдение, показ.коррекция
26.		Традиционная, практическое	1	Вспомнить степы, изученные ранее и		Наблюдение, показ.коррекция

		занятие		соединить их в ритмичной связке	
27.		Традиционная, практическое занятие	1	Партерная гимнастика	Наблюдение, показ.коррекция
28.		Традиционная, практическое занятие	1	Пробовать различные вариации степов со сменой уровня и позиции	Наблюдение, показ.коррекция
29.		Традиционная, практическое занятие	1	Партерная гимнастика	Наблюдение, показ.коррекция
30.		Традиционная, практическое занятие	1	Силовая тренировка	Наблюдение, показ.коррекция
31.		Традиционная, практическое занятие	2	Освоить комбинации из таких направлений, как vogue, haus, dancehall.	Наблюдение, показ.коррекция
32.		Традиционная, практическое занятие	1	Силовая тренировка	Наблюдение, показ.коррекция
33.		Традиционная, практическое занятие	1	Партерная гимнастика	Наблюдение, показ.коррекция
34.		Традиционная, практическое занятие	1	Освоить комбинации из таких направлений, как vogue, haus, dancehall.	Наблюдение, показ.коррекция
35.		Традиционная, практическое занятие	1	Силовая тренировка	Наблюдение, показ.коррекция
36.		Традиционная, практическое занятие	1	Партерная гимнастика	Наблюдение, показ.коррекция
37.		Традиционная, практическое занятие	1	Освоить комбинации из таких направлений, как vogue, haus, dancehall.	Наблюдение, показ.коррекция
38.		Традиционная, практическое занятие	1	Силовая тренировка	Наблюдение, показ.коррекция
39.		Традиционная,	1	Работа над	Наблюдение,

		практическое занятие		постановкой		показ.коррекция
40.		Традиционная, практическое занятие	1	Партерная гимнастика		Наблюдение, показ.коррекция
41.		Традиционная, практическое занятие	1	Работа над постановкой		Наблюдение, показ.коррекция
42.		Традиционная, практическое занятие	1	Этапы освоения общих связок и вариаций		Наблюдение, показ.коррекция
43.		Традиционная, практическое занятие	1	Силовая тренировка		Наблюдение, показ.коррекция
44.		Традиционная, практическое занятие	1	Работа над постановкой		Наблюдение, показ.коррекция
45.		Традиционная, практическое занятие	1	Партерная гимнастика		Наблюдение, показ.коррекция
46.		Традиционная, практическое занятие	1	Освоение элементов других стилей, допустимых в хип-хоп		Наблюдение, показ.коррекция
47.		Традиционная, практическое занятие	2	Работа над постановкой		Наблюдение, показ.коррекция
48.		Традиционная, практическое занятие	1	Силовая тренировка		Наблюдение, показ.коррекция
49.		Традиционная, практическое занятие	1	Работа над постановкой		Наблюдение, показ.коррекция
50.		Традиционная, практическое занятие	1	Закрепить понимание импровизации, как основополагающей хип-хопа		Наблюдение, показ.коррекция
51.		Традиционная, практическое занятие	1	Работа над постановкой		Наблюдение, показ.коррекция
52.		Традиционная, практическое занятие	1	Освоение импровизации в индивидуальном порядке		Наблюдение, показ.коррекция
53.		Традиционная, практическое занятие	1	Работа над постановкой		Наблюдение, показ.коррекция

54.		Традиционная, практическое занятие	1	Обретение навыка создать связку из изученных степов		Наблюдение, показ.коррекция
55.		Традиционная, практическое занятие	1	Силовая тренировка		Наблюдение, показ.коррекция
56.		Традиционная, практическое занятие	1	Партерная гимнастика		Наблюдение, показ.коррекция
57.		Традиционная, практическое занятие	1	Работа над постановкой		Наблюдение, показ.коррекция
58.		Традиционная, практическое занятие	1	Освоение индивидуальных связок		Наблюдение, показ.коррекция
59.		Традиционная, практическое занятие	1	Силовая тренировка		Наблюдение, показ.коррекция
60.		Традиционная, практическое занятие	1	Партерная гимнастика		Наблюдение, показ.коррекция
61.		Традиционная, практическое занятие	1	Работа над постановкой		Наблюдение, показ.коррекция
62.		Традиционная, практическое занятие	1	Освоить комбинации из таких направлений, как vogue, haus, dancehall.		Наблюдение, показ.коррекция
63.		Традиционная, практическое занятие	2	Работа над постановкой		Наблюдение, показ.коррекция
64.		Традиционная, практическое занятие	1	Силовая тренировка		Наблюдение, показ.коррекция
65.		Традиционная, практическое занятие	1	Работа над постановкой		Наблюдение, показ.коррекция
66.		Традиционная, практическое занятие	1	Повторение базовых движений старой и новой школы хип-хопа.		Наблюдение, показ.коррекция
67.		Традиционная, практическое занятие	1	Работа над постановкой		Наблюдение, показ.коррекция

Итого: 72 часа.