

Российская Федерация
Управление культуры
Администрации городского округа город Воронеж
муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования

Детская школа искусств № 9

ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД ВОРОНЕЖ

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА
«ТАНЕЦ»**

ПРИНЯТО Педагогическим советом МБУДО ДШИ № 9 Протокол № 1 от 29.08.2025	УТВЕРЖДАЮ Директор МБУДО ДШИ № 9 _____ Копытин Ю.В. Приказ № 18 от 29.08.2025
---	---



Структура программы учебного предмета

I. Пояснительная записка

- *Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе*
- *Срок реализации учебного предмета*
- *Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета*
- *Сведения о затратах учебного времени*
- *Форма проведения учебных аудиторных занятий*
- *Цель и задачи учебного предмета*
- *Методы обучения*
- *Описание материально-технических условий реализации учебного предмета*

II. Содержание учебного предмета

III. Требования к уровню подготовки обучающихся

IV. Формы и методы контроля, система оценок

- *Аттестация: цели, виды, форма, содержание;*
- *Критерии оценки*

V. Методическое обеспечение учебного процесса

VI. Список литературы и средств обучения

I. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа в области хореографического искусства «Танец» (далее ДОП) разработана и утверждена МБУДО ДШИ №9 городского округа город Воронеж в соответствии с ФЗ от 29.12.2012 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств» Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 № 191-01-39/06-ГИ и соответствует установленным минимуму содержания, структуре и условиям реализации общеразвивающих программ в области искусств.

Особую роль в воспитании и формирования личности дошкольника играет искусство. В этом отношении широкое поле для развития гармонического воспитания обучающихся предоставляет хореографическое образование.

Народно-сценический танец является одним из основных предметов специального цикла хореографических дисциплин, неотъемлемой частью начального образования.

Народно-сценический танец в значительной степени расширяет и обогащает исполнительские возможности обучающихся, формируя у них качества и навыки, которые не могут быть развиты за счет обучения только классическому танцу. Обучение народно - сценическому танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа, даёт возможность обучающимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, сложностью их темпов и ритмов.

ДОП приобщает к богатству танцевального музыкального народного творчества. В условиях школы искусств народно-сценический танец играет очень большую роль в создании репертуара хореографических отделений.

При изучении каждого из разделов ДОП обучающиеся знакомятся с национальными особенностями изучаемых народных танцев, с народными обрядами, традициями, жизнью и историей народа. Это помогает глубокому проникновению в национальный характер, усиливает выразительность исполнения.

Освоение плана зала, движение по площадке в различных рисунках и ракурсах, развитие чувства позы, навыки координации, культура общения с партнером, начальные навыки ансамблевого исполнения, эмоциональная отзывчивость, умение передать в

движении стилевые особенности народной музыки, разнообразие ее темпов и ритмов, является основой, формирующей чистоту стиля и хорошую манеру исполнения

Направленность ДОП: художественно-эстетическая.

Обучающиеся имеют возможность максимального развития заложенных в каждом из них задатков и реализовать их в соответствующем репертуаре.

Занятия начинаются на середине зала с освоением элементов народного танца в тех формах и с той степенью технической сложности и нагрузкой на мышечный аппарат, которые доступны обучающимся, и могут изучаться без применения станка; принятого в народно-сценическом танце.

Возраст детей, участвующих в реализации ДОП от 4 - 17 лет.

Сроки реализации учебного предмета «Танец» - 1 год

При реализации ДОП со сроком обучения 1 год продолжительность учебных занятий составляет 36 недель в год, объем учебного времени предусмотрен учебным планом и составляет 72 часа в год.

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета

Общая трудоемкость при годичном сроке обучения составляет 72 часа. Из них: 72 часа – аудиторные занятия.

Сведения о затратах учебного времени

Срок обучения 1 год					
Предмет	Количество часов в неделю	Количество учебных недель	Всего часов за весь срок обучения	Промежуточная аттестация	Итоговая аттестация
Танец	2	36	72	Контрольный урок 1 полугодие	Контрольный урок 2 полугодие

Продолжительность академического часа 30 минут.

Форма проведения учебных аудиторных занятий

Форма проведения учебных аудиторных занятий мелкогрупповая. Количество обучающихся в учебной группе 5 человек. Такое количество детей является оптимальным для организации деятельности младших школьников и создания творческой атмосферы на занятиях. Мелкогрупповая форма позволяет преподавателю лучше узнать учеников, их возможности, трудоспособность, эмоционально-психологические особенности. Продолжительность одного учебного часа: 30 минут.

Цель и задачи обучения

Цель: развитие творческих способностей детей средствами обучения народному танцу.

Задачи:

Обучающие задачи:

Научить:

- основам хореографического мастерства,
- музыкальной ритмике,
- гимнастике,
- грамотному и выразительному исполнению любого классического танца,
- обучить актерскому мастерству,
- сценическому движению,
- одухотворенному и осмысленному исполнению движений,
- умению придавать движениям выразительность и артистизм, отвечающий собственному восприятию музыки и драматургии танца,
- научить в движении передавать эмоционально-смысловую окраску и динамическую напряженность музыки,

Развить:

- сохранить и укрепить здоровье обучающихся, их основные физические качества и двигательные способности,
- ритмические способности детей,
- музыкальную память,
- творческое воображение,
- музыкально-исполнительские представления,
- навыки самостоятельного творческого подхода к созданию художественного образа,
- мотивацию и способность к самостоятельной деятельности,
- потребность в постоянном самообразовании.

Воспитательные задачи:

Воспитать:

- трудолюбие,
- стремление к творчеству,
- познавательную активность,

- эмоциональную восприимчивость,
- волевые качества: целеустремленность, настойчивость, оптимизм,
- культуру самовыражения, поведения, общения,
- самостоятельность,
- самообладание.

Методы обучения

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие **методы обучения**:

- **Словесные:**
 - беседа;
 - методические указания по выполнению, объяснение;
 - анализ, рассуждения;
 - беседы, обмен мнениями и анализ.
- **Наглядные:**
 - показ;
 - просмотр видеоматериала, демонстрация;
 - показ педагогом и др.;
 - наблюдения.
- **Практические:**
 - тренировочные упражнения;
 - творческие задания.
- **Игровые методики:**
 - музыкально-подвижные игры;
 - игры-путешествия;
 - познавательные игры на развитие двигательных навыков, внимания, памяти, воображения.
- **Методы психологического воздействия:**
 - подражание, убеждение, внушение.
- **Метод коммуникативного обучения:**
 - создание условий для творческого раскрепощения детей, уважения к чужому мнению, внимание к любым творческим предложениям идеям.
- **Эмоциональный метод стимулирования:**
 - заключается в предоставлении свободы выбора творческого задания.
- **Метод создания ситуации новизны, неожиданности:**
 - использование игр-путешествий;

-образный подход к изучаемому новому материалу.

- Метод создания ситуации успеха:

-с помощью психолого-педагогических приемов «авансирование» и «персональной исключительности», что изменяет психологическое состояние детей с заниженной самооценкой, проявляющееся в появлении чувства уверенности в себе, интереса к предмету.

Данные методы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета.

Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Материально-техническая база соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Учебные аудитории не менее 25 кв. м, с половым покрытием (паркет или линолеум) предназначенные для ДОП оснащены музыкальными инструментами (фортепиано, рояль) и звукотехническим оборудованием. Библиотечный фонд укомплектовывается печатными, электронными изданиями, учебно-методической и нотной литературой. Материально-техническая база соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

II. Содержание учебного предмета

МАТЕРИАЛ	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ
Знакомство с основными позициями и положениями рук и ног, положением головы и корпуса во время исполнения, простейших элементов, освоение этих элементов на «середине», развитие элементарных навыков координации движений.	24
Русский народный танец	24
Белорусский народный танец	12
Полька	12
	ВСЕГО 72 ЧАСОВ

ПОЗИЦИИ НОГ	а) Пять прямых. 1-я - обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп, 2-я - обе ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы друг от друга, 3-я - обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп; каблук одной ноги находится у середины стопы другой,
--------------------	--

	4-я - обе ноги поставлены по ОДНОЙ прямой линии друг перед другом "на расстоянии стопы, 5-я - обе ноги поставлены по одной прямой линии 'друг перед другом; каблук одной ноги: соприкасается с носком другой. б) Пять свободных. Во всех пяти свободных позициях ноги поставлены так, что стопы находятся в направлении между соответствующими открытыми и прямыми позициями. в) Две закрытые. 1-я закрытая - обе ноги повернуты внутрь и поставлены носками вместе; каблуки разведены в стороны; 2-я закрытая - обе ноги повернуты внутрь и поставлены друг от друга на расстоянии стопы между носками; каблуки разведены в стороны. Во всех перечисленных позициях тяжесть корпуса распределена равномерно на обе ноги, ноги в коленях вытянуты.
ПОЗИЦИИ И ПОЛОЖЕНИЯ РУК	а) Семь позиций 1-я, 2-я и 3-я позиции аналогичны 1-й, 2-й и 3-й позициям рук классического танца. 4-я - руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии; большой палец сзади, четыре других, собранных вместе, спереди. Плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии. 5-я - обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются к корпусу. Пальцы собранные вместе, лежат сверху плеча разноименной руки, чуть выше локтя. 6-я - обе руки, согнутые в локтях, которые слегка приподняты и направлены в стороны. Указательные и средние пальцы прикасаются к затылку. 7-я - обе руки согнуты в локтях и заложены за спину на талию. Запястье одной лежит на запястье другой б) Подготовительное положение: обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты ладонью к корпусу, 1-е положение — обе руки, округлые в локтях, раскрыты в стороны на высоте между подготовительным положением и 2-й позицией: кисти находятся на уровне талии; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх. 2-е положение - обе руки, округлые в локтях, раскрыты в стороны на высоте между 3-й и 2-й позициями пальцы свободны собраны и открыты, ладони слегка повернуты.
ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ НОГ	Позиции ног — 1-я, 2-я, 3-я свободные и прямые — 1-я и 2-я закрытые.
ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ РУК В РУССКОМ НАРОДНОМ ТАНЦЕ	Подготовительное, первое и второе. Подготовка к началу движения. Положения рук в парных и массовых танцах—«цепочка», «круг», «звездочка», «карусель», «корзиночка».
ЭЛЕМЕНТЫ РУССКОГО	1. Раскрывание и закрывание рук: • одной руки, • двух рук,

НАРОДНОГО ТАНЦА	• поочередные раскрытия рук, • переводы рук в различные положения. 2.Поклоны; • на месте без рук и с руками, • поклон с продвижением вперед и отходом назад. 3. Притопы; • одинарные (женские и мужские), • тройные, 4.Перетопы тройные 5.Простой (бытовой) шаг; • вперед с каблука, • с носка: 6.Простой русский шаг; • назад через полу пальцы на всю стопу, • с притопом и продвижением вперед, • с притопом и продвижением назад 7.Боковой шаг на всей стопе и на полу пальцах по прямой позиции. 8.«Гармошка» 9.«Елочка» 10.Припадание в сторону по 3-й свободной позиции, • вперед и назад по 1-й прямой позиции. 11.Боковые перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции, • по 1-й прямой позиции. 12.Перескоки с ноги на ногу на всю стопу подготовка, к дробям, 13.Бег на месте и с продвижением вперед и. назад на полу пальцах. 14.Подскоки; на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя. 15.«Веревочка» простая. 16.«Ковырялочка» с двойным притопом • стройным притопом 17.«Ключ» простой (с переступаниями).
ХЛОПКИ И ХЛОПУШКИ ОДИНАРНЫЕ, ДВОЙНЫЕ, ТРОЙНЫЕ (ФИКСИРУЮЩИЕ УДАРЫ И СКОЛЬЗЯЩИЕ УДАРЫ)	а) в ладоши б) по бедру, в) по голенищу сапога.
ПОЛОЖЕНИЕ РУК В БЕЛОРУССКОМ НАРОДНОМ ТАНЦЕ	а) положение рук в сольном танце. б) положение рук в парных и массовых танцах в) подготовка к началу движения
ЭЛЕМЕНТЫ ТАНЦА «КРЫЖАЧОК»	1. притопы одинарные 2. подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном месте.

	3. тройные подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции. 4. простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад 5. Основной ход «Крыжачок» 6. Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед, 7. Тройные притопы с поклоном.
ДВИЖЕНИЯ ПОЛЬКИ	Простые подскоки польки а) на месте, б) вокруг себя, в) с продвижением вперед, назад и в сторону. Простые подскоки с хлопками и поклонами. Простые подскоки в повороте парами под руки, Галоп в сторону.

III. Требования к уровню подготовки обучающихся

Результатом освоения ДОП со сроком реализации 1 год является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

В результате изучения учебного предмета обучающийся должен:

- уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;
- чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения;
- уметь тактировать руками размеры 2/4, 3/4, 4/4;
- отмечать в движении сильную долю такта;
- уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;
- отмечать в движении музыкальные фразы, акценты; несложный ритмический рисунок;
- иметь понятия и трёх основных понятиях (жанрах) музыки: марш-песня-танец;
- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
- иметь навыки актёрской выразительности;
- распознать характер танцевальной музыки;
- иметь понятие о детальных оттенках музыки, о звуковысотности;
- иметь понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска, диско;
- исполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно;
- знать темповые обозначения, слышать темпы применительно к движениям;
- уметь отсчитывать такты, определять на слух музыкальные размеры;
- уметь анализировать музыку разученных танцев;
- различать особенности танцевальной музыки: марш, вальс, полька, пляска, хоровод и т.д.;
- слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнении.
- знать позиции ног и рук классического танца, народно — сценического танца;
- усвоить правила постановки корпуса;
- уметь исполнять основные упражнения на середине зала;

- знать танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений;
- знать и уметь исполнять танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник;
- освоить технику исполненных упражнений в более быстром темпе;
- иметь навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
- знать правила исполнения упражнений народного тренажа и их названия;
- знать положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое;
- уметь исполнять основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход (виды) — вращения на месте и в движении, дробы простые, синкопированные, ключ, веревочка, присядки простые, с хлопущей, на полном приседе и с прыжком.
- уметь исполнять: танцевальную композицию, построенную на изученных танцевальных движениях, фигурную польку, русские, белорусские танцы с использованием элементов хоровода и перепляса.

IV. Формы и методы контроля, система оценок

Оценка качества реализации ДОП включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся. В качестве средств текущего контроля успеваемости используются устные опросы, просмотры, игровые состязания, концерты.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Промежуточная аттестация, являющаяся основной формой контроля учебной работы, обеспечивает оперативное управление учебной деятельностью обучающегося, ее корректировку и проводится с целью определения:

- качества реализации образовательного процесса;
- качества теоретической и практической подготовки по учебному предмету;
- уровня умений и навыков, сформированных у обучающегося на определенном этапе обучения.

Промежуточная и итоговая аттестация проводится в форме контрольных уроков. Контрольные уроки могут проходить в виде открытых занятий, концертных выступлений перед родителями и игровых состязаний. Контрольные уроки проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени.

Контрольные мероприятия по оценке знаний и умений обучающихся в образовательном учреждении проводятся в соответствии с учебным планом и программой.

Контрольные требования на разных этапах обучения:

Срок обучения 1 год

Предмет	Количество часов в неделю	Количество учебных недель	Всего часов за весь срок обучения	Промежуточная аттестация	Итоговая аттестация
Танец	2	36	72	Контрольный урок 1 полугодие	Контрольный урок 2 полугодие

Продолжительность академического часа 30 минут.

Критерии оценки

Качество подготовки обучающегося оценивается по пятибалльной шкале: 5 (отлично), 4 (хорошо), 3 (удовлетворительно), 2 (неудовлетворительно).

Оценки «5» («отлично») удостоивается обучающийся практическая деятельность которого или её результат в полной мере (на 90 – 100%) соответствуют требованиям ДОП. Ученик самостоятельно выполняет все задачи на высоком уровне, его работа отличается, грамотным исполнением, творческим подходом.

Оценки «4» («хорошо») удостоивается обучающийся практическая деятельность которого или её результат в целом (на 70 – 89%), соответствуют требованиям ДОП, но содержат незначительные упущения и ошибки, обучающийся прибегает к помощи преподавателя.

Оценки «3» («удовлетворительно») удостоивается обучающийся практическая деятельность которого или её результат в целом (на 45 – 69%) соответствуют требованиям ДОП, но содержат упущения и ошибки, а для завершения работы необходима постоянная помощь преподавателя.

Оценки «2» («неудовлетворительно») удостоивается обучающийся практическая деятельность которого или её результат лишь частично (на 20 – 44%) соответствуют требованиям ДОП и содержат значительные упущения и ошибки.

V. Методическое обеспечение учебного процесса

Планы открытых уроков,
Наглядные пособия,
Методические разработки,

Фонограммы танцев,

DVD диски – записи концертов ансамбля «Эридан».

В учебно-методический комплекс преподавателя входят учебники, методические пособия, нотная литература, дидактический материал, фонотека, видеотехника, календарно-тематические планы. Методическое обеспечение программы направленно на оптимизацию учебно-воспитательной деятельности педагогического коллектива в целях совершенствования профессионального мастерства, новых педагогических решений. Системное построение образовательного цикла обеспечивающие наиболее эффективное развитие художественной одаренности, помогает в формировании гармоничной творческой личности. Успешная реализация программы возможна при строгом соблюдении всего образовательного цикла. Учебно-воспитательный процесс осуществляется квалифицированными педагогами. Программа продолжает традиции русской танцевальной школы подготовки танцоров, которая рассматривает любые профессиональные задачи в неразрывной связи с музыкально-художественным, духовно-нравственным, патриотическим, эстетическим воспитанием.

VI. Список литературы и средств обучения

1. Барышникова, Т. К. Азбука хореографии / Т. К. Барышникова. – СПб., 1996.
2. Балетная осанка – основа хореографического воспитания детей /сост. Т. И. Васильева. М., 1983.
3. Вайдер, С. Суперфитнес. Лучшие программы / С. Вайдер. Ростов-на-Дону, 2010.
4. Васильев, Т. Э. Начала Хатха-йоги / Т. Э. Васильев. -М., 1990.
5. Верещагин, В. Г. Физическая культура индийских йогов / В. Г.Верещагин. – Минск, 1982.
6. Ганат, С. А. Конспекты лекций по анатомии, физиологии и гигиене ребенка / С. А. Ганат. - М., 2008
7. Джавришвили Д. Грузинские народные танцы. Тбилиси., «Ганатлеба», 1975. г.
8. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая П., Фарманянц Е. Народно-сценический танец. М.) «Искусство», 1976 г.
9. Зациорский, В. М. Физические качества / В. М. Зациорский. М., 1970 Матросова, О.В.
10. Дыхательная гимнастика [Электронный ресурс]. 2011. <http://doshvozrast.ru/ozdorov/gimnastika01.htm>.
11. Надеждина Н. Русские танцы. М., Госкультпросветиздат, 1951 г.
12. Иванов, В. А. Основы хореографии / В. А. Иванов. – М., 2002.

13. Каримова Р. Ферганский танец (методическое пособие). Ташкент, Изд-во литературы и искусства им. Гафура Гуляма, 1973 г.
14. Курбет В., Мардарь М. Молдавские народные танцы. Кишинев, «Картя Молдовеняскэ», 1969 г.
15. Куаншкалиева, А. Р. Физкультурные праздники для дошкольников / А. Р. Куаншкалиева. – М., 2008.
16. Лисицкая, Т. С. Хореография в гимнастике / Т. С. Лисицкая. – М., 1984.
17. Лукьянова, Е. А. Дыхание в хореографии / Е. А. Лукьянова. – М., 1979.
18. Мессер, А. М. Танец. Мысль. Время / А. М. Мессер. – М., 1990.
19. Нарушения осанки у детей. Серия Здоровье нации. – Ростов-на-Дону, 2009.
20. Никитин, В. Ю. Модерн-джаз танец: этапы развития, метод. Техника / В. Ю. Никитин. – М., 2004.
21. Потапчук А. А. Лечебные игры и упражнения для детей / А. А. Потапчук. – СПб., 2007.
22. Ткаченко Т. Народный танец. М., «Искусство», 1967 г.
23. Устинова Т. Русские народные танцы. М., Культ просвет из дат, 1950 г.
24. Устинова Т. Русский народный танец. М., «Искусство», 1976 г.
25. Черемнова, Е. Ю. Танцетерапия / Е. Ю. Черемнова. – Ростов-на-Дону, 2008.
26. Чурко Ю. Белорусский народный танец. Минск, «Наука и техника», 1972 г.