

Является частью ООП ООО ГБОУ НСО «СКК»,
утвержденной приказом от 28.08.2026г. №81-уд

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«В мире танца»
для обучающихся 9 классов
срок реализации: 1 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Общеразвивающая программа дополнительного образования «В мире танца» занимает важное место в системе художественно-эстетического образования. Является первой ступенью в хореографическом образовании. Её освоение способствует формированию общей культуры.

Танец – предусматривает приобретение обучающимися двигательных навыков, развитие координации, формирование осанки и физических данных, необходимых для занятий хореографией. Изучение средств музыкальной выразительности на основе танцевального движения, воспитание чувства ритма, музыкального слуха. Предполагает изучение разноплановых танцев: образных, классических, балльных, танцев в современных ритмах и массовых композиций, которые могут стать основой репертуара для сценической практики.

Программа направлена на раскрытие способностей обучающихся, формирование культуры поведения и общения, воспитание и реализацию творческого начала.

Актуальность:

В наше время, когда большинство людей страдает от гиподинамии, заболеваний сердечно - сосудистой системы и опорно-двигательного аппарата, занятия хореографией особенно актуальны в детском возрасте. Занятия танцам учат обучающихся красоте и выразительности движений, силе и ловкости, развивают и совершенствуют их мышечно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечно - сосудистую системы.

Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ ФГОС, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждой сударыни, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области. На современном этапе развития российское общество осознало необходимость духовного и нравственно - эстетического возрождения России через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ сориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья обучающихся.

Новизна данной рабочей программы определена федеральным государственным стандартом общего образования. Отличительными особенностями являются:

1. Определение видов организации деятельности обучающихся, направленных на достижение личностных и метапредметных результатов освоения курса «Город танца».
2. В основу реализации программы положены ценностные ориентиры и воспитательные результаты.
3. Ценностные ориентации организации деятельности предполагают уровневую оценку в достижении планируемых результатов.
4. Достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки: педагогом, администрацией.
5. При планировании содержания занятий прописаны виды деятельности обучающихся по каждой теме.

По данной программе могут заниматься обучающиеся, с разным уровнем хореографической подготовки.

Цели:

Образовательная цель программы: приобщение сударынь и кадет ко всем видам танцевального искусства: от историко-бытового до современного танца.

Развивающая цель программы: воспитание единого комплекса физических и духовных качеств: гармоническое телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство;

Воспитательная цель программы: профессиональная ориентация и самоопределение обучающихся.

Выполнение целевых установок предполагает создание условий для выполнения следующих задач:

В области хореографии:

- ✓ расширять знания в области современного и классического хореографического искусства;
- ✓ способствовать выражению собственных ощущений, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства;
- ✓ формировать умение понимать «язык» движений, их красоту;
- ✓ совершенствование психомоторных способностей, обучающихся;
- ✓ развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координирующих способностей;
- ✓ развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимание, умение согласовать движения с музыкой;
- ✓ формирование навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений.

В области воспитания:

- ✓ развитие творческих и созидательных способностей, обучающихся;
- ✓ развитие мышления, воображения, находчивости и познавательной активности, расширение кругозора;
- ✓ формирования навыков самостоятельного выражения движений под музыку;
- ✓ развитие инициативы, чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия;
- ✓ содействовать гармоничному развитию творческой личности обучающегося;
- ✓ развивать чувства гармонии, чувства ритма;
- ✓ совершенствовать нравственно – эстетические, духовные и физические потребности.

В области физической подготовки:

- ✓ развивать гибкость, координацию движений;
- ✓ развивать психофизические особенности, способствующие успешной самореализации;
- ✓ укреплять физическое и психологическое здоровье;
- ✓ развитие опорно-двигательного аппарата;
- ✓ формирование постановки корпуса и стопы;
- ✓ содействие развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно – сосудистой и нервной системы организма.

Планируемые результаты освоения курса «Город танца».

Личностные :

- ✓ формирование социальной роли обучающегося для всестороннего развития личности;
- ✓ формирование положительного отношения в общении со сверстниками.

Метапредметные :

Познавательные УУД

- ✓ ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже изученного;
- ✓ преобразовывать информацию из одной форм в другую (инструкция - движения).

Регулятивные УУД

- ✓ волевая саморегуляция, как способность к волевому усилию;
- ✓ учиться самостоятельно проводить разминку, выполнять новые движения по образцу.

Коммуникативные УУД

- ✓ потребность в общении с учителем;
- ✓ умение донести свою позицию до других.

Возраст обучающихся, участвующих в реализации программы, 16-18 лет.

Сроки реализации программы – 1год обучения, занятия проводятся - 1 час в неделю, 34 часа в год.

Организация образовательного процесса.

Основная форма образовательной работы: музыкально – тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждой сударыни.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены занятия

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного теоретическими дисциплинами: муз. грамота, беседы о хореографическом искусстве, содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. С обучающимися проводятся беседы — диалоги, обсуждения, которые помогают развитию способности логически мыслить. На этих занятиях обучающиеся получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

Формы и виды контроля.

Формы и виды контроля.	Формы и виды контроля.	Формы и виды контроля.
<i>Концерт</i>	Отчётный	1 раз в год
	Промежуточный	1 раз в четверть
	В рамках школьных мероприятий	В течение года
<i>Портфолио достижений</i>	Накопительная папка	В течение всего времени обучения
<i>Танцевальные этюды</i>	В рамках школьных мероприятий. Во время урока.	В течение года

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Сборная группа расширить знания о музыке, хореографии, усовершенствовать хореографическое мастерство, развивать творческое мышление, логику. Так же развивать способность к творческой импровизация в любых направлениях хореографического искусства и искусства балетмейстера. Включен новый момент урока – обучение младших обучающихся простым танцевальным элементам и постановка этюдов на младших обучающихся.

Вводные занятия.

Организационный урок. Беседа о правилах поведения на занятии, о технике безопасности во время пользования техническими средствами и особенностях внешнего вида обучающегося.

Бальная программа.

Цикл бесед знакомит с разнообразными видами и жанрами хореографии: «танго», «медленный вальс», «кадриль».

Историко-бытовой.

Цикл бесед знакомит с разнообразными видами историко-бытового танца: «контрданс», «менуэт»,

«бранль»

Народный танец.

Цикл бесед знакомит с разнообразными видами народного танца и танцев народов мира: «пляс», «русская кадриль».

Танец сегодня.

Беседы знакомят с известными танцевальными ансамблями, коллективами, с новыми веяниями в хореографическом искусстве, рассказывают о выдающихся танцорах нашего времени (Диана Вишнёва, Джеймс Уайтсайд, Сергей Палунин, Ульяна Лопаткина). Известные балетмейстеры нашей современности (Надежда Надеждина, Игорь Моисеев, Алла Духова, Морис Бежар)

Музыкальная таблетка (о лечебной силе музыки).

Жизненная энергия, шоу - балет «Тодес» (энергия танца, составляющая часть здоровья).

Две грани искусства. На всё нужна сноровка (о курьёзах во время выступления на сцене). Учитель танцев.

Если болезнь нельзя вылечить, её можно затанцевать, (психотерапевтическая роль танца).
«Поговорим о ...»

Репетиционно - постановочная работа

Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков и работу с отстающими обучающимися. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления обучающиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы. В связи с этим каждый год делается анализ педагогической и художественно- творческой работы коллектива, определяется новый репертуар. Обучающиеся помогают подобрать правильно не только репертуар танцевальных постановок, но и музыкальный репертуар и темы бесед для раздела «Танец сегодня». Обучающиеся очень интересуются жизнью в других странах, поэтому в репертуаре есть любимые балльные танцы в разных стилях и ритмах исполнения. Современная жизнь также предоставляет разнообразный интересный материал. Известно, что увлечения детей современными зажигательными ритмами разнообразных танцевальных жанров с использованием трюков сильно. Поэтому в нашем репертуаре есть и современные танцы. Выполняя движение в современных жанров, обучающиеся приобретают выразительность и четкость в движениях, что важно для любого танцовщика. Оздоровительный момент – это развитие выносливости, физических данных и исправление физических недостатков.

Творческая импровизация

Каждый новый танец становится для обучающегося «открытием ума, сердца и души». Душа обучающегося, самобытна, индивидуальна. Для каждого обучающегося необходим индивидуальный подход творческие импровизация на занятиях направлены на:

- развитие изобретательности;
- формирование устойчивого интереса к поисковой творческой деятельности;
- развитие логического мышления;
- творческой индивидуальности;
- коммуникативного воображения.

Индивидуально-дифференцированная форма организации образовательного процесса наиболее сложная, так как требует уровня высокой профессиональной культуры и педагога. Она ориентирована на создание условий для творческой самореализации, как обучающегося, так и педагога.

Итоговые занятия и мероприятия

В роли итоговых занятий выступают конкурсно - игровые программы, урок-концерт, танцевальные фестивали, новогодние праздники «Путешествие в мир танца». Программы итоговых и досуговых мероприятий придуманы и составлены самим педагогом или заместителем директора курирующую воспитательную работу учреждения.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностными результатами изучения курса являются:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию;
- сформированность ценности здорового образа жизни;
- уважение к истории культуры своего Отечества;
- способность к эмоционально-ценностному освоению мира, самовыражению и

ориентации в художественном и нравственном пространстве культуры.

Метапредметными результатами изучения курса являются:

Регулятивные (учебно-организационные):

- умение самостоятельно контролировать своё время и управлять им;
- умение прилагать волевые усилия и преодолевать трудности;
- оценивание своих возможностей.

Познавательные:

- осуществление поиска информации;
- умение давать определение понятиям;
- умение делать умозаключения и выводы.

Коммуникативные:

- формулирование собственного мнения и позиции;
- работа в группе — установление рабочих отношений;
- в процессе коммуникации достаточно точная, последовательная и полная передача

партнёру необходимой информации как ориентир для построения действия.

Организация образовательного процесса

Основная форма образовательной работы с девочками: музыкально – тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждой сударыни.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально- ритмические упражнения, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены занятия теоретическими дисциплинами: музыкальная грамота, беседы о хореографическом искусстве.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. С девочками проводятся беседы — диалоги, обсуждения, которые помогают развитию способности логически мыслить. На этих занятиях сударыни получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально – технического обеспечения:

- наличие просторного зала для занятий ритмикой и танцем;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- аккомпанемент (пианино);
- музыкальная аппаратура (музыкальный центр, магнитофон), аудиозаписи, CD записи;
- специальная форма и обувь для занятий: гимнастический купальник, юбка, белые носки, чешки;
- костюмерная, костюмы для концертных номеров.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ занятия	Тема	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Организационный урок. Общеразвивающие упражнения.	1	www.dance-city.narod.ru
2	Общеразвивающие упражнения.	1	https://dancehelp.ru/
3	Бальный танец: «танго».	1	www.mon.gov.ru
4	Бальный танец: «танго».	1	www.tangodance.by
5	Элементы бального танца «медленный вальс»	1	www.mon.gov.ru
6	Элементы бального танца «медленный вальс»	1	www.tangodance.by
7	Элементы бального танца «кадриль»	1	www.dance-city.narod.ru
8	Элементы бального танца «кадриль»	1	www.danceon.ru
9	Беседа о выдающихся танцорах нашего времени (Диана Вишнёва, Джеймс Уайтсайд, Сергей Палунин, Ульяна Лопаткина). Видео	1	www.mon.gov.ru
10	Беседа о выдающихся танцорах нашего времени (Диана Вишнёва, Джеймс Уайтсайд, Сергей Палунин, Ульяна Лопаткина). Видео	1	www.tangodance.by
11	Беседа о выдающихся танцорах нашего времени (Диана Вишнёва, Джеймс Уайтсайд, Сергей Палунин, Ульяна Лопаткина). Видео	1	www.mon.gov.ru
12	Элементы историко- бытового танца «контрданс».	1	www.tangodance.by
13	Элементы историко- бытового танца «контрданс».	1	https://dancehelp.ru/
14	Элементы историко- бытового танца «контрданс».	1	https://dancehelp.ru/
15	Элементы историко- бытового танца «контрданс».	1	www.mon.gov.ru
16	Элементы историко- бытового танца «менуэт».	1	www.tangodance.by
17	Элементы историко- бытового танца	1	www.mon.gov.ru
18	«менуэт».	1	www.tangodance.by
19	Элементы историко- бытового танца «бранль».	1	https://dancehelp.ru/lp/
20	Элементы историко- бытового танца «бранль».	1	https://dancehelp.ru/lp/
21	Элементы историко- бытового танца «бранль».	1	https://dancehelp.ru/lp/
22	Элементы историко- бытового танца «бранль».	1	https://dancehelp.ru/lp/
23	Народный танец	1	www.mon.gov.ru

	«пляс» Постановочная и репетиционная работа.		
24	Народный танец «пляс» Постановочная и репетиционная работа.	1	www.tangodance.by
25	Народный танец «пляс» Постановочная и репетиционная работа.	1	www.dance-city.narod.ru
26	Народный танец «русская кадриль» Постановочная и репетиционная работа.	1	www.danceon.ru
27	Народный танец «русская кадриль» Постановочная и репетиционная работа.	1	www.mon.gov.ru
28	Народный танец «русская кадриль» Постановочная и репетиционная работа.	1	https://dancehelp.ru/lp/
29	Беседа - известные балетмейстеры нашей современности (Надежда Надеждина, Игорь Моисеев, Алла Духова, Морис Бежар) Видео.	1	https://dancehelp.ru/lp/
30	Беседа - известные балетмейстеры нашей современности (Надежда Надеждина, Игорь Моисеев, Алла Духова, Морис Бежар) Видео.	1	www.tangodance.by
31	Беседа - известные балетмейстеры нашей современности (Надежда Надеждина, Игорь Моисеев, Алла Духова, Морис Бежар) Видео.	1	www.dance-city.narod.ru
32	Итоговое занятие	1	www.danceon.ru
33	Итоговое занятие	1	www.mon.gov.ru
34	Итоговое занятие	1	www.tangodance.by
	итога	34	

Методическое обеспечение программы:

Приемы, принципы и методы организации образовательного процесса. Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические принципы:

- ✓ принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;
- ✓ принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- ✓ принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

- ✓ принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- ✓ принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- ✓ принцип движения от простого к сложному, как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов современного и балетного танца;
- ✓ принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- ✓ принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности обучающихся;
- ✓ принцип доступности и посильности;
- ✓ принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания на занятиях, и в учебных целях.

Для реализации программы в работе с обучающимися применяются следующие методы:

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.
2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.
3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.
4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Учебно - методическое и техническое обеспечение занятий:

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально – технического обеспечения:

- ✓ наличие просторного зала для занятий ритмикой и танцем;
- ✓ качественное освещение в дневное и вечернее время;
- ✓ аккомпанемент (пианино);
- ✓ музыкальная аппаратура (музыкальный центр, магнитофон), аудиозаписи, CD записи;
- ✓ специальная форма и обувь для занятий: гимнастический купальник, юбка, белые носочки, чешки;
- ✓ костюмерная. Костюмы для концертных номеров - решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями.

Список учебной и методической литературы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва, 2000 год.
2. Ваганова А.Я. Основы классического танца. С.-Пб, 2002.
3. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. Л., 1981.
4. Лисицкая Т. Гимнастика и танец. М., 1988.
5. Примерные программы начального общего образования. Официальный сайт

6. Министерства образования РФ
7. Проекты примерных (базисных) учебных программ по предметам начальной школы.
8. Официальный сайт Министерства образования РФ.
9. Разрешите пригласить. Сборник популярных бальных танцев, выпуск шестой. М.,
10. Тарасова Н.Б. Теория и методика преподавания народно-сценического танца: учеб. пособие / Н.Б. Тарасова. - СПб.: ИГПУ, 1996. - 264 с.
11. Ткаченко Т. Народный танец / Т. Ткаченко. - М., 1967. - Ч.1.
12. Устинова Т. Избранные русские народные танцы / Т.Устинова. - М., 1996. - 478 с.
13. Климов А. Основы русского народного танца. Учебник для студентов хореографических отделений институтов культуры, балетмейстерских факультетов театральных институтов и обучающихся хореографических училищ. — М.: Искусство, 1981. — 270 с.
14. Тарасов Н.И. Классический танец. Школа мужского исполнительства. М.: Искусство, 1971. — 494 с.