

РАССМОТРЕНА и  
ПРИНЯТА  
Педагогическим советом  
Протокол № 7  
от 25.08.2023

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБОУ «СОШ №75»  
Дугина Дугина М.А.  
ПРИКАЗ № 01-07/814 от  
«26» 09 2023г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
Театр танца «Дар»

Направленность: художественная

Срок реализации: 8 месяцев

Возраст обучающихся: 7-13 лет

Автор-составитель: Ручкова Наталия Юрьевна

г. Барнаул

2023 г.

## **Пояснительная записка**

Хореография — один из древнейших видов искусства. Танец, это волшебный мир, в котором с помощью языка тела и музыки можно выразить любое чувство. Танец повышает эмоциональное и физическое здоровье человека, т.е. гармоничное единство тела, разума и души, помогает раскрыть внутренний мир человека, сформировать в детях уверенность в себе, упорство и трудолюбие, помогает оценить красоту музыки и движения. Одним из видов хореографических кружков является направление «Театр Танца». При прохождении материала по программе «Театр танца» у детей появляется интерес к танцу как направлению искусства.

### **Направленность программы**

Направленность программы «Театр танца» по содержанию является художественной. По уровню освоения программа является базовой.

### **Актуальность программы**

Актуальность программы «Театр танца» заключается в том, полученных навыков в танцевальном искусстве в предыдущие периоды, достаточно, чтобы не просто выйти на сцену и станцевать, а ещё и поучаствовать в творческих конкурсах. Благодаря этому изучение данного курса позволит обучающимся попробовать свои силы в танцевальном искусстве и примерить на себя разные образы как в концертной программе на уровне школьных мероприятий, так и на уровне городских/областных.

### **Новизна программы**

Новизна программы и педагогическая целесообразность заключается в том, что внедряя хореографическую деятельность, у детей формируются нравственные качества, познаётся история, культура, литература, их место в окружающем мире. В этом возрасте дети переходят на следующий этап и чтобы адаптация прошла более успешно, в программу введены такие дисциплины как «Актёрское мастерство», «легкий» современный танец (чтобы «раскачать» и «растанцевать» юных артистов), введение предмета по спортивной акробатике в образовательный процесс по хореографии, способствующий повышению качества обучения и исполнительского мастерства обучающихся.

## **Цели и задачи программы**

Цель обучения курса «Театр танца» развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения танцевальных композиций различных жанров и форм.

Задачи программы:

- формирование у обучающихся музыкально-ритмических навыков;
- формирование навыков правильного и выразительного движения в области классической и современной хореографии;
- развитие познавательного интереса к культурно-историческому наследию нашей страны;
- развитие эмоционального интеллекта обучающихся;
- развитие потребности в творческом самовыражении обучающихся.

## **Продолжительность занятий, режим занятий, количество учебных недель:**

Программа адресована детям от 7 до 13 лет. Количество обучающихся от 10 до 25 человек в группе.

Занятия проводятся по группам. Группы формируются из обучающихся разного возраста.

Продолжительность занятий один академический час. Перерыв между учебными занятиями – 10 минут. Занятия проводятся 2 раза в неделю, общее количество часов в неделю – 2 часа. Общее количество недель по образовательной программе – 32 недели, общее количество часов – 64 часа. Срок реализации программы 8 месяцев.

## **Формы организации образовательного процесса:**

Основные формы проведения занятий – комбинированное занятие, практическое занятие, игра. В план занятий включаются упражнения по разным темам и разделам программы. Они, по возможности, должны быть комплексными, рассчитанными на тренировку не одного, а нескольких качеств. Комплексные упражнения необходимо подбирать и конструировать по принципу контрастности. Упражнения следует выбирать исходя из соответствующего объема физических нагрузок, соизмеримых со временем занятия, возрастом учащихся, целью и задачами занятия.

## **Формы организации деятельности детей:**

- фронтальная (совместные действия учащихся и педагога: беседа, показ, объяснение, подвижные игры, разучивание стихов и диалогов, пальчиковые игры, игра-имитация отдельных действий человека, животных и птиц, игра-имитация основных эмоций человека, сказочных персонажей, под музыку и др.)
- коллективная (коллективные театрализации, коллективные обсуждения и др.)
- групповая (выполнение заданий в малых группах, ролевой диалог героев сказок, инсценирование фрагментов сказок, игра-импровизация по текстам коротких сказок, игра-драматизация с несколькими персонажами по народным сказкам, рассказам и стихам)

- индивидуальная в рамках фронтальной (для коррекции пробелов в знаниях, при выполнении дифференцированных заданий)

### **Образовательные технологии, приемы и методы, используемые в работе**

Для того, чтобы музыкально-хореографический материал усваивался обучающимися наилучшим образом, прививались танцевальные навыки, формировался и развивался эстетический вкус и хореографические способности, педагогу необходимо прибегать на своих занятиях к использованию следующих основных методов обучения хореографии.

В работе мной используется наглядный метод (демонстрация иллюстраций и картин, показ способов действий); словесный метод (коллективное чтение, заучивание наизусть по ролям, сочинение сказок); игровые формы (игры-драматизации, игры-инсценировки, дидактические игры, настольно-печатные игры). Речевые и музыкальные народные игры, танцы, песни находят отклик в душе каждого ребенка.

Самый распространенный метод ознакомления со сказкой – чтение педагога, т. е. дословная передача текста и показ сказки хореографом через хореографическую лексику. Сказки, которые невелики по объему, рассказываются детям наизусть, потому что при этом достигается наилучший контакт с детьми. Большая часть произведений читается по книге. Бережное обращение с книгой в момент чтения является примером для детей.

Очень важно обращать внимание на выразительность чтения. Главное выразительно прочитать, чтобы дети заслушивались. Выразительность достигается разнообразием интонаций, мимикой, иногда жестом, намеком на движение. Все эти приемы направлены на то, чтобы дети представили себе живой образ. При подборе сказок, учитывается возраст детей и особенности их психического развития. С детьми младшего школьного возраста работа начинается с таких сказок как, «Теремок», «Гуси-лебеди», «Репка», «Гадкий утенок», «Бременские музыканты», «Буратино», «Сказка о потерянном времени», «Заюшкина избушка». Содержание этих сказок близко и понятно детям.

Следующий метод – рассказывание, т. е. более свободная передача текста. При рассказывании допускаются сокращение текста, перестановка слов, включение пояснений и так далее. Главное в передаче рассказчика – выразительно рассказывать, чтобы дети заслушивались.

Широко распространенным приемом, усиливающим воздействие текста и способствующим лучшему его пониманию, является рассматривание иллюстраций в книге. Нужно учить ребенка внимательно, долго рассматривать иллюстрации, узнавать на них героев прочитанной сказки. А так же с обложкой. Обложка – это лицо книги. Обычно на обложку художник выносит один из наиболее характерных эпизодов сказки.

Следующий прием – беседа по сказке. Продумывая вопросы для беседы о прочитанном, я стремлюсь помочь ребенку разобраться в образе и высказать свое отношение к нему. Очень важно побуждать детей по собственной инициативе высказываться по поводу действий различных персонажей, особенно нравственно противоположных типов, проявлять отзывчивость, умение пожалеть, посочувствовать, порадоваться, вспомнить свои собственные отрицательные и положительные поступки.

Для закрепления знаний полезны такие методы, как дидактические игры на материале знакомых сказок.

На занятиях по ознакомлению детей со сказкой применяются и технические средства обучения. В качестве приема используется просмотр сказок в мультимедийном варианте либо прослушивание в записи известных мастеров сцены.

Инсценирование является одной из форм активного восприятия сказки. В ней ребенок выполняет роль сказочного персонажа. Привлечением детей к участию в инсценировании сказки удается развить у них выразительную речь, произвольное внимание, воображение. Инсценирование способствует воспитанию таких черт характера, как смелость, уверенность в своих силах, самостоятельность, артистичность, выразительность речи.

Инсценирование используется в сочетании с другими приемами только после повторного рассказывания или чтения, когда дети частично усвоили содержание сказки.

Для младших школьников доступной формой инсценирования является настольный театр, театр мягкой игрушки, пальчиковый театр, теневой театр и другие виды театра.

Знакомство со сказкой заканчивается продуктивной деятельностью: танцевальной комбинацией каждого персонажа сказки.

## Содержание программы

### Раздел 1. Вводное занятие

Тема 1. Что такое театр танца. Инструктаж по ТБ.

Теория. Ознакомление с программой курса, расписанием, требованиями к занятиям.

Организационные вопросы.

Практика. Поклон.

### Раздел 2. Подготовительно-развивающие упражнения

Тема 1. Постановка корпуса, рук, ног, головы

Теория. Основные правила, методика постановки корпуса, положения корпуса у станка и на середине. Понятие "подтянутый корпус".

Практика. Разучивание первой части разминки в комбинациях.

Тема 2. Развитие мышечного чувства.

Теория. Понятия "расслабленные и подтянутые мышцы", понятие "квадрат" (два плеча, два бедра). Смещенный корпус. Понятие "разогретые мышцы".

Практика. Разучивание второй части разминки в продвижении.

Тема 3. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

Теория. Основные понятия и приемы пластики в хореографии.

Понятие "исходное положение"(стоя, сидя, лежа). Изучение особенностей строения человеческого тела (костный скелет, подвижность суставов и мышц).

Практика. Построения и исполнение движений (марш, подскоки, галоп, танцевальный шаг, приставной шаг, прыжки, grand battement) по кругу, в диагонали, по линиям, хаотично.

### Раздел 3. Азбука классического танца

Тема 1. Основные позиции ног в классическом танце.

Теория. Понятие "центр тяжести" с опорой. Смещение центра тяжести. Понятие "выворотность" и "полувыворотность". Понятие "опорная и работающая нога".

Практика. Правильное и неправильное положения корпуса у станка. Тема 2. Основные позиции рук в классическом танце.

Теория. Понятия о выразительных средствах танца, о красоте рук.

Практика: Правильное и неправильное положение рук в позициях. Методика проучивания элементов классического танца в сочетании с головой (Port de bras).

Тема 3. Основные элементы экзерсиса у станка.

Теория. Понятия demi plies/releve, battement tendu, battement tendu jete, demi rond de jambe par terre.

Практика. Объяснение методики исполнения элементов demi plies/releve, battement tendu, battement tendu jete, demi rond de jambe par terre. Прорабатывание ошибок при выполнении элементов у станка.

Тема 4. Основные элементы экзерсиса на середине.

Практика. Объяснение методики исполнения элементов demi plies/releve, battement tendu, battement tendu jete, demi rond de jambe par terre. Прорабатывание ошибок при выполнении элементов на середине.

Тема 5. Прыжки в классическом танце.

Теория. Понятия temps leve saut, changement de pieds.

Практика. Объяснение методики исполнения элементов temps leve saut, changement de pieds. Прорабатывание ошибок при выполнении элементов на середине.

#### **Раздел 4. Основы современного танца**

Тема 1. История современной хореографии.

Теория. Истоки современной хореографии и её историческая связь с классическим танцем

Тема 2. Разминка в современном танце.

Практика. Работа над комплексами изоляций - голова: соединение движений с другими центрами. Плечи: соединение с движениями других центров. Грудная клетка в сочетании с различными движениями. Законы общей координации движений тела. Техника исполнения движений партера.

Тема 3. Стретчинг в современном танце.

Практика. Работа на комбинациями-стретчинг.

Тема 4. История джаз-танца.

Теория. Понятия: пространство, время, уровни. значение импровизации. Контактная импровизация, контакт (этюд «продолжи движение в дуэте»).

Практика. Вход в импровизацию, пространство зала, смена уровней, ракурсов.

«Включение» тела сверху-вниз и снизу вверх; рисование линий ногами, корпусом, руками, заимствования, скорости Цепочки позировок всей группой по диагонали, добавление тематики (птица, облако, кактус) и внутренний характер позировок. Игра «Стань хореографом» - работа с образами. Импровизация с музыкой.

Тема 5. Основные позиции ног в джаз танце.

Практика. Составление комбинации из основных позиций ног в джаз-танце.

Тема 6. Основные позиции рук в джаз танце.

Практика. Составление комбинации из основных позиций рук в джаз-танце.

Тема 7. Основные шаги в джаз-танце.

Практика. Составление комбинации из основных шагов в джаз-танце.

Тема 8. Комбинации в джаз-танце.

Практика. Постановка комбинаций в образе. Работа в парах.

Тема 9. Прыжки и вращения в современной хореографии.

Практика. Отработка основных принципов прыжка и виды вращения в современной хореографии.

#### **Раздел 5. Основы актерского мастерства**

Теория: Эмоции человека. Влияние музыки на образ. Понятие эмоциональности в танце. Понятия "храбрость", "хитрость", "осторожность", "радость" и др.

Практика: Постановки этюдов по темам.

#### **Раздел 6. Композиционная постановка хореографических произведений**

Практика: Изучение основных движений, рисунков танца, перестроений.

Работа над образами и характерами героев, работа с реквизитом.



## **Планируемые результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Театр танца».**

По окончании курса обучения обучающиеся будут знать:

- правила выполнения движений;
- структуру и ритмическую раскладку;
- начальную терминологию классического и современного танца;

будут уметь:

- координировать движения ног, корпуса и головы в умеренном и быстром темпе; танцевать в ансамбле;
- различать выразительные средства в передаче характерного настроения;
- грамотно исполнять программные движения;
- замечать ошибки в исполнении других и уметь предложить способы их исправления.

Базовый уровень предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы «Театр танца».

Реализация программы на данном уровне освоения предполагает:

-удовлетворение познавательного интереса обучающихся в технике различных танцевальных стилей, расширение их информированности в системе дополнительных знаний по хореографии, гимнастике и актерскому мастерству;

-развитие у обучающихся способности к созданию и самостоятельному воплощению сюжетно-танцевального образа, воспитание у них танцевально-сценической культуры.

На данном уровне обучающиеся совершенствуют:

- основы классического танца;
- основы современного танца;
- хореографическую терминологию;
- понятие взаимосвязи музыки и движения, образа и тематики танцевального произведения.

Форма обучения – очная. Объем программы – 64 часа.

Программа рассчитана на 8 месяцев обучения.

### **Оценочные материалы**

Организация и содержание методов оценки уровня усвоения программы обучающимися.

Формы промежуточной и итоговой аттестации (по итогам учебного года, по итогам прохождения программы): зачет, тестирования, отчетные концерты, открытые уроки.

Текущий контроль включает следующие формы: творческие работы, самостоятельные работы, тестирование, конкурс, защита творческих работ, фестиваль, соревнование, зачетные занятия.

Обязательным элементом является перечень критериев оценивания результатов освоения программы.

Оценивание образовательных результатов освоения программы критериальное, поддерживающее, отметок не предусмотрено (безотметочное). Система оценки достижения планируемых результатов соотносится с системой оценивания, принятой в ОК ТБ. Критериальное оценивание – это процесс, основанный на сравнении учебных достижений учащихся с четко определенными, коллективно выработанными, заранее известными всем участникам образовательного процесса критериями, соответствующими целям и содержанию образования.

Один из принципов критериального оценивания – самооценивание. Основным инструментом, позволяющим оценить развитие навыков обучающегося по курсу «Театр танца» - это отслеживание динамики исполнения танцевальных элементов посредством видеозаписей с уроков, с репетиций, концертов. Подборка работ за год позволяет оценить прогресс. Основной формой самооценивания являются маршрутные листы. Критерии оценивания по программе «Театр танца» включают основные критерии, характерные для всех видов творческой деятельности: умения, способы, понятия. И также включают специфические критерии, характерные для области хореографического обучения и воспитания.

### **Формы подведения итогов**

Формы аттестации:

- зачет,
- отчетные концерты,
- открытые уроки,
- тестирования,
- творческие конкурсы.

Текущий контроль включает следующие формы:

- зачетные занятия,
- концерты.

### Календарный учебный график

№	Месяц	Тема:	Часы
1	октябрь	Подготовительно-развивающие упражнения	8 занятий по 40 мин
2	ноябрь	Азбука классического танца	8 занятий по 40 мин
3	декабрь	Основы современного танца	8 занятий по 40 мин
4	январь	Повторение изученного	8 занятий по 40 мин
5	февраль	Основы современного танца	8 занятий по 40 мин
6	март	Основы актерского мастерства	8 занятий по 40 мин
7	апрель	Композиционная постановка хореографических произведений	8 занятий по 40 мин
8	май	Закрепление изученного материала	8 занятий по 40 мин
9	Итого:		64 часа

## Учебно-тематический план

Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля (зачет, открытый урок, сценическое выступление)
	Всего	Теория	Практика	
<b>Раздел 1. Вводное занятие</b>				
Что такое театр танца. Инструктаж по ТБ	1	1	1	опрос
<b>Раздел 2. Подготовительно-развивающие упражнения</b>				
Постановка корпуса, рук, ног, головы	1	-	1	опрос
Развитие мышечного чувства	1	-	1	опрос
Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	1	-	1	опрос
<b>Раздел 3. Основы классического танца</b>				
Классический танец. История балета	1	1	-	тестирование
Основные позиции ног в классическом танце	1	-	1	опрос
Основные позиции рук в классическом танце	1	-	1	опрос
Основные элементы экзерсиса у станка	2	-	2	показ
Основные элементы экзерсиса на середине	2	-	2	показ
Прыжки в классическом танце	2	-	2	показ
Итоговое занятие	1	-	1	Открытый урок\ показ
<b>Раздел 4. Основы современного танца</b>				
История современной хореографии	1	1	-	тестирование
Разминка	2	-	2	показ
Стретчинг	3	-	3	опрос
История джаз-танца	2	2	-	тестирование

Основные позиции ног в джаз-танце	2	-	2	тестирование
Основные позиции рук в джаз-танце	2	-	2	тестирование
Основные шаги в джаз танце	3	-	3	тестирование
Комбинации в джаз танце	3	-	3	показ творческих работ
История модерн-танца	1	1	-	опрос
Комбинации в модерн-танце	3	-	3	показ творческих работ
Прыжки, вращения	3	-	3	тестирование
Партерная гимнастика	4	-	4	опрос
Итоговое занятие	1	-	1	сценическое выступление
<b>Раздел 5. Основы актерского мастерства</b>				
Понятие эмоциональности	2	1	1	тестирование
Актерское перевоплощение	2	1	2	опрос
Создание сценического образа	2	2	2	опрос
Постановка этюдов. Работа в паре	3	-	3	показ творческих работ
Итоговое занятие	1	-	1	зачет
<b>Раздел 6. Композиционная постановка хореографических произведений</b>				
Постановочная работа	5	-	5	показ творческих работ
Репетиционная работа	4	-	4	Показ творческих работ
Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок/отчетный концерт
Итого часов	64			

## Ресурсное обеспечение программы

Материально-технические условия: помещение для занятий по программе «Театр танца» должно быть достаточно просторным и хорошо проветриваемым, рекомендуемая площадь – от 60–90 кв.м. Дополнительная мебель для занятий, такая как столы, как правило не используется. Для работы в партере (на полу) требуются гимнастические коврики (коврики для йоги) в количестве 10- 20 шт.; звуко и видеовоспроизводящая аппаратура – колонки, проигрыватель, проектор, телевизор.

Методические материалы: занятие, как правило, должно состоять из подготовительной, основной и заключительной частей и включать соответствующие разделы по мере их освоения (в разделе «азбука классического танца» экзерсис у станка, экзерсис на середине зала, *allegro*, *adagio*, экзерсис на пальцах).

При проведении урока необходимо руководствоваться следующими принципами:

- постепенно увеличивать нагрузку: от простых упражнений к более сложным;
- чередовать упражнения быстрые и медленные;
- темп исполнения упражнений должен быть сначала медленным с последующим ускорением;
- следить за свободным дыханием и самочувствием учащихся.

## Список литературы

1. Васенина Е. Российский современный танец. Диалоги. – М.: Emergency Exit., 2005.
2. Володина О.В. Самоучитель клубных танцев. – Ростов на Дону: Феникс, 2005.
3. Выготский Л.С. Психология искусства / Анализ эстетической реакции. – М.:
4. Лабиринт, 1997.
5. Гиршон А. Е. Импровизация и хореография. Электронный ресурс.- <http://girshon.ru/>
6. Гренлюнд. Э., Оганесян Н. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика. – СПб.: Речь, 2014.
7. Громов Ю.И. Работа педагога-балетмейстера в детском хореографическом коллективе // Основы подготовки специалистов хореографов / Хореографическая педагогика: учебное пособие. – СПб.: СПбГУП, 2006.
8. Есаулов И. Г. Устойчивость и координация в хореографии / И. Г. Есаулов. – М.: Издательство «Лань», 2016.
9. Гваттерини М. Алфавит балета. Перевод с ит. – М.: БММ АО, 2001.- 240 с.: ил. (серия «Учимся танцевать»).
10. Руднева С. Д. и Фиш Э. М. Ритмика и музыкальное движение / С. Д. Руднева, Э. М. Фиш. – М., 2003.

