

МБОУ «Староюмралинская средняя общеобразовательная школа»  
Апастовского муниципального района Республики Татарстан

Согласовано:

Зам.дир.по ВР

Г.Р.Галимзянова



Утверждаю:

Директор МБОУ «Староюмралинская СОШ»

Самигуллина З.З.



**Дополнительная общеобразовательная программа  
«Танцевальный мир»**

с.Старый Юмрал, 2025

## **Пояснительная записка**

Программа дополнительного образования танцевального кружка модифицирована в соответствии с особенностями её функционирования , с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Музыкальное и хореографическое искусство являются незаменимыми средствами эстетического воспитания, художественного развития, способного глубоко воздействовать на духовный мир ребенка. В воспитании детей танец занимает особое место. Одна из основных целей его – формирование разнообразных эмоций и чувств, являющихся важнейшим условием развития личности. Для обучения и развития им необходима специальным образом организованная обучающая среда. Эта среда должна постепенно изменяться в соответствии с познавательными и личностными потребностями ребенка и, следовательно, ребенок не всегда чувствует себя в ней абсолютно комфортно. Перед руководителем стоит сложная задача: нужно, с одной стороны, создать для ребенка развивающую среду, а с другой – помочь ему научиться адекватно вести себя в ней, несмотря на постоянное изменение ситуации. Структура танца, его четкий рисунок формируют внешние опоры для личностного поведения ребенка. Танцы создают эмоционального равновесие в группе: собирают, успокаивают, облегчают переход от одного занятия к другому. Помимо всего прочего, танец переключает внимание детей, отвлекает их от различных проблем (например, способствует их более безболезненной адаптации). Обучение подростков танцу и развитие у них на этой основе творческих способностей требуют от руководителя кружка не только знания определенной соответствующей методики, но и предполагают наличие у него правильного представления о танце как художественной деятельности, виде искусства. Именно понимание природы танца позволяет педагогу более осмысленно и квалифицированно решать поставленные задачи. Танец – это музыкально-пластическое искусство, специфика которого состоит в том, что, как и всякий вид искусства, отражая окружающую жизнь в художественных образах, воплощает их с помощью выразительных движений исполнителей, без каких-либо словесных пояснений. Это в полной мере отвечает двигательной природе детского воображения, для которого характерно действенное воссоздание образов детьми «при посредстве собственного тела». Из этого следует, что в танце творческое воображение может развиваться эффективнее, чем в других видах детской музыкальной деятельности. На развитие творческого воображения особое воздействие оказывает и музыка. И происходит это, прежде всего в процессе ее восприятия, которому присущ творческий характер. В связи с этим становится очевидным творческий характер всех видов музыкальной деятельности, в том числе и танца. Еще раз следует упомянуть, что танцу присуща образность, сюжетность. Это придает ему черты драматизации и сближает его с сюжетно-ролевой игрой, которая по выражению Л.С. Выготского, является «корнем» любого детского творчества. Игровые особенности танца также характеризуют его как деятельность, благотворную для развития у подростков способностей. Таким образом, танец – вид художественной деятельности, оптимальный для формирования и развития у подростков творчества и воображения, благодаря сочетанию в единой деятельности трех характеристик танца — музыки, движения и игры. В данной программе танец рассматривается как средство преодоления трудностей.

**Цель программы:**

Развить творческие способности через включение их в танцевальную деятельность, а так же формирование творческой личности посредством обучения детей языку танца, приобщение воспитанников к миру танцевального искусства, являющегося достоянием общечеловеческой и национальной культуры.

### **Задачи программы:**

1. Определить стартовые способности каждого ребенка: чувство ритма, музыкальная и двигательная память.
2. Развивать творческие способности детей на основе личностно-ориентированного подхода.
3. Раскрыть способности у подростков и сформировать в них умение воспринимать и понимать прекрасное.
4. Привить любовь к танцевальному искусству.
5. Развивать воображение и фантазию в танце.
6. Познакомить подростков с различными музыкально-ритмическими движениями в соответствии с характером музыки.
7. Познакомить подростков с простейшими правилами поведения на сцене.
8. Способствовать повышению самооценки у неуверенных в себе подростках (ключевая роль в танце, вербальное поощрение и т. д.).
9. Закрепить приобретенные умения посредством выступления на мероприятиях. Развивать коммуникативные способности подростков через танцевальные игры.

### **Основные формы проведения занятий:**

танцевальные репетиции · игра · беседа · праздник

**Основные виды занятий** – индивидуальное и групповое творчество, межгрупповой обмен результатами танцевальной деятельности.

**Методы:** · игровой; · демонстрационный (метод показа); · метод творческого взаимодействия; · метод наблюдения и подражания; · метод упражнений; · метод внутреннего слушания.

**Метод показа.** Разучивание нового движения, позы руководитель предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте

**Метод наглядности.** Этот метод включает в себя слуховую наглядность (слушание музыки во время исполнения танцев), зрительное и тактильное проявление наглядности, которые сочетаются со слуховыми впечатлениями (показ певческих приемом, движений, картинок, игрушек и др.).

**Игровой метод.** У подростков игровой рефлекс доминирует, они лучше все воспринимают через игру. На музыкально-ритмических занятиях у них формируются знания, умения и навыки в различных видах деятельности, связанных с музыкой: восприятие музыки, музыкально-ритмические движения (танцевальные и гимнастические движения, несложные их композиции под музыку). Коррекционная работа базируется на целенаправленном развитии у детей **восприятия музыки**. Обучение восприятию музыки направлено на развитие у них эмоциональной отзывчивости на музыку и формирование восприятия основных ее элементов.

**Регулярность занятий 1 часа в неделю, 34 часов в год. Время занятий:** четверг, с13.50-14.35

**Предполагаемый результат:** В ходе занятий воспитанники не только научатся основным танцевальным элементам, но и смогут общаться на языке танца, станут увереннее в себе, заинтересуются танцами, как видом творческой деятельности, что будет способствовать их успешной адаптации в обществе.

## ГОДОВОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Содержание занятия	Кол-ко часов	Сроки выполнения
1.	Организационная работа. Сбор участников коллектива. Выбор старосты. Ознакомление с репертуаром. Разучивание разминки. Подготовка ко Дню учителя.	4	сентябрь
2.	Классический тренаж. Ритмика. Выступление на мероприятии. Разучивание новых движений танца.	5	октябрь
3.	Гимнастика. Классический тренаж. Разучивания движений танца.	3	ноябрь
4.	Ритмика. Подготовка к новогодним мероприятиям.	4	декабрь
5.	Повторение выученных танцев, разучивание новых движений современного танца.	3	январь
6.	Классический тренаж. Пластика. Подготовка к мероприятию 8 Марта. Разучивание движений для подтанцовки к песням.	4	февраль
7.	Постановка корпуса, рук, ног, головы, развитие природных данных, устранение физических недостатков, освоение понятий вытянутости и выворотности, музыкальности.	3	март
8.	Повторение пройденного материала. Ритмика. Подготовка ко Дню победы.	5	апрель
9.	Участие в праздничных мероприятиях. Классический тренаж. Подготовка к отчетному концерту.	4	май

## **КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

<b>№ п/п</b>	<b>Месяц Число</b>	<b>Время проведения занятия</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Кол- во часо- в</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Место проведен- ия</b>	<b>Форма контроля</b>
1	04.09.2025	четверг 13:50-14:35	индивидуальная, фронтальная,	1	Организационная работа. Сбор участников коллектива.	Спортзал, спортивно-щадка	Опрос  выполнение комплекса упражнений
2	11.09.2025	четверг 13:50-14:35	фронтальная, групповая, поточная	1	Выбор старосты. Ознакомление с репертуаром.	Спортзал, спортивно-щадка	Опрос, тренинг-игра
3	18.09.2025	четверг 13:50-14:35	индивидуальная, фронтальная,	1	Разучивание разминки.	Спортзал, спортивно-щадка	Опрос, тренинг-игра
4	25.09.2025	четверг 13:50-14:35	индивидуальная, фронтальная, групповая,	1	Разминка. Упражнения на «квадрате».	Спортзал, спортивно-щадка	Опрос, тренинг-игра
5	02.10.2025	четверг 13:50-14:35	фронтальная, групповая, поточная	1	Разминка. Упражнение классического дренажа.	Спортзал, спортивно-щадка	Опрос, тренинг-игра  выполнение комплекса упражнений
6	09.10.2025	четверг 13:50-14:35	фронтальная, групповая, поточная	1	Ритмический тренаж: маршировка в темпе и ритме, фигурная маршировка.	Спортзал, спортивно-щадка	Опрос, тренинг-игра
7	16.10.2025	четверг 13:50-14:35	индивидуальная, фронтальная, групповая,	1	Разминка. Репетиция танцев.	Спортзал, спортивно-щадка	Опрос, тренинг-игра
8	23.10.2025	четверг 13:50-14:35	индивидуальная, поточная	1	Разучивание движений танца.	Спортзал, спортивно-щадка	Опрос, тренинг-игра  выполнение комплекса упражнений
9	13.11.2025	четверг 13:50-14:35	индивидуальная, групповая, поточная	1	Разучивание движений современного танца.	Спортзал, спортивно-щадка	Опрос, тренинг-игра
10	20.11.2025	четверг 13:50-14:35	фронтальная, групповая, поточная	1	Разучивание движений современного танца.	Спортзал, спортивно-щадка	Опрос, тренинг-игра
11	27.11.2025	четверг	фронтальная,	1	Разучивание движений	Спортзал,	Опрос, тренинг-игра

		13:50-14:35	групповая,		современного танца.	спортплощадка	выполнение комплекса упражнений
12	04.12.2025	четверг 13:50-14:35	индивидуальная, фронтальная, групповая,	1	Разминка, танцевальное движение.	Спортзал, спортплощадка	Опрос, тренинг-игра
13	11.12.2025	четверг 13:50-14:35	индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная	1	Ритмический тренаж.	Спортзал, спортплощадка	Опрос, тренинг-игра
14	18.12.2025	четверг 13:50-14:35	фронтальная, групповая,	1	Классический тренаж.	Спортзал, спортплощадка	Опрос, тренинг-игра
15	25.12.2025	четверг 13:50-14:35	фронтальная, групповая, поточная	1	Разучивание отдельных элементов, движений.	Спортзал, спортплощадка	Опрос, тренинг-игра
16	15.01.2026	четверг 13:50-14:35	индивидуальная, фронтальная, групповая,	1	Гимнастика. Танцевальные движения.	Спортзал, спортплощадка	Опрос, тренинг-игра
17	22.01.2026	четверг 13:50-14:35	индивидуальная, фронтальная	1	Упражнения гимнастики на растяжку мышц ног.	Спортзал, спортплощадка	Опрос, тренинг-игра выполнение комплекса упражнений
18	29.01.2026	четверг 13:50-14:35	фронтальная, групповая, поточная	1	Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку.	Спортзал, спортплощадка	Опрос, тренинг-игра
19	05.02.2026	четверг 13:50-14:35	индивидуальная, фронтальная, групповая,	1	Ритмика.	Спортзал, спортплощадка	Опрос, тренинг-игра
20	12.02.2026	четверг 13:50-14:35	индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная	1	Партерный экзерсис.	Спортзал, спортплощадка	Опрос, тренинг-игра выполнение комплекса упражнений
21	19.02.2026	четверг 13:50-14:35	индивидуальная, групповая,	1	Упражнения гимнастики на растяжку мышц ног.	Спортзал, спортплощадка	Опрос, тренинг-игра

22	26.02.2026	четверг 13:50-14:35	индивидуальная, фронтальная, поточная	1	Разучивание движений к казачьему танцу.	Спортзал, спортплощадка	Опрос, тренинг-игра
23	05.03.2026	четверг 13:50-14:35	фронтальная, групповая, поточная	1	Игровой тренинг	Спортзал, спортплощадка	Опрос, учебная игра
24	12.03.2026	четверг 13:50-14:35	фронтальная, групповая, поточная	1	Свободная танцевальная импровизация под заданную музыку.	Спортзал, спортплощадка	Опрос, тренинг-игра
25	19.03.2026	четверг 13:50-14:35	индивидуальная, групповая,	1	Упражнения гимнастики на растяжку мышц ног.	Спортзал, спортплощадка	выполнение комплекса упражнений .Соревнования
26	26.03.2026	четверг 13:50-14:35	индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная	1	Разучивание движений к казачьему танцу.	Спортзал, спортплощадка	Опрос, тренинг-игра
27	09.04.2026	четверг 13:50-14:35	индивидуальная, фронтальная, поточная	1	Отработка четкости и ритмичности движений.	Спортзал, спортплощадка	Опрос, тренинг-игра
28	16.04.2026	четверг 13:50-14:35	индивидуальная, фронтальная	1	Пластические этюды на подражание растений и животных.	Спортзал, спортплощадка	Опрос, тренинг-игра выполнение комплекса упражнений
29	23.04.2026	четверг 13:50-14:35	индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная	1	Упражнения гимнастики на растяжку мышц ног.	Спортзал, спортплощадка	Опрос, тренинг-игра
30	30.04.2026	четверг 13:50-14:35	групповая, поточная	1	Постановка танца «Вальс».	Спортзал, спортплощадка	Опрос, тренинг-игра
31	07.05.2026	четверг 13:50-14:35	индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная	1	Отработка четкости и ритмичности движений.	Спортзал, спортплощадка	Опрос, тренинг-игра выполнение комплекса упражнений
32	14.05.2026	четверг	фронтальная,	1	Постановка танца «Вальс».	Спортзал,	Опрос, тренинг-игра

		13:50-14:35	групповая, поточная			спортплощадка	
33	21.05.2026	четверг 13:50-14:35	фронтальная, групповая, поточная	1	Упражнения гимнастики на растяжку мышц ног.	Спортзал, спортплощадка	Опрос, тренинг-игра
34	21.05.2026	четверг 13:50-14:35	индивидуальная, фронтальная, групповая,	1	Прогонная репетиция выученных танцев.	Спортзал, спортплощадка	Опрос, тренинг-игра