

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 40**

**ПРИНЯТО**  
на педагогическом совете  
от 29.08.2024 №1



**УТВЕРЖДЕНО**  
Приказом от 02.09.2024 № 242/14  
Директор МОУ СОШ № 40  
И.А. Гулина

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа детского школьного объединения студия современной  
хореографии «Cube»**

**5-6 КЛАССЫ**

**Срок реализации 2024-2025 гг.**

**Учитель Э.А. Архипова**

**ТВЕРЬ  
2024**

## **Пояснительная записка.**

### **Направленность: художественная**

Программа танцевальной студии развивает физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют такие физические недостатки как сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д. Танец обучает правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству, улучшает состояние здоровья.

Во время занятий развиваются:

- Музыкальность - способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом и ритмом.

- Творческие проявления – умение импровизировать под знакомую музыку и незнакомую музыку на основе освоенных движений, а также придумывать собственные, оригинальные «Па». Творческая одарённость проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств. И увлечённости ребёнка самим процессом движения под музыку.

- Координация движений - точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений. Правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе, при выполнении различных упражнений.

- Пластичность, гибкость – мягкость, плавность движений рук, подвижность суставов. Гибкость позвоночника, позволяющие выполнять несложные гимнастические упражнения.

**Цель программы:** всестороннее развитие ребенка по средствам танцевального искусства.

В соответствии с данной целью выдвинуты следующие **задачи:**

#### Образовательные:

- обучение детей танцевальным движениям;
- формирование умения слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их с помощью танцевальных движений;
- формирование культуры движения, выразительности движений и поз;
- формирование умения ориентироваться в пространстве.

#### Воспитательные:

- развитие у детей активности и самостоятельности;
- формирование общей культуры личности ребенка;
- создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве – учить радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех.

#### Развивающие:

- развитие творческих способностей детей, воображения;
- развитие музыкального слуха и чувство ритма, темпа;
- развитие исполнительских навыков в танце.

#### Оздоровительные:

- укрепление здоровья детей;
- развитие ловкости, гибкости, координации движений, умения преодолевать трудности;
- формирование осанки.

### **Организация образовательного процесса.**

В соответствии с возрастными особенностями детей используются различные формы и методы работы на занятиях.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально - тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное, и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребёнка.

Занятия включают в себя:

- танцевальная разминка;
- движения для развития гибкости;
- элементы хореографии (основные позиции рук и ног, элементы эстрадного и классического танца).
- театрализованная ритмопластика
- специальные упражнения на расслабления.

Все эти средства объединяются в комплексы в определённой последовательности и используются в хореографических композициях.

Танцевальные ритмопластические этюды, танцевальные композиции на празднике - один из элементов выражения эмоциональной настроенности, веселья, патриотических проявлений, лиричности, силы, здорового духа. Танцуя, дети учатся ритмично двигаться, владеть своим корпусом, конечностями, затем с удовольствием исполняют танцы разного характера, проявляя лёгкость, свободу, непосредственность, «характерность».

В танцевально-ритмопластических движениях происходит наибольшее сближение детей с музыкой, ведь в них есть всё: и ритм, и мелодия, и темп, и импровизация, и аранжировка, для появления желания и стремления согласовывать свои движения с музыкой. Детям нравится выступать на праздниках в соответствующих костюмах, а костюмы помогают ярче и выразительнее передать соответствующие образы танца.

### **Организация образовательного процесса.**

Занятия группы проводятся 2 раза в неделю.

Продолжительность занятий 90 минут.

Условия проведения:

- музыкальный зал с необходимым инвентарем.
- для занятий у детей должна быть форма, которая не стесняла бы их движения, отвечала бы эстетическим требованиям. Для девочек – лосины, не большие футболки, носки, балетки. Для мальчиков шорты, штаны, футболки, носки, балетки.

### **Построение учебного занятия.**

Схема построения занятия одинакова в течение всего учебного процесса: вводная часть, подготовительная часть, основная часть, заключительная часть.

В вводную часть входит орг. момент (построение, поклон) и сообщение темы занятия – 10 мин. Подготовительная часть включает упражнения разминки для разогрева – 20 мин. Основная часть содержит учебно-тренировочные задания, повторение ранее пройденного и изучение танцевальных этюдов, композиций и постановок – 45 мин. В заключительную часть входит подведение итогов, прощание, уход – 10-15 мин.

### **Формы работы:**

- Показ танца;
- Слушание музыки;
- Обучение танцевальным движениям и использованию их в различных танцах;
- Отработка движений;
- Знакомство с костюмом;
- Танцевальные конкурсы, школьные фестивали, праздники;

### **Методы работы:**

- Объяснительно – иллюстративный (показ элементов, объяснение, использование фольклора)
- Репродуктивный (разучивание, закрепление материала)
- Метод побуждения к сопереживанию (эмоциональная отзывчивость на прекрасное).

#### **Этапы работы:**

- Начальный этап – обучение упражнению (отдельному движению);
- Этап углубленного разучивания упражнения (фигур танца);
- Этап закрепления и совершенствования упражнения (целого танца).

#### **Предполагаемый результат.**

К концу первого года обучения дети должны знать правила правильной постановки корпуса, основные положения рук, позиции ног. Должны уметь пройти правильно в такт музыки, сохраняя красивую осанку, иметь навык легкого шага с носка на пятку, чувствовать характер музыки и передавать его танцевальными движениями, правильно исполнять этюды и танцевальные композиции. Участники должны приобрести не только танцевальные знания и навыки, но и научиться трудиться в художественном коллективе, добиваясь высоких результатов.

Качество приобретенных знаний проверяется в течение года в участии в мероприятиях школы, в концертах, фестивалях, конкурсах.

#### **Календарно-тематический план занятий (2 раза в неделю)**

| № | Раздел, тема урока                                                                                                                                                 | Кол-во часов                  |
|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| 1 | <b><u>Вводное занятие</u></b>                                                                                                                                      | <b>1</b>                      |
| 2 | <b><u>Ритмика</u></b><br>- Упражнения на развитие чувства ритма, музыкальности<br>- Импровизация<br>- Упражнение на координацию<br>- Образность                    | <b>10</b><br>3<br>3<br>3<br>1 |
| 3 | <b><u>Знакомство с различными стилями танца</u></b><br>- знакомство с танцевальным стилем (хип-хоп, современный танец и др.)<br>- знакомство с танцевальным стилем | <b>8</b><br>4<br>4            |
| 4 | <b><u>Силовая подготовка</u></b><br>Упражнения на выносливость, силу мышц                                                                                          | <b>10</b>                     |
| 5 | <b><u>Гибкость</u></b><br>Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов                                                                                   | <b>10</b>                     |
| 6 | <b><u>Постановочная работа</u></b><br>- постановка танцевального номера 1<br>- постановка танцевального номера 2                                                   | <b>16</b><br>8<br>8           |
| 7 | <b><u>Отработка</u></b><br>- отработка танцевального номера 1<br>- отработка танцевального номера 2                                                                | <b>12</b><br>6<br>6           |
| 8 | <b><u>Заключительное занятие</u></b>                                                                                                                               | <b>1</b>                      |
|   | <b>ИТОГО часов</b>                                                                                                                                                 | <b>68</b>                     |