

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Дворец творчества детей и молодежи Колпинского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДЕНА  
приказом ДТДиМ  
от 07 июня 2024 г. № 330-ОД

Рабочая программа  
по дополнительной общеразвивающей программе  
**«Танцевальный ансамбль»**  
Младший состав

Разработчики:  
Порофиева Екатерина Олеговна  
педагог дополнительного образования,  
Кустарёва Марина Геннадьевна,  
методист

### **Особенности организации образовательного процесса группы младшего состава**

В группе младшего состава танцевального ансамбля учащиеся развивают углубленные танцевальные навыки: растяжку, подъем, гибкость, совершенствуют танцевальное мастерство, овладевают искусством исполнения концертных танцевальных композиций, приобретают начальный навык профессиональных проб.

**Наполняемость учебных групп младшего состава составляет 12 человек.**

**Сроки реализации программы - 72 часа.**

**Режим занятий - 72 часа: 1 раз в неделю по 2 часа.**

### **Условия набора и формирования групп младшего состава**

В реализации программы принимают участие дети от 8 до 11 лет, учащиеся хореографической студии, на основе предварительного просмотра. Учащиеся объединяются в группу из 12 человек.

### **Задачи группы младшего состава**

#### **Обучающие:**

- формирование углубленного навыка выполнения гимнастических элементов для развития выворотности, гибкости, растяжки, подъема, шага, укрепления мышц пресса;
- формирование углубленного навыка исполнения классического и народно-характерного экзерсиса, прыжков;
- формирование навыка исполнения трех программных танцевальных композиций на основе классической хореографии, элементов народного и современного танца;
- формирование навыка успешного творческого взаимодействия в коллективе;
- формирование устойчивого навыка подготовки к успешным сценическим выступлениям;
- формирование знаний об истории возникновения, развития, значении официальных символов РФ: флага, герба, гимна;
- формирование первоначального навыка профессиональных проб посредством участия в наставнической деятельности.

#### **Развивающие:**

- углубленное развитие специальных способностей: координации, ритмичности, гибкости, пластичности, выворотности, общей физической выносливости;
- развитие познавательной активности, самостоятельности;
- развитие памяти, внимания, воли, выразительности, эмоциональности, фантазии;
- развитие самооценки учащегося;
- развитие навыка планирования последовательности действий для достижения учебной цели;
- развитие потребности творческого самовыражения средствами танцевального искусства.

#### **Воспитательные:**

- воспитание трудолюбия, дисциплины, стремления к самообразованию;
- воспитание волевых качеств: способности добиваться результата, совершенствовать свое мастерство;
- воспитание художественно-эстетического вкуса;
- воспитание коммуникативной культуры;
- формирование навыка успешного взаимодействия в коллективе, чувства товарищества, целеустремленности, ответственности за общее дело;

- формирование у учащегося культуры здорового и безопасного образа жизни;
- воспитание уважения к родному языку, отечественной культуре;
- воспитание духовно-нравственных качеств, выражающихся в принятии учащимися моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- воспитание патриотизма, внутреннего стремления к добру, дружбе, взаимопомощи, красоте, миру;
- воспитание стремления посвящать свой труд, способности на благо общества.

### **Содержание обучения группы младшего состава**

#### **Тема 1. Введение в танец.**

##### **Теория 1 час**

Цели и задачи на предстоящий учебный год; правила танцевального этикета на занятиях и концертах;

инструктаж по выполнению правил техники безопасности в залах, раздевалках.

##### **Практика 1 час**

Повторение разученного материала:

выполнение разминочных и тренировочных упражнений.

#### **Тема 2. Партерная гимнастика.**

##### **Теория 1 час**

Последовательность и техника выполнения упражнений для развития выворотности, гибкости, растяжки, подъема: «Лягушка», «Черепашка», «Вытянутые стопы», «Скамеечка», «Горка», «Рыбка» «Гусеница», «Прищепка», «Уголок», «Нога к себе», «Буква М», «Подготовка к plie», «Подготовка к battementtendu", «Наклоны в стороны и вперед», «Качалка», «Разножка», «Relevant»

##### **Практика 5 часов**

Выполнение упражнений для развития выворотности, гибкости, растяжки, подъема, шага, укрепления мышц пресса из положений: сидя, лежа, на боку, на четвереньках.

Упражнения: «Руки на талии», «Кошечка», «Лодочка», «Змея», «Тик-так», «Повороты корпуса», махи в сторону на боку. «Гусеница», «Прищепка», «Уголок», «Нога к себе», «Буква М», «Подготовка к plie», «Подготовка к battementtendu", «Наклоны в стороны и вперед», «Качалка», «Разножка», «Relevant» вперед, «Подготовка к 1-й позиции», махи вперед лежа на спине, махи назад и в сторону на четвереньках, «Самолет».

#### **Тема 3. Классический танец.**

##### **Теория 1 час**

Танцевальная терминология второго года обучения.

Последовательность и техника исполнения классического экзерсиса второго года обучения.

##### **Практика 7 часов**

Позиции рук: позиции классического танца (I, II, III).

Позиции ног: «классические позиции» (I, II, III, IV), без тщательной выворотности. II, IV позиции – проходящие.

Plie.

исполнение движений экзерсиса:

батман тандю (Bt. tendu)

плие – релеве (Plie-releve) с р. ногой на 45°, 4/4 - 1т.

пор де бра (Port de bras) с малой растяжкой, муз. размеры 3/4, 4/4  
 релее лян (Releve lent)  
 Положение ноги на passe (выворотное и невыворотное).

Тема 4. Народно-характерный танец.

**Теория 1 час**

Последовательность и техника исполнения элементов русского народного танца.

**Практика 5 часов**

Элементы русского народного танца.

Раскрывание и закрывание рук: одной руки; двух рук;

поочередно раскрывания рук;

переводы рук в различные положения.

Тройные «перетопы».

«Ковырялочка»: с двойным притопом; с тройным притопом.

«Припадание»: в сторону по III невыворотной позиции; вперед и назад по I невыворотной позиции;

Боковые перескоки с ноги на ногу по III невыворотной позиции;  
 по I невыворотной позиции.

Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям).

«Веребочка» простая. «Ключ» простой (с переступаниями).

Шаг: естественный шаг, обыкновенный.

Ход по кругу простым шагом.

Реверансы.

Па галопа: по VI позиции (боком); по III позиции (вперед).

Па польки: вперед и назад; боковое.

Поочередное раскрывание рук – приглашение.

Движение рук с платком из подготовительного положения в 1-е положение и в 4-е, и в 5-ю позицию.

Тема 5. Современный танец.

**Теория 1 час**

Последовательность и техника исполнения движений современного танца.

Принципы правильного дыхания – диафрагмальное дыхание.

Понятия: «изоляция и музыкально-ритмическая координация».

**Практика 13 часов**

Развитие подвижности позвоночника: в положении сидя «contraction» и «release».

Расслабление и дыхание: обучение диафрагмальному дыханию происходит

сидя, упражнение «Надуй мяч».

Изоляция и музыкально-ритмическая координация: изолированные движения различных частей тела в определенной последовательности сверху вниз;

разучивание и исполнение координационных упражнений под усложненный ритм.

Вращения: подготовка к вращениям на одной и двух ногах.

Основные танцевальные шаги и прыжки: приставной шаг в сторону и вперед, «плетенка», твист.

Элементы взаимодействия и партнеринга: игра «Притяжение».

Тема 6. Символы России.

**Теория 1 час**

Официальные символы России: флаг, герб, гимн; трактовка цветов Российского флага;  
 понятия: «Геральдика»; «герб»; значение цветов герба; краткая история гимна РФ;

Неофициальные символы России: матрешка, балалайка, самовар, медведь, сушки и др.

**Практика 1 час**

Квест «Символы России»:

определение флага РФ из предложенных: Чешская Республика, Российская Федерация, Сербия, Франция, Нидерланды;  
 викторина «Российский герб»;  
 игра «Гимн России» (вписывание пропущенных слов с последующим исполнением);  
 игра «Кто больше» (поочередное перечисление неофициальных символов России).

Тема 7. «Хобби или призвание. Часы профориентации».

#### **Теория 1 час**

Понятие: «наставник», «наставничество». Необходимые качества учащегося-наставника, понятия: «личностные качества», «показатели в обучении», «индивидуальные достижения по направленности», «трудолюбие», «выдержка».

#### **Практика 3 часа**

Самостоятельное проведение учащимся под педагогическим наблюдением блока разминочных упражнений;

Самостоятельная под педагогическим наблюдением репетиционно-постановочная работа; оформление танцевальных номеров: макияж, костюмы.

Тема 8. Репетиционно-постановочная деятельность.

#### **Теория 1 час**

Связь движения с музыкальным оформлением.

Роль костюма в хореографической постановке.

Внешний облик, как одно из составляющих цельный художественный образ.

#### **Практика 29 часов**

Прослушивание и разбор музыкального материала изучаемого номера (размер, части, фразы, характер).

Разучивание рисунков танцев танцевальных композиций.

Поэтапное проучивание комбинаций по элементам (голова, корпус, руки, ноги, промежуточные позы).

Соблюдение интервалов и ровности.

Фиксация свободно выбранных рисунков из танцевальных номеров.

Развитие танцевальности: пластики,

Развитие танцевальности: музыкально-ритмических характеристик,

Развитие танцевальности: легкости исполнения,

Развитие танцевальности: силы и грации.

Отработка элементов танцев.

Оттачивание рисунков танца.

Формирование навыков актерского мастерства и сценической раскрепощенности, выразительности,

Освоение новых темпов, ритмов, техники движений в постановках.

Последовательное соединение выученных движений в единую композицию.

Воспитание чувства ансамбля, точности и слаженности действий,

Работа над культурой общения в танце и на репетициях.

Оттачивание рисунков танца.

Примерный репертуар:

«Равновесие»;

«Шпион, выйди вон»;

«Золотая Русь»;

«Весеннее настроение».

**Планируемые результаты обучения группы младшего состава**

**Личностные:**

- мотивация к занятиям танцевальным видом деятельности;
- готовность и способность саморазвитию и личностному самоопределению;
- познавательная активность, самостоятельность, стремление к самообразованию;
- проявление выразительности, эмоциональности, раскрепощенности, артистизма, фантазии, физической выносливости;
- адекватная самооценка учащегося;
- трудолюбие, дисциплина, способность применять в деятельности волевые ресурсы;
- способность художественно-эстетического осознания действительности;
- коммуникативная культура;
- проявление чувства товарищества, целеустремлённости, ответственности за общее дело;
- потребность в здоровом и безопасном образе жизни;
- уважение к родному языку, отечественной культуре;
- принятие моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- патриотизм, стремление к добру, дружбе, взаимопомощи, красоте, миру;
- стремление посвящать свой труд, способности на благо своей страны.

### **Метапредметные:**

#### **Коммуникативные**

- умение слушать и слышать друг друга в различных видах совместной танцевальной деятельности;
- умение с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами в различных видах танцевально-исполнительской деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; работать индивидуально и в группе, формулировать свое мнение.

#### **Регулятивные**

- овладение способами определения цели предстоящей танцевальной деятельности, планирования последовательности действий;
- умение планировать, анализировать учебную деятельность в процессе разучивания программных танцевальных композиций посредством активизации внимания;
- знание способов эмоциональной регуляции деятельности, проявляющейся в общении;
- умение выделять необходимую информацию из различных источников, включая электронные средства обучения.

#### **Познавательные**

- познавательный интерес к предметам сферы танцевального исполнительства;
- умение объяснять процессы, связи, выявляемые в ходе танцевальной деятельности;
- умение оценивать достигнутые результаты и адекватно их формулировать в устной форме;
- умение эмоционально оценивать танцевальные композиции;
- умение использовать информационно-коммуникационные технологии в образовательных целях.

### **Предметные:**

- владение углубленным навыком выполнения гимнастических элементов для развития выворотности, гибкости, растяжки, подъема, шага, укрепления мышц пресса;
- владение углубленным навыком исполнения классического и народно-характерного экзерсиса, прыжков;
- владение углубленным навыком исполнения трех программных танцевальных композиций на основе классической хореографии, элементов народного и современного танца;
- владение навыком подготовки к успешным сценическим выступлениям;
- знание истории возникновения, основных этапов развития, значение официальных символов РФ: флага, герба, гимна;
- владение начальным навыком профессиональных проб посредством участия в наставнической деятельности.