

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ТУЛЫ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ - ЛИЦЕЙ № 2 ИМЕНИ БОРИСА АНАТОЛЬЕВИЧА  
СЛОБОДСКОВА

Галкина ул., д.14, г.Тула, Тульская область, 300002

Тел/факс (4872) 49-82-93, тел. 49-83-22, 49-79-75, 49-06-48, 49-83-37

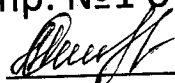
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
дополнительного образования учащихся  
Коллектив эстрадного танца "Ритм"

для уч-ся 9-10х классов

Составитель: Шошнева Д.М.

Рассмотрена:

1. На заседании кафедры воспитания  
пр. №1 от 26.08.2021 г.

 ( \_\_\_\_\_ )  
Подпись зав. кафедрой расшифровка подписи

2. НМС лицея, пр. № 1, от 26.08.2021 г.

Принята решением педсовета лицея,  
пр. №1 от 26.08.2021 г.

Утверждена

приказом № 268 - ОСН от 16.08.21 г.

Директор МБОУ - лицея №2

К.Г. Гончаров

2021



### **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Танец – один из наиболее ярких видов деятельности, его красочный и эмоциональный язык помогает развивать художественную и эмоциональную активность, учит красоте и выразительности, формирует фигуру, развивает физическую силу и выносливость. Общение с танцем учит слушать, воспринимать, оценивать музыку, развивает интерес и любовь к ней. В танце человек проявляет свою активность, энергичность, развивается его творческая фантазия, творческие способности, учится сам создавать танцевальные действия.

Занятия танцами, помогают физическому развитию, укрепляют здоровье, правильно формируется костно-мышечный аппарат, помогают избавиться от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Так же танцы несут в себе важный воспитательный характер. Коллективные выступления перед зрителем являются главным воспитательным средством, так как переживание успеха приносит танцору моральное удовлетворение, создаются условия для самореализации творческого потенциала; воспитывается чувство ответственности, дружбы, появляются новые друзья. Занятия танцем хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и в целом повышают трудовой и жизненный тонус.

Кроме этого, занятия танцами помогают снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитать в себе выносливость, скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом.

Программа коллектива эстрадного танца "Ритм" была разработана на 1 год обучения, для детей 15 и 17 лет. Данная программа ориентирована на концертную деятельность. Программа состоит из одного раздела: «современный танец».

Занятие делится на три части: подготовительную часть, основную часть и заключительную часть. Однако это не ограничивает вариативность проведения занятий. Они могут отличаться дозировкой частей занятия и движений, амплитудой и темпом исполнения движений.

Сознательное исполнение ускорит выработку мышечных ощущений (напряжение, расслабление). А также закрепление теоретического понимания и практического умения, что положительным образом скажется на качестве исполнения изучаемого материала.

Важная роль отводится музыкальному оформлению занятия. Действительно, устанавливая единый для всех темп и ритм исполнения движений, музыка несет функцию организатора. Однако этим ее влияние не ограничивается, возможности ее воздействия на личности гораздо шире и объемнее. Музыка является импульсом к танцу, дает эмоциональный заряд, помогает повысить работоспособность обучающихся, выработать характер, четкость и законченность исполнения танцевального движения.

#### Занятия проводятся:

Группа	Кол-во часов в неделю	Продолжительность одного учебного часа
Группа 1	10	45 минут

**ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ** – духовное и физическое развитие, раскрытие индивидуальных возможностей личности ребенка посредством хореографического искусства, достижение осознанного и качественного исполнения движений.

#### **ЗАДАЧИ ОБУЧЕНИЯ:**

- Обучение музыкально-ритмическим навыкам – развитие ритмического чувства, ладового, звуко-высотного и внутреннего слуха и произвольной музыкальной памяти,
- Формирование навыков правильного и выразительного движения в области современной хореографии – воспитание естественной двигательной реакции на музыку, развитие мышц ребенка,
- Обучение детей приемам актерского мастерства – развитие образного мышления ребенка, развитие чувства

раскрепощённости в коллективной деятельности,

- Организация постановочной работы и концертной деятельности (разработка и разучивание танцевальных композиций и номеров участие детей в концертах),
- Расширение общего кругозора и специальных знаний (знакомство с историей хореографии, приобщение ребенка к лучшим классическим образцам мировой музыкальной культуры).
- Развитие физических качеств (ловкости, быстроты, гибкости, функций равновесия, прыгучести, выносливости),
- Развитие ритмической координации,
- Развитие сценического движения и эстетики,
- Развитие артистизма и эмоциональных качеств,
- Обучение детей приемам самостоятельной и коллективной работы, взаимоконтроля и самоконтроля,
- Организация поиска новых познавательных ориентиров – организация творческой деятельности, самостоятельного получения знаний,
- Развитие у детей активности и самостоятельности в общении,
- Воспитание гражданской позиции и патриотизма,
- Воспитание настойчивости, чувства прекрасного,
- Воспитание качеств: товарищества, достоинства и чести, чувства долга и ответственности, дисциплинированности, скромности и требовательности к себе,
- Воспитание культуры поведения и основ этикета,
- Привитие необходимых гигиенических навыков,
- Формирование общей культуры личности ребенка, способной адаптироваться в условиях современного общества.

В конце учебного года проводятся итоговые занятия, на которых отмечается уровень развития каждого ребенка, выявляется степень подготовленности детей, с учетом которых обучающиеся распределяются по группам на следующий год обучения.

Во время обучения в объединении «Русь» учащимися осуществляется концертная деятельность. Количество данных мероприятий зависит от степени подготовленности группы.

**Знания, умения, навыки по итогам прохождения программы:**

- Ø формирование правильной постановки корпуса;
- Ø укрепление мышечного аппарата;
- Ø развитие координации движений;
- Ø овладение центром тяжести и ориентацией в пространстве;
- Ø развитие чувства ритма;
- Ø работа в коллективе;
- Ø умение выполнить заданное движение соотносимо с темпом и характером музыкального сопровождения;
- Ø формирование устойчивой мотивации к занятиям танцами.

**УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
**Группа 1 (216 часов в год)**

	<b>Наименование разделов и тем</b>	<b>Всего часов</b>	<b>Теоретические занятия</b>	<b>Практические занятия</b>	<b>Формы контроля/аттестации</b>
1.	Вводное занятие	3	0,2	2,8	Педагогическое наблюдение
2.	Современный танец	213			Педагогическое наблюдение
	Итого	216			

**Содержание программы:**

**1.Вводное занятие.** Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения на уроке.

**Теория:** Прослушивание инструкции по технике безопасности на занятиях. Изучение структуры занятия, обсуждение формы для занятий.

**Практика:** изучение поклона, выстраивание обучающихся в определенные рисунки, для дальнейшего изучения танцевальной лексики.

**Формы контроля:** педагогическое наблюдение.

**2.Современный танец.**

**Теория:**Особенности исполнения упражнений направленных на развитие профессиональных данных обучающихся.

**Практика:** Упражнения для головы и корпуса. Постановка корпуса на середине зала; повороты и наклоны головы; положение рук на бедре, в стороны на уровне плеч; круговые движения рук; наклоны корпуса. Упражнения для развития мышц брюшного пресса; упражнения для развития гибкости. Упражнения для развития танцевального шага. Изучение основных элементов современного танца.

**Формы контроля:** педагогическое наблюдение.

### **ФОРМЫ КОНТРОЛЯ И АТТЕСТАЦИИ УЧАЩИХСЯ**

Для эффективного и качественного обучения детей, в процессе реализации программы используются входной, текущий, промежуточный контроль результативности обучающихся и образовательного процесса.

Цель контроля обучающихся: систематическое отслеживание результатов образовательного процесса с целью управления его качеством, повышения эффективности создания условий для развития и реализации творческих способностей учащихся.

Виды контроля:

1. Входной (прогностический) контроль (проводится при наборе или на начальном этапе формирования группы).
2. Текущий контроль (проводится в течение всего учебного года, после прохождения больших тем программы).
3. Промежуточная аттестация (ежегодно в конце года).
4. Итоговая аттестация (по окончании образовательной программы).

### **ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Учебный процесс по программе предполагает использование на занятиях различное материально-техническое обеспечение, специализированные помещения и классы, оснащенные необходимым оборудованием: хореографический класс, спортивный (гимнастический) зал, зрительный зал (сцена).

1. Дополнительная образовательная программа.
2. Вспомогательные средства:
  - Музыкальный центр;
  - Флэшки с музыкальным материалом;
  - Диски записями.
3. Электронные средства образовательного назначения.
  - Презентация к занятию «Истоки современной хореографии».
4. Наглядные пособия.
  - Распечатка описания устройства сцены;

- Распечатка описания позиций ног;
- Распечатка описания позиций рук.

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

В 2018-2019 учебном году занятия объединения «Русь» проводятся на базе МБОУ- Лицей №2. Возраст детей 16-17 лет. Занятия проводятся два раза в неделю по 3 часа, с продолжительностью часа равного 45 минутам.

### КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

По программе «Русь»

Группа 1

на 2020-2021 учебный год

№ п/п	Тема учебно-тематического плана	Тема занятия	Дата проведения занятия	Количество часов		Форма занятия	Форма контроля	Примечание
				Теоретических	Практических			
1.	Вводное занятие	Инструктаж по ТБ.	3.09	0.2	2.8	Занятие сообщения и усвоения новых знаний	Педагогическое наблюдение	
2.	Современный танец	Разминка в характере современного танца	5.09	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	



3.	Современный танец	История возникновения современного танца	10.09	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
4.	Современный танец	Техника изоляции	12.09	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
5.	Современный танец	Основные шаги	17.09	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
6.	Современный танец	Разминка в характере современного танца	19.09	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
7.	Современный танец	Основные положения корпуса	24.09	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
8.	Современный танец	Изучение позиций рук джазового танца	26.09	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
9.	Современный танец	Изучение позиций ног джазового танца	1.10	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
10.	Современный танец	Разминка в характере современного танца	3.10	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
11.	Современный танец	Изучение элементов джазового танца	8.10	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
12.	Современный танец	Основные положения корпуса в джазовом танце	10.10	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
13.	Современный танец	Прыжки	15.10	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	

14.	Современный танец	Повороты на трех шагах	17.10	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
15.	Современный танец	Разминка в характере современного танца	22.10	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
16.	Современный танец	Знакомство со строением музыкального материала	24.10	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
17.	Современный танец	Изучение танцевальных движений	29.10	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
18.	Современный танец	Соединение движений в танцевальные композиции	31.10	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
19.	Современный танец	Соединение движений в танцевальные композиции	7.11	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
20.	Современный танец	Разминка в характере современного танца	12.11	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
21.	Современный танец	Соединение движений в танцевальные композиции	14.11	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
22.	Современный танец	Соединение движений в танцевальные композиции	19.11	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
23.	Современный танец	Соединение движений в танцевальные композиции	21.11	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
24.	Современный танец	Соединение движений в танцевальные композиции	26.11	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	

25.	Современный танец	Разминка в характере современного танца	28.11	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
26.	Современный танец	Работа над музыкальностью	3.12	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
27.	Современный танец	Работа над техникой исполнения движений	5.12	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
28.	Современный танец	Работа над техникой исполнения движений	10.12	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
29.	Современный танец	Работа над техникой исполнения движений	12.12	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
30.	Современный танец	Разминка в характере современного танца	17.12	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
31.	Современный танец	Работа над синхронностью исполнения движений	19.12	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
32.	Современный танец	Повторение пройденного материала	24.12	0.2	2.8	Занятие закрепления ЗУН	Педагогическое наблюдение	
33.	Современный танец	Стили современного танца. Хаус	26.12	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
34.	Современный танец	Стили современного танца. Хип- хоп	9.01	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
35.	Современный танец	Разминка в характере современного танца	14.01	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	

36.	Современный танец	Работа над синхронностью исполнения движений	16.01	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
37.	Современный танец	Отработка четкости рисунков построений и перестроений	21.01	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
38.	Современный танец	Стили современного танца. Джаз-фанк	23.01	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
39.	Современный танец	Изучение танцевальных элементов в стиле хаус	28.01	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
40.	Современный танец	Разминка в характере современного танца	30.01	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
41.	Современный танец	Работа над синхронностью исполнения движений	4.02	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
42.	Современный танец	Отработка четкости рисунков построений и перестроений	6.02	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
43.	Современный танец	Изучение танцевальных элементов в стиле хаус	11.02	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
44.	Современный танец	Изучение танцевальных элементов в стиле хип-хоп	13.02	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
45.	Современный танец	Разминка в характере современного танца	18.02	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
46.	Современный танец	Работа над синхронностью исполнения движений	20.02	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	

47.	Современный танец	Изучение танцевальных элементов в стиле хип-хоп	25.02	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
48.	Современный танец	Изучение танцевальных элементов в стиле джаз-фанк	27.02	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
49.	Современный танец	Изучение танцевальных элементов в стиле джаз-фанк	4.03	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
50.	Современный танец	Разминка в характере современного танца	6.03	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
51.	Современный танец	Работа над синхронностью исполнения движений	11.03	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
52.	Современный танец	Воупсе– в танце хип –хоп	6.03	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
53.	Современный танец	Воупсе– в танце хип –хоп	11.03	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
54.	Современный танец	Обратный «кач»- вверх.	13.03	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
55.	Современный танец	Разминка в характере современного танца	18.03	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
56.	Современный танец	Работа над синхронностью исполнения движений	20.03	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
57.	Современный танец	Отработка четкости рисунков построений и перестроений	25.03	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	

58.	Современный танец	Обратный «кач»- вверх	27.03	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
59.	Современный танец	Shamrock–в танце хип-хоп	1.04	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
60.	Современный танец	Разминка в характере современного танца	3.04	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
61.	Современный танец	Shamrock–в танце хип-хоп	8.04	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
62.	Современный танец	Twostep–в танце хип -хоп	10.04	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
63.	Современный танец	Twostep–в танце хип -хоп	15.04	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
64.	Современный танец	Jacking в танце хаус	17.04	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
65.	Современный танец	Разминка в характере современного танца	22.04	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
66.	Современный танец	Работа над синхронностью исполнения движений	24.04	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
67.	Современный танец	Отработка четкости рисунков построений и перестроений	29.04	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
68.	Современный танец	Jacking в танце хаус	6.05	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	

69.	Современный танец	Footwork в танце хаус	8.05	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
70.	Современный танец	Разминка в характере современного танца	13.05	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
71.	Современный танец	Работа над синхронностью исполнения движений	15.05	0.2	2.8	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение	
72.	Современный танец	Повторение пройденного материала	20.05	0.2	2.8	Занятие закрепления ЗУН	Педагогическое наблюдение	
Всего: 216 часов				14,4	201,6			