

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ ГОРОДСКОГО  
ОКРУГА ГОРОД НЕФТЕКАМСК РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН**

Принята на заседании  
методического совета  
от «31» 08 2017 г.  
Протокол № 1



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУДО Дворец творчества  
Г.Н. Зайруллина  
от  
2017 г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Эстрадно-спортивный танец»**

Направленность - физкультурно-спортивная  
Возраст обучающихся: 6-16 лет  
Срок реализации программы: 4 года

Автор-составитель:  
Мерзлякова Дарья Викторовна,  
педагог дополнительного образования

г. Нефтекамск – 2017г.

## **I. Пояснительная записка**

Танцевальное искусство с незапамятных времен занимало в жизни человека важное место. Создаваясь на протяжении многих столетий, танец стал подлинной художественной энциклопедией социальной жизни народа. В процессе обучения развиваются физические данные учащихся, формируются необходимые технические навыки. Искусство танца – это синтез эстетического и физического развития человека. Образность, различный характер музыки, многообразие её жанров повышает эмоциональность детей, питает воображение.

Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость. Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учит понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие. Программа направлена на гармоничное развитие личности, на формирование у воспитанников танцевальных навыков, что способствует повышению общей культуры ребенка.

**Направленность** данной программы – физкультурно-спортивная.

**Актуальность программы.** В последние годы в нашей стране большой популярностью пользуются спортивные танцы, которые основаны на сочетании гимнастики и акробатики. В процессе занятий наряду с задачами общего физического развития, оздоровления детей решаются задачи эстетического воспитания. Музыка, хорошо подобранная к движениям, помогает занимающимся закреплять мышечное чувство, а слуховым анализаторам запоминать движение в связи со звучанием музыкальных отрывков. Все это постепенно воспитывает музыкальную память, закрепляет привычку двигаться ритмично. Музыкально-ритмические занятия имеют и большое оздоровительно-гигиеническое значение. Музыкальный ритм организует движения, повышает настроение. Положительные эмоции вызывают стремление выполнять движения энергичнее, что усиливает их воздействие на организм, способствует повышению работоспособности, а также оздоровлению и активному отдыху.

**Отличительные особенности программы.**

Программа разработана на основе типовой учебной программы «Акробатика» (М.: Советский спорт, 1991 год) авторами заслуженные тренеры РСФСР Анцупов Е.А. и Филиппова Г.С. Особенность данной программы заключается в том, что она рассчитана на 4 года обучения и строится на принципах и правилах элементов гимнастики, акробатики и хореографии. Весь учебный материал распределен в соответствии с возрастными особенностями обучающихся по этапам, с расчетом на последовательное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

**Педагогическая целесообразность.**

Программа ориентирована на развитие общей физической и эстетической культуры обучающихся, возможность творческого самовыражения и импровизации, развитие художественного вкуса, навыков эстетической оценки произведений искусства и своего творчества. Приобщение обучающихся к танцевальному искусству способствует развитию у них потребности в искусстве как источнике духовного обогащения. Сила искусства в том, что оно влияет на чувства, через них прокладывая путь к разуму. Программа «Эстрадно-спортивный танец» способствует укреплению здоровья, формированию основ гигиены и здорового образа жизни. Спортивно-оздоровительная деятельность является частью системы формирования личности, таких её черт характера, как целеустремленность, дисциплинированность, ответственность, трудолюбие. Программа способствует профессиональному самоопределению.

**Цель программы:** приобщение обучающихся к искусству танца и спорту, развитие их художественного вкуса, навыков выполнения танцевальных упражнений.

**Задачи программы:**

*Обучающие:*

- приобретение определенных знаний о танцевальном искусстве;
- обучение детей основам хореографии;
- формирование навыков выполнения танцевальных упражнений;
- обучение выразительности и пластичности движений;
- укрепление здоровья.

*Развивающие:*

- развитие самостоятельности, фантазии, умения разрабатывать новые танцевальные движения и сюжеты;
- способствование развитию физических качеств (гибкости, быстроты, ловкости, силы, координации, выносливости) и психических (восприятия, внимания, ощущения, и другие), необходимых для успешного овладения упражнениями различной сложности, двигательных умений и навыков.

*Воспитательные:*

- воспитание музыкального вкуса и любви к искусству танца;
- формирование общественной активности личности, гражданской позиции, культуры общения и поведения в социуме;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости;
- формирование навыков здорового образа жизни, морально-волевых качеств;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование мотивации к творческому труду.

**Контингент обучающихся:** программа предназначена для работы с детьми 6-16 лет.

Зачисление осуществляется при желании ребенка по заявлению его родителей. К занятиям хореографией допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.

6-8 лет - один из переломных этапов в развитии ребенка. Кризис семи лет, который называют периодом рождения социального «я», связан с осознанием ребенком своего места в мире общественных отношений, открытием новой социальной позиции — позиции школьника. Формирование новой позиции меняет самосознание, приводит к переоценке ценностей. Ребенок размышляет, прежде чем действовать, у него появляется осознание того, что принесет ему осуществление той или иной деятельности — удовлетворение или неудовлетворенность.

9 -10 лет – очередной возрастной период ребёнка. В этот период в психике ребёнка происходят существенные изменения. К этому возрасту у него уже сформированы определённые житейские понятия, но продолжается процесс перестраивания сложившихся ранее представлений на базе усвоения новых знаний, новых представлений об окружающем мире. Школьное обучение способствует развитию его теоретического мышления в доступных для этого возраста формах. Благодаря развитию нового уровня мышления происходит перестройка всех остальных психических процессов, по словам Д. Б. Эльконина, "память становится мыслящей, а восприятие думающим".

11-12 лет – самое начало переходного возраста. Этот период характеризуется едва заметными, но вполне серьезными изменениями в психологии и физиологии ребенка. Окончанием пубертатного периода станет отдельная личность, полностью сформировавшийся человек, которым станет ребенок. В переходном возрасте необходимо уделять ребенку особое внимание, запастись терпением, любовью и пониманием, чтобы вместе преодолеть все сложности роста.

Средний школьный возраст (13-14 лет) - это переход от детства к юности. Отмечается новый уровень самосознания, стремление понять себя и других, неустойчивая самооценка, развитие познавательных интересов характеризуется переходом к абстрактному мышлению, развивается возможность строить умозаключение. Подросток стремится стать интересным человеком для сверстников. Поэтому этому возрасту характерна потребность в неформальном, доверительном общении со взрослыми.

Старший школьный возраст (15-16 лет) характеризуется обращенностью в будущее - это основная потребность этого возраста. Формируется более целостное представление о себе, более спокойный эмоциональный уровень общения со сверстниками, потребность в неформальном доверительном отношении со взрослыми. Происходит серьезное погружение в свой собственный внутренний мир. Идет поиск жизненного пути. В этом возрасте ребята нуждаются в помощи старших. Определяется его гражданская позиция и место в обществе. Формируется готовность к личностному и профессиональному самоопределению.

**Срок реализации программы:** 4 года.

**Форма организации образовательной деятельности:** групповая.

**Занятия проводятся в разновозрастных группах (разновозрастных), численный состав группы-15 человек.**

**Режим занятий:**

1-й год обучения: занятия проводятся 1 раз в неделю, по 1 часу, 36 часов в год.

1-й год обучения: занятия проводятся 2 раза в неделю, по 2 часа, 144 часа в год.

2-й год обучения: занятия проводятся 3 раза в неделю, по 2 часа, 216 часов в год.

3-й год обучения: занятия проводятся 3 раза в неделю, по 2 часа, 216 часов в год.

4-й год обучения: занятия проводятся 3 раза в неделю, по 2 часа, 216 часов в год.

**Объем программы:** общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы составляет 792 часа.

**Формы обучения и виды занятий:** практикумы, экскурсии, встречи с выпускниками объединения, совместная деятельность педагога и обучающихся по разработке проектов танцевально-акробатических композиций, мастер-класс, концерт, викторина, конкурс.

**Формы подведения итогов реализации программы:** собеседование, игровые конкурсы, открытые и зачётные занятия (по полугодиям), контрольные задания с самостоятельным решением творческих задач, защита творческого проекта.

Основными критериями оценки освоения программного материала остаются результаты участия в хореографических фестивалях и конкурсах муниципального, республиканского, всероссийского и международного уровней, а также активное участие в концертных мероприятиях учреждения, города, поступление выпускников в учебные заведения хореографической направленности.

## **1. Нормативно-правовые документы**

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа».
3. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (ФГОС НОО).
4. Целевая программа «Развитие образования Республики Башкортостан на 2012-2017 годы».
5. Концепция развития дополнительного образования детей от 04.09.2014 г. № 1726-р.
6. Конвенция ООН о правах ребёнка.
7. СанПиН 2.4.4.3172-14
8. Устав МАУДО Дворец творчества.
9. Примерные требования к программам дополнительного образования детей. Письмо Департамента молодежной политики, воспитания и социальной защиты детей Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844.

## **2. Основной список**

1. Андреева Ю. Танцетерапия. – СПб.: Издательство «ДИЛЯ», 2005.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. – СПб.: «ЛЮКСИ», «РЕСПЕКС». – 1996.
3. Ваганов А.С. Основы хореографии. – М.; Л.: Искусство, 2010 г.
4. Богоявленская Т. Дополнительная образовательная программа танцевального ансамбля «Санта лючия», - Москва, 2009.
5. Ладыгин Л.А. Музыкальное оформление уроков танца. – М.: ЗНУИ, 2011 г.
6. Карташова Н.Н., Воспитание танцем. – Челябинск, 2010 г.
7. Коркин В.П. Обязательная программа по акробатике. - Минск, 1992.
8. Шипилина И.А. Хореография в спорте.: Феникс; Ростов-на-Дону, 2004.

## **3. Дополнительный список**

1. Дункан А. Искусство современного танца. Пробный урок. - М.; Л.: Искусство, 2010 г.
2. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика. – М.: Изд-во «ГИТИС», 2000.
3. Обучающая программа на DWD «Учимся танцевать» под рук. Косолаповой С., I, II, III части, 2014 г.
4. Смирнов И.В. Искусство балетмейстера: Учеб. пособие для студентов культ.-просвет, фак. Вызов культуры и искусств. – М., просвещение, 1986.
5. Мастер классы по современной хореографии на DWD, Санкт-Петербург, 2012 г.
6. Мастер-классы по современной хореографии на DWD, Москва, 2012 г.
7. Журнал «Danc», ноябрь 2008, №1.

## **4. Интернет-ресурсы**

1. <http://www.horeograf.com/new/otkrytie-novogo-sajta-xoreograf-onlajn.html>
2. <http://ok.ru/horeograf.com/topics/-1163435459>