

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования и науки Брянской области

Отдел образования Клинцовской городской администрации

МБОУ-гимназия № 1 им. Ю.А.Гагарина г. Клинцы

РАССМОТРЕНО

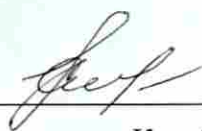
руководитель кафедры
физического воспитания и
творчества

Походина И. В.

протокол № 1
от «29» 08 2026г.

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора
по УВР


Кусей Л.А.

от «01» 09 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор гимназии № 1
им.Ю.А.Гагарина

Пчеленок А.Г.

приказ №
от «01» 09 2026 г.

**Рабочая программа
внеурочной деятельности
танцевального кружка «Рандеву»**

Клинцы 2026

Рабочая образовательная программа

Руководитель: Чекед Тамара Николаевна

1. Пояснительная записка

Каждая эпоха требует активной целенаправленной работы с подрастающим поколением, требует новые формы и методы воспитания и обучения, такие которые отвечают настоящему времени. Воспитание личности, способной действовать универсально, владеющей культурой социального самоопределения, обладающих самостоятельностью при выборе видов деятельности и умеющих выразить свой замысел в творческой деятельности.

На современном этапе развития российское общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ сориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья детей.

Учитывая требования современного дополнительного образования, была создана модифицированная образовательная программа. Данная комплексная программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей:

- развитие мотивации детей к познанию и творчеству;
- содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе;
- приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусству;
- сохранение и охрана здоровья детей.

Искусство танца близко детям и любимо ими, и обычно дети систематически посещают занятия в течении длительного времени, проявляя настойчивость и усердие в приобретении танцевальных навыков и знаний.

Цели и задачи обучения:

Цель программы – развитие индивидуальных возможностей и творческих способностей детей, профессиональная ориентация, а также адаптация к условиям современной жизни.

Для реализации поставленной цели решаются **задачи** различного характера:

Образовательные – овладение детьми основами хореографического мастерства:

- организация постановочной и концертной деятельности;

Развивающие:

- развитие у детей способностей к самостоятельной и коллективной работе;

- развитие мотивации на творческую деятельность;

Воспитательные:

- создание крепкого, дружного коллектива, создание условий для общения;

- адаптация к современной жизни.

Принципы, используемые при работе:

Принципы личностного подхода - опираясь на индивидуальность каждого ребенка, на реальный уровень волевых, эмоциональных, физических, творческих, возрастных особенностей.

Программа делится на три этапа:

Подготовительный этап – он может длиться от года до трех-четырех лет, в зависимости от физических и творческих особенностей ребенка.

Основной этап рассчитан на пять лет и решает задачи развития и формирования их творческого потенциала, повышения техники исполнения танца. На этом этапе по – необходимости используются индивидуальные методы работы с особо одаренными детьми.

Заключительный этап - старшая группа, длится до окончания школы.

Ожидаемый результат: в зависимости от возрастной группы и этапа освоения программы – развитие творческой активности, ассоциативного мышления, памяти, воображения, умения выразить свои чувства, развитие коммуникативных способностей, умения импровизировать, освоения основными танцевальными движениями; развитие индивидуальности, приобретение преподавательских навыков при работе, в качестве - помощника руководителя коллектива.

На каждый год обучения дается материал по следующим разделам:

1. Азбука музыкального движения;
2. Элементы классического танца (экзерсис у станка);
3. Элементы народного танца;
4. Элементы современного танца;
5. Элементы историко-бытового танца;

6. Элементы бального танца;
7. Танцевальная импровизация.

Набор ребят осуществляется в три возрастные группы: старшую, среднюю, младшую.

Режим занятий и возраст

Для 1 года обучения (возраст детей 12 - 13 лет) занятия проводятся по 2 ак.ч. (72 ак.ч.) или 4 ак.ч. (144 ак.ч.) в неделю.

Для 2 года обучения (возраст детей 13 - 14 лет) занятия проводятся по 4 ак.ч. в неделю.

Для 3,4,5 года обучения (возраст детей 14 - 17 лет) – по 6 ак.ч. в неделю (216 ак.ч.).

Количество детей в группе по годам обучения: 1-й год – 15; 2-ой год – 12; 3-й и 4-ый год - 10.

Отчет работы танцевального коллектива идет в виде концертных выступлений.

У младшей группы не более двух раз в год. У средней и старшей не более пяти раз, так как подготовки к концертам занимают очень много времени и сил, снижая уровень исполнительской работы.

В мероприятия воспитательного характера входят проведение отчетных концертов, выступления ребят в школе, клубе, в дни празднования значительных дат, шефство старших над младшими, их помощь в постановках танцев. И что очень важно, что элементы творческих способностей, развивающиеся в условиях работы ученика в коллективе, обретают стабильный характер и проявляются в других сферах деятельности.. Организационная работа заключается в составлении расписаний, ведении журнала посещаемости, составлении тематических планов беседе с родителями, изысканием кассет с необходимой танцевальной музыкой, подбором, пошивом, моделированием костюмов, изысканием средств на них и т.д.

Руководитель имеет право регулировать расписание занятий, переносить занятия единовременно по обстоятельствам.

2. Программа

Содержание программы Первый год обучения

Цель: знакомство с основами хореографического искусства, формирование танцевального интереса.

Задачи:

- овладение понятийным аппаратом;
- постановка корпуса;
- приобретение навыков исполнения основных упражнений у станка;
- развитие координации, пространственной ориентации.

Занятия у станка.

1. Постановка корпуса, рук, головы.
2. Позиции ног 1,2,3,4,6.
3. Подготовка к началу движения – препарасьон.
4. Лицом к станку (батман тандю- вперед и в сторону).
5. Подготовка к веревочке.
6. Подготовка к полуприсядкам – лицом к станку.

Занятия на середине зала

Обучение детей 7-8 летнего возраста начинается с упражнений по ориентировке в пространстве:

Маршировка в темпе и ритме музыки, шаг на месте, в повороте вправо, влево.

Маршировка в построении в колонну, в шеренгу, по кругу и т.д.

Освоение танцевального шага, шаг с носка на пятку, шаги на полупальцах.

Специфика танцевального шага, бега.

Выработка осанки, опоры, выворотности.

Элементы народно-сценического танца.

Русский танец. Характерные положения рук в сольном, групповом танце в хороводах, рисунки хороводов. Шаги танцевальные с носка, простой шаг, переменный. Притопы: двойной притоп, тройной. Припадание на месте с продвижением в сторону, исходная, свободная 3-я позиция, поднявшись на полупальцы. Ковырялочка простая, без подскока. Полуприсядка. Хлопки в ладоши, по бедру (одинарные). Вращение на подскоках по $1\frac{1}{4}$ круга на двух подскоках.

Элементы белорусского танца. Ход в полуприседание, притопы в полуприседании.

Элементы современного танца: движения для разогрева мышц шеи, наклоны вперед, назад, вправо, влево. Движения головы. Движения плечами: поочередно поднимаем правое, левое, спина прямая. Круговые движения плечами поочередно и вместе – вперед, назад.

Движение корпусом. Сильно прогибаем спину, выгибаем грудную клетку и возвращаемся в исходное положение.

Второй год обучения

№	Содержание и виды работы	Общее количество часов	Теория	Практика
1	Специальная танцевально-художественная работа:			
	- постановочная	15	2	13
	- репетиционная	15	2	13
2	Учебно-тренировочная работа:			
	1. азбука музыкального движения	15	2	13
	2. элементы классического танца	35	4	31
	3. элементы народного танца	36	4	32
	4. элементы современного танца	25	5	20
	5. элементы историко-бытового танца	20	6	14
	6. элементы бального танца	20	5	15
	7. танцевальная импровизация	10	2	8
3	Мероприятия воспитательно-познавательного характера:			

Содержание программы

Второй год обучения

Цель: расширение знаний в области хореографического искусства.

Задачи:

- Дальнейшее изучение экзерсиса у станка;
- Овладение исполнительскими приемами более сложной координации;
- Развитие выносливости при исполнении движений в быстром темпе;
- Формирование навыков парного танца.

Занятия у станка.

1. Деми плис (выворотное, лицом к станку).

2. Гранд плис.

3. Батман тандю:

С деми плис;

С подъемом пятки опорной ноги.

4. Батман фондю (низкие развороты).

Подготовительное упражнение;

На 45 градусов.

5. Подготовка к «веревочке»;

с подъемом на полупальцы.

6. Гранд батман.

7. Пор де бра (наклоны и перегибы корпуса).

лицом к станку.

8. Прыжки с 3 позиции на 3 (лицом к станку).

Занятия на середине зала

Исполнение учебно-танцевальных комбинаций, способствующих развитию ощущения позы, амплитудности и законченности движения: осваиваются простые элементы русского, белорусского, молдавского народных танцев, украинского.

Третий год обучение

№	Содержание и виды работы	Общее количество часов	Теория	Практика
1	Специальная танцевально-художественная работа: - постановочная - репетиционная	25 30		25 30
2	Учебно-тренировочная работа. 1. азбука музыкального движения 2. элементы классического танца 3. элементы народного танца 4. элементы современного танца 5. элементы историко-бытового танца 6. элементы бального танца 7. танцевальная импровизация	3 30 40 20 20 16 6	2 2 3	3 28 38 20 17 16 6
3	Мероприятия воспитательно-познавательного характера:			

Содержание программы

Третий год обучения

Цель: выявить реальный уровень танцевальной культуры и устойчивости интереса учащихся к хореографии.

Задачи: исполнение новых и ранее изученных упражнений у станка в более быстром темпе; раскрытие эмоционального потенциала.

Занятия у станка

- Батман тандю с 5 позиции во всех направлениях;
- Батман фразпе во всех направлениях;
- Гранд батман жете на 60 градусов вперед, в сторону;
- Гранд плиз;
- Низкий «голубец»;
- Разножка в воздухе;
- Прыжки с 5 позиции на 5, лицом к станку.

Занятия на середине зала

Гранд плиз по 1,2,5 позициям.

Работа рук по позициям.

Прыжки с 3 на 3 позиции (руки в подготовительн.)

Элементы народно-сценического танца.

Русский народный танец: положение рук в парном танце, переводы рук в различные положения.

Ходы:

- Переменный шаг с каблука;
 - Припадание вперед, в сторону, на месте.
 - Девичий шаг с переступанием;
 - Дробь с подскоком на месте и с продвижением вперед.
- «Веревочка» простая и с переступанием.
- «Ключ» – простой и дробный.

Четвертый год обучения

№	Содержание и виды работы	Общее количество часов	Теория	Практика
1	Специальная танцевально-художественная работа: - постановочная - репетиционная	 30 30	 2 2	 28 28
2	Учебно-тренировочная работа. 1. азбука музыкального движения 2. элементы классического танца 3. элементы народного танца 4. элементы современного танца 5. элементы историко-бытового танца 6. элементы бального танца 7. танцевальная импровизация	 2 30 43 20 20 20 3	 2 2 2 3 2	 28 41 20 17 18 3
3	Мероприятия воспитательно-познавательного характера:			

Содержание программы

Четвертый год обучения

Цель: расширение знаний в области народной хореографии, посредством обогащения танцевального опыта детей и их самостоятельной творческой деятельности.

Задачи:

- усложнение техники танца;
- развитие творческих способностей самостоятельно решать творческие задачи.

Элементы классического танца.

Обобщение полученных практических навыков и знаний. Типы координации: однонаправленные, разнонаправленные, одновременные. Типы прыжков (с двух ног на две, с одной ноги на другую, с двух ног на одни и с одной на две). Повторяются все пройденные элементы движений в различных комбинациях в более быстром темпе.

Деми плис по 4 позиции;

Гранд плис по 1,2,3,4,5 позициям;

Батман тандю по 1,5 позициям по 3 направлениям;

Элементы народно-сценического танца.

Вращения по диагонали, по кругу, на месте, на подскоках.

Присядка «разножка» на 1 свободной позиции простая и с переворотом.

Украинский танец: «веревочка» на месте, с продвижением назад, с поворотом.

Ходы «бигунец», «тынок», «выхилясник», «голубец».

Латышский танец – характерные шаги, позы, положения рук, головы, позы в паре.

Историко-бытовые танцы: Полонез, Мазурка, Минуэт, Полька, Гавот.

Бальный танец: «Медленный вальс», «Правый и левый повороты».

Пятый год обучения

№	Содержание и виды работы	Общее количество часов	Теория	Практика
1	Специальная танцевально-художественная работа:			
	- постановочная	35	3	32
	- репетиционная	35	3	32
2	Учебно-тренировочная работа.			
	1. азбука музыкального движения	2		2
	2. элементы классического танца	20	2	18
	3. элементы народно-сценического танца	30	2	28
	4. элементы современного танца	40	2	38
	5. элементы историко-бытового танца	10	2	8
	6. элементы бального танца	20		20
	7. танцевальная импровизация	2		2
3	Мероприятия воспитательно-познавательного характера:			

Содержание программы

Пятый год обучения

Цель: усиление творческой активности, профессиональная ориентация.

Задачи:

- расширение рамок самостоятельной деятельности;
- создание условий для творческой интерпретации полученных знаний.

Станок

1. Деми плис и гранд плис с различными положениями и движениями рук;
2. Каблучный батман тандю;
3. Батман тандю на 90 градусов;
4. Упражнения для бедра с подъемом на полупальцы;
5. Голубец с одним ударом одной ногой, с одним ударом двумя ногами.

Занятия на середине зала.

Исполняются развернутые танцевальные комбинации из изученных движений, развивающих технику и выразительность танца.

Изучаются элементы итальянского, испанского сценического танцев. Уделяется внимание нюансам постановки корпуса, характерным движениям рук, головы, приемам соединения движения.

Изучается венгерский танец. Ход «Чардаша», шаги, перескоки. Вращения в паре.

Молдавский танец – «Молдавеняска», «Хора».

Русский танец – добавляются сложные дроби, вертушки. Для ребят – разножки в прыжке, ползунки.

Элементы историко-бытового танца.

Характер движений, входящих в танцы, построенные на вальсе (балансе, вальсовая дорожка, «до – за – до»).

Элементы современного танца по выбору учащихся.

Учебно-материальная база:

- актовый зал гимназии размером 300 кв. м;
- половое покрытие (деревянный пол);
- фортепиано;
- ноутбук;
- видеомэгнитофон;
- видеокассеты;
- акустическая аппаратура;
- костюмерная 12 кв.м.

Обеспечение санитарно-гигиенических норм и правил техники безопасности

1. Тщательная влажная уборка помещения.
2. Проветривание.
3. Соблюдение режима обучения и перерывов.
4. Проведение занятий по технике безопасности.

5. Ожидаемые результаты.

В результате освоения программы 1 года обучения дети должны овладеть коммуникативным навыком, осознать свою значительность в коллективе, должны

знать:

- позиции рук и ног;
- названия классических движений;
- первичные сведения об искусстве хореографии.

уметь:

- воспринимать движение, как символ прекрасного, свободного способа самовыражения;
- соединять отдельные движения в хореографической композиции;
- исполнять движения классического экзерсиса.

В конце 2 года обучения учащиеся должны закрепить знания 1 года обучения, чувствовать и ценить красоту, стать социально-активной личностью, должны

знать:

- названия классических движений нового экзерсиса;
- значение слов «легато», «стокато», ритм, акцент, темп.

уметь:

- грамотно исполнять движения экзерсиса и хореографических постановок;
- определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;
- самостоятельно придумывать движения, фигуры во время игр.

В конце 3 года обучения учащиеся должны развить художественно-эстетический вкус, умение держаться на сцене, должны

знать:

- новые направления, виды хореографии и музыки;
- классические термины;
- жанры музыкальных произведений.

уметь:

- выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;
- контролировать и координировать своё тело;
- сопереживать и чувствовать музыку.

В конце 4-5 года обучения учащиеся должны сформироваться, как всесторонне развитая личность с художественно-эстетическим вкусом, раскрыть свои потенциальные способности и укрепить своё здоровье, а также должны

знать:

- виды и жанры хореографии;
- историю создания танцев народов мира;
- классические термины;
- лучшие образы хореографического, музыкального искусства.

уметь: