

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Комитет по образованию Санкт-Петербурга

Администрация Фрунзенского района

ГБОУ Гимназия №441

РАССМОТРЕНО

на заседании

педагогического совета

секретарь Гордина А.О.
Протокол № 5 от 10.06.2026

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Кулагина Н.И.
Приказ № 110 от 11.06.2026

**Программа внеурочной деятельности
«Современный танец»
("Русский Ансамбль Золотое Яблочко")
(развитие личности и самореализация обучающихся)**

**Автор составитель –
Гибадуллина М.Н.-
педагог дополнительного
образования**

**Санкт-Петербург
2026**

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе

- Закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012
- ФГОС начального общего образования, утвержденного приказом № 286 от 31.05.2022 г.,
- Учебного плана ГБОУ гимназии № 441 на 2026-2027 учебный год.

Знакомство с богатством танцевального творчества народов и сейчас служит действенным средством идейно-эстетического воспитания подрастающего поколения. Сохранение богатств и традиций танцевального фольклора, органичное включение их в современную хореографическую культуру является важнейшей практической и теоретической задачей для всех работающих в этой сфере фольклористов, балетмейстеров, искусствоведов.

Народно-характерный танец играет огромную роль в художественно-эстетическом воспитании ребёнка и в формировании его творческого начала.

Как самостоятельный предмет народно-характерный танец был введён в 20-ые годы. Школа народно-характерного танца сформировалась в 30-ые годы. Создатели, основоположники системы обучения по народно-характерному танцу А. Ширяев, А. Лопухов и А. Бочаров.

Народно-характерный танец является фактором сохранения и развития, традиций национальной хореографической культуры. Устойчивые традиции национальной культуры способны помочь человеку адаптироваться к стремительно меняющемуся миру, особенно детям и подросткам. Отражая жизненный опыт народа, творчески обобщая и осмысливая его, фольклор является ярким выражением художественно-исторической памяти нации.

Педагогическая целесообразность и актуальность.

Народно-характерный танец укрепляет здоровье ребенка, формирует красивую осанку, развивает координацию, артистичность, чувство ритма, техники, готовности воспринимать и усваивать любой рисунок танца, повышает устойчивость вестибулярного аппарата, даёт представление о двигательных возможностях собственного организма. Важное значение придаётся работе мышц в положениях не свойственных классическому танцу.

Занимаясь народно-характерным танцем, у ребёнка формируется эстетический вкус, развиваются художественные способности, появляется любовь к танцам разных народов мира, расширяется его кругозор, так как ребёнок знакомится с движениями и характерами различных стран и народностей.

Особенность и новизна образовательной программы.

В процессе занятий развивается музыкально-ритмическое чувство, а так же способность ребёнка отражать в движении характер изображаемых героев танца. Развиваются музыкальные способности, так как движения должны совпадать с темпом музыки, подчиняться характеру музыки. Дети приобретают навыки актёрского мастерства, что учит их полнее, ярче и точнее выражать чувства, свободно держаться на сцене.

Направленность образовательной программы - художественно-эстетическая.

Образовательная программа «Народно-характерный танец» - *модифицированная*.

По уровню освоения – *углубленная*.

Цель образовательной программы:

Создать условия для положительного воздействия на формирование личности ребёнка, его эмоциональное состояние и внутренний мир средствами хореографического искусства.

Задачи образовательной программы:

Образовательные:

- изучение движений народно-характерного танца;
- удовлетворение познавательной потребности ребёнка в области хореографии и музыки;
- знакомство с различными национальными характерами;

Развивающие:

- развитие мышечной памяти, пространной ориентации
- способствование физическому развитию детей;
- совершенствование основных двигательных навыков;
- развитие техники, координации, пластики, танцевальности, ритма;
- развитие творческих способностей учащихся;
- развитие сценической образности, актерской выразительности;
- всестороннее развитие суставов, мышц, связок;

Воспитательные:

- воспитание навыков общественного поведения на занятиях, репетициях;
- воспитание художественного вкуса;
- воспитание ответственности перед товарищами и педагогом;
- воспитание трудолюбия.

Реализация программы предполагает организацию **воспитательной работы** с детьми через:

- посещение концертов профессиональных и самодеятельных коллективов,
- участие в фестивалях,
- творческие поездки.

Условия реализации программы:

К занятиям допускаются дети с 9 лет, прошедшие предварительный просмотр, с хорошими физическими данными и музыкальным слухом.

Режим занятий:

1 год обучения - занимаются 4 часа в неделю (2 раза по 2 часа) Всего 144 ч. в год
2 год обучения- занимаются 4 часа в неделю (2 раза по 2 часа) Всего 144 ч. в год
3 год обучения- занимаются 4 часа в неделю (2 раза по 2 часа) Всего 144 ч. в год
5 год обучения- занимаются 4 часа в неделю (2 раза по 2 часа) Всего 144 ч. в год

Срок реализации программы: Программа рассчитана на 5 лет обучения

Возраст детей: 9-13 лет

Методы обучения:

1. Словесные:
 - методические указания по выполнению движений;
 - обмен мнениями и анализ просмотренных выступлений и спектаклей;

- комментирование.
- 2. Наглядные:
 - показ педагогом движений танца;
 - просмотр видео материалов;
 - наблюдение за танцевальными движениями.
- 3. Практические:
 - тренаж;
 - танцевальные комбинации, этюды;
 - творческие задания;
 - упражнения, позволяющие на практике реализовать полученные теоретические знания, например по музыкальной грамоте;

Форма организации деятельности учащихся:

- групповая;
- ансамблевая;
- индивидуальная

Индивидуальная работа с солистами предполагает более полное раскрытие способностей и возможностей учащихся.

Формы проведения занятий:

1. Учебное занятие – основная форма для всех групп.
2. Репетиция – во всех группах для подготовки номера к выступлению.
3. Концерт (практика) – во всех группах не менее 2-х раз в год;
4. Концерт (теория) – просмотр концертных программ других танцевальных коллективов;
5. Праздник – для формирования дружеских отношений в группе и коллективе.

Формы подведения итогов:

1. Открытое занятие.
2. Отчетный концерт ЦИ «Эдельвейс».

В течение учебного года педагог проводит поэтапную диагностику успешности усвоения программного материала:

- 1) Начальная диагностика. Проводится в сентябре с целью определения природных физических данных (слух, ритм, шаг, прыжок, выносливость, артистичность).
- 2) Промежуточная аттестация. Проводится в декабре с целью выявления уровня освоения программы учащимися и корректировки учебно-тематического плана, в форме зачета, открытого занятия для родителей и педагогов.
- 3) Итоговая аттестация. Проводится в мае в форме открытого занятия для педагогов и родителей. Итоговая аттестация является переводной к следующему году обучения. Учащиеся должны продемонстрировать уровень

овладения программным материалом. Среди критериев, по которым оценивается качество выполнения задания, выделяется:

- танцевальная память;
- артистичность, выразительность;
- музыкальность;
- техника исполнения танцевального материала.

Способы проверки результативности:

- выполнение разученных танцевальных композиций на оценку;
- анализа участия коллектива в концертах, праздниках, фестивалях;
- выступления в конкретных хореографических композициях.

Формы фиксации результатов:

- диагностические карты для определения уровня освоения программы учащимися;
- таблица участия коллектива в концертах, праздниках, фестивалях.

Результативность:

- участие в городских концертах в БКЗ «Октябрьский»;
- конкурс хореографических номеров «Арабэск»;
- фестиваль «Петро-Дэнс»;
- участие в городских хореографических конкурсах.

Общие ожидаемые результаты реализации программы:

В результате освоения содержания данного этапа программы дети должны

Знать:

- названия движений у станка и на середине зала;
- позиции рук и ног;
- элементы русского танца;
- элементы украинского танца;
- элементы молдавского танца;
- элементы татарского танца;
- элементы итальянского танца;
- основные, простые рисунки танца;
- музыкальный размер 2/4, 3/4

Уметь:

- пластично, координировано двигаться;
- правильно исполнять элементы танцев народов мира;
- различать танцы народов мира;
- работать в паре и в группе;
- танцевать с характером танцевальные этюды и номера;
- воспитывать в себе самообладание, исполнительскую волю, артистизм через участие в концертах;
- соблюдать общепринятые нормы поведения;
- приобретать опыт работы в коллективе;

I год обучения.

Задачи:

- первоначальное знакомство с особенностями народно-характерного танца;

- постановка корпуса, головы, рук, ног;
- развитие элементарных навыков координации движений;
- знакомство с особенностями характера и манерой исполнения русского танца;
- воспитание навыков общественного поведения на занятиях

Содержание программы.

Вводное занятие: теория

- инструктаж по технике безопасности;
- правила поведения в танц-зале;
- нормы гигиены и внешнего вида (требования к форме одежды);
- расписание занятий;
- ознакомление с понятием народно-характерный танец

Коллективно-порядковые упражнения:

Теория:

- понятие интервал, рисунок танца, ритм, темп, музыкальный размер

Практика (элементы пространственной композиции):

- построения;
- перестроения рисунка танца;
- интервал, линия танца;
- поклон

Основы народно-характерного танца:

Теория: методика исполнения движений народно-характерного танца.

Практика:

- Постановка корпуса, ног, рук, головы;
- Бег с захлестом ног назад;
- Бег с высоким подниманием коленей;
- Голоп по кругу;
- Подскоки с высоким подниманием коленей;
- Перескоки с ноги на ногу;
- Прыжки по VI позиции с вытянутыми коленями и подъёмом;
- Прыжки по VI позиции с поджатыми ногами;
- Шаг польки;
- Releve - demi plie по выворотным и не выворотным позициям лицом к станку.
- Перегибы корпуса вперёд, всторону, назад лицом к станку.
- Preparation.
- Battement tendu с переходом рабочей ноги с носка на каблук лицом к станку.
- Battement tendu с переходом рабочей ноги с носка на каблук с demi plie лицом к станку.
- Battement tendu gete simple в русском характере лицом к станку.
- Rond de gambe в русском характере лицом к станку.
- Rond de pied в русском характере лицом к станку.

Движения русского танца:

- Положение рук, ног, головы.
- Поклон на месте и с продвижением, без рук и с руками.
- Ход с носка.
- Ход хороводный.
- Переменный шаг.
- Мужской с мазком по I позиции.
- «Гармошка»
- «Молоточки»
- «Маталочка»
- «Ковырялочка»
- «Верёвочка»
- «Трилистник»
- «Печатка»
- Припадание и упадание
- Дробные движения
- «Ключи»
- Хлопки и хлопущки.
- Присядки.
- Вращения на месте.

Культурно-образовательная деятельность:

- просмотр видео материалов народно-характерного танца с последующей беседой;
- просмотр концертных выступлений ЦИ «Эдельвейс»;
- беседы о народно-характерном танце.

Итоговые занятия.

Занятие проходит в форме открытого занятия

- поклон;
- экзерсис у станка, на середине зала;
- этюды в русском характере;
- поклон.

Участие в концертах ЦИ «Эдельвейс»

Ожидаемые результаты первого года обучения:

Ребенок будет знать:

- названия движений у станка и на середине зала;
- элементы русского танца;
- основные, простые рисунки танца;
- позиции рук и ног;
- постановку корпуса;
- музыкальный размер 2/4, $\frac{3}{4}$

Ребенок будет уметь:

- правильно исполнять движения по программе;
- правильно держать руки в танцах и во время движений;
- воспитывать в себе самообладание, исполнительскую волю, артистизм через участие в концертах;
- соблюдать общепринятые нормы поведения;

- приобретать опыт работы в коллективе;

Учебно-тематический план.

I год обучения.

№	Тема	Количество часов		
		теоретических занятий	практических занятий	всего
1.	Вводное занятие	1	-	1
2.	Коллективно-порядковые упражнения	1	3	4
3.	Основы народно-характерного танца	4	105	109
4.	Трюковые движения	-	23	23
5.	Культурно-образовательная деятельность	6	-	6
6.	Итоговое занятие	-	1	1
Итого часов		12	132	144

Методическое обеспечение программы

Методические виды продукции:

- банк видеоматериалов конкурсов, концертов, фестивалей;
- иллюстрированный материал по темам программы;
- конспекты открытых занятий;
- фонотека исполняемых произведений для танцевальных номеров;
- подборка материала для диагностических исследований;
- памятки для детей и родителей.

№	Раздел или тема программы	Формы занятий	Приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1	1 год обучения	Традиционное занятие, игра, экскурсия	Наглядный метод, словесный, практический	Видеозаписи, фотографии, аудиозаписи	Станки, зеркала, музыкальный инструмент	Открытый урок
2	2 год обучения	Комбинированное занятие, практическое занятие	Словесный, наглядный, практический	Таблицы, схемы, раздаточный материал	Станки, зеркала, музыкальный инструмент	Открытый урок

3	3-5 год обучения	Традиционное занятие, концерт, репетиция, конкурс	Словесный, наглядный, практический, групповой, индивидуальный	Видеозаписи, диафильмы, специальная литература, аудиозаписи	Станки, зеркала, музыкальный инструмент	Открытый урок
---	------------------	---	---	---	---	---------------

Материальное обеспечение программы.

- балетный зал 50см²;
- двойной балетный станок;
- зеркала;
- раздевалки для девочек и мальчиков;
- музыкальный инструмент – пианино;
- технические средства: музыкальный центр;

Список литературы для детей и родителей:

- 1) Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковина Е.Н. Пластика и движения. – М., 1983.
- 2) Дени Ш., Дассвиль Л Все танцы. – М., 1955.
- 3) Иваницкий М.Ф. Анатомия человека. М., Физкультура и спорт. 1985.
- 4) Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. М., Академия. 2000.
- 5) Современность в танце. М.: "Искусство"., 1964г.
- 6) Фисанович Т.М. Танцы - Москва: Астрель - АСТ, 2000.

Список используемой литературы:

- 1)Ивлева Л.Д. Руководство воспитательным процессом в хореографическом коллективе. Учебное пособие. Челябинск. 1989.
- 2)Лукьянова Л.А. Дыхание в хореографии. – М: «Искусство», 1979.
- 3)Мессерер А. Танец. Мысль. Время. М., Искусство. 1990
- 4)Методические разработки для студентов хореографического отделения, Сп-б, 2002
- 5)Народно-характерный танец, методическая разработка для студентов, Сп-б,2002
- 6)Энциклопедия «Народно-характерный танец»,2000