

---

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ  
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

---

ГАПОУ СО  
«НИЖНЕТАГИЛЬСКИЙ ТОРГОВО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

---



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГАПОУ СО «НТТЭК»

*Н.М. Мякишева* Н.М. Мякишева

«15» января 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА  
ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ СТУДИЯ

УЧ 02-10.1-23

Нижний Тагил 2023

Дополнительная образовательная программа вокально-хореографическая студия разработана на основании Закона «Об образовании в Российской Федерации».

Организация-разработчик:

ГАПОУ СО «Нижнетагильский торгово-экономический колледж»

Разработчик:

Яковлева Светлана Олеговна, педагог-организатор первой квалификационной категории ГАПОУ СО «Нижнетагильский торгово-экономический колледж»

Программа рассмотрена и одобрена на заседании методического совета

Протокол № 5 от «11» января 2023 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

|  |    |
|--|----|
| ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....   | 4  |
| 1 ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ .....  | 6  |
| 2 ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ<br>ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ .....                | 8  |
| 3 СОДЕРЖАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА<br>ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПО ХОРЕОГРАФИИ..... | 8  |
| 3 ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.....   | 13 |
| 4 МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.....  | 13 |
| 5 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....   | 14 |

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Жизнь показывает, что одним из источников повышения трудовой активности является полноправный, содержательный досуг. Толковые словари обычно связывают досуг со свободным временем, которым человек волен распоряжаться по своему усмотрению. Свободное время – значит время, не занятое учебой, работой и каким-нибудь другим делом.

Задача педагога дополнительного образования – добиться рационального использования свободного времени. Оно становится настоящим богатством только тогда, когда его используют в интересах всестороннего развития личности и тем самым заставляют служить преумножением материального и духовного потенциала общества.

Организация досуга должна быть обращена к конкретному человеку, учитывать его потребности и вкусы, представлять простор его инициативе. Он должен быть не просто зрителем или слушателем, а именно активным участником досуговых занятий.

Особенное внимание общество должно уделять досугу молодежи, отличающемуся динамизмом и многообразием и оказывающему немалое воспитательное воздействие на молодого человека. Досуг имеет свою специфику, вытекающую из образа жизни молодежи, её возрастных особенностей и места в обществе. Как известно, к молодёжи, то есть особой социально-демографической группе населения, относят людей в возрасте от 16 до 30 лет. Это период интенсивного созревания человека: учёба, вступление в трудовую жизнь, обретение материальной самостоятельности. Динамизм жизни молодых делает очень активным, наполненным деятельностью, движением их досуг. Но сегодня он должен быть ещё более насыщенным и организованным. Это – важная задача для педагога дополнительного образования, чтобы в свободное от учёбы время студенты не предавались пустым развлечениям, чтобы все формы досуга способствовали их идейному обогащению, духовному развитию, выработке

высоких культурных запросов и эстетических вкусов. Следующая задача педагога дополнительного образования: развитие новых форм самодеятельности и инициативы, социального творчества молодежи много сделано в сфере досуга студентов в колледже, много достижений... но придут новые студенты и «все опять повторится сначала».

Досуг – деятельность в свободное от учёбы время вне сферы общественного и бытового труда, благодаря которой индивид восстанавливает способность к учёбе, труду и развивает в себе те умения и способности, которые невозможно усовершенствовать в сфере трудовой деятельности. Раз досуг – деятельность, то она – не пустое времяпровождение. Это деятельность в русле определяемых интересов и целей, которые ставит перед собой человек.

Благодаря досуговым занятиям студенты должны лучше понять собственную жизнь, свои профессиональные качества, творческие способности. Исходя из этого и формируются требования к организации и проявлению досуга молодежи. Прежде всего это: средство воспитания и самовоспитания человека. Формирование всесторонне, гармонически развитой личности. Очередная задача педагога дополнительного образования: при выборе и организации тех или иных занятий, форм досуговой деятельности необходимо учитывать их идейно-воспитательное значение, четко представлять, какие качества личности они помогут сформировать или закрепить в человеке.

Организация досуга в колледже остается одной из главных задач образовательной организации. У этой проблемы большой творческий потенциал, она имеет много перспектив, интересных решений. Растет новое поколение, которое придёт к нам учиться. И всё это – будущее нашей страны.

В колледже на хорошем уровне организована художественная самодеятельность. Для студентов работают кружки: вокальный, танцевальный, СТЭМ (студенческий театр эстрадных миниатюр).

## 1 ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Формирование творческой личности, привлечение детей, молодежи к искусству. Воспитание положительных черт характера юношей, девушек в коллективном и индивидуальном творчестве. Дать дополнительное образование, развитие певческих способностей, воспитание духовной культуры детей. Воспитание черт характера: коммуникабельности, высокой культуры, доброты и т.д. Всё то, что входит в глобальное понятие высокой культуры человека – будущего молодого интеллигента.

Целью педагога является:

- Приобщение студентов к художественному творчеству;
- развитие интереса к искусству;
- совершенствование организации досуга студентов;
- развитие мышления молодежи, их интеллигентности, внутренней состоятельности и внешней культуры;
- расширение кругозора;
- пробуждение творческого потенциала, развитие творческих способностей.
- развитие танцевальных способностей;
- систематизировать умение и навыки в танце;
- создавать развивающее пространство, чтобы студент осознал выгоду для себя при занятиях танцем;
- привлечь студентов к искусству формирования творческой личности;
- воспитание положительных черт характера в коллективном и индивидуальном творчестве.

Системообразующая деятельность

- Познавательная;
- учебная;
- концертная;

- досуговая.

Программа определяет вид деятельности: вокальное и хореографическое.

Основная цель: формирование личности.

Задачи:

- Научить культуре поведения на сцене.
- Привить слаженность, свободу в танце.
- Гибкость, пластика, мимика в танце.
- Способствовать формированию эстетических вкусов.
- Воспитывать активных слушателей музыки. Пропагандистов танцевальных произведений (лучшие образцы).

Сегодня актуальна проблема трудных подростков. В этой связи значение вокально-хореографического кружка – как средство эстетического воспитания и вовлечения в художественное творчество особенно велико. Вся работа строится по определённому плану, в котором отражаются учебно-воспитательная, организационная, общепедагогические задачи.

Функции:

Воспитательная функция – развитие интереса и любви к хорошей музыке, танцу, потребность общения с ними, воспитание эстетических чувств молодежи, художественного вкуса, нравственных качеств личности каждого.

Обучающая функция – научить детей правильному звукоизвлечению, дыханию, сложностям пения, научить быть музыкально-грамотными людьми на определенном уровне, научить разбираться, понимать, анализировать произведения, песни, звучащие в эфире. В танце научить правильному движению исходя из музыкального материала. Научить применять мимику в танце.

Развивающая функция – развитие музыкальных и творческих способностей детей, развитие внимания, музыкального слуха, певческого голоса, воображения, памяти. Развитие пластики в танце, слаженности в коллективной хореографии. Средствами музыки и танца развивать и формировать личность.

Образовательная функция – знакомство с произведениями мировой музыкальной культуры и отечественными музыкальными произведениями, известными танцевальными коллективами. Задача: научить детей давать свою оценку услышанному, увиденному, побуждать к самостоятельным обобщениям и выводам, и представить им право выбора произведения для исполнения для творчества.

## 2 ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Студенты должны научиться красиво танцевать.

В процессе обучения в танцевальном кружке репертуар должен соответствовать развитию необходимых танцевальных качеств: пластики, ритмичности.

Критерием оценки считать качество движения, выразительно и осмысленно исполнять танцевальные движения; фантазировать и находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки; творчески мыслить на занятиях; самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движения, руководствуясь музыкой; повторять любой ритм, заданный педагогом; сохранять правильное положение корпуса, рук, ног при исполнении танцевальных движений, правильно распределяя дыхание; концертные выступления на мероприятиях колледжа.

## 3 СОДЕРЖАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПО ХОРЕОГРАФИИ

### 1. Вводное занятие

Теория: Ознакомление с правилами коллектива, образовательной программой, планом работы, расписанием занятий, техникой безопасности в актовом зале при занятии танцами.

## 2. Азбука музыкального движения

Теория: музыкально-ритмическое воспитание студентов - универсальное средство для развития у студентов музыкального слуха, памяти, внимания, выразительности движений.

«Ритмика» включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточное музыкальное развитие учащихся обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей. Упражнения этого раздела должны способствовать развитию музыкальности: формировать музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки, развивать чувство ритма. Следует развить умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, умение согласовывать музыку с движением.

Практика:

УПРАЖНЕНИЯ:

а) Определение и передача в движении:

- характера музыки (спокойный, торжественный);
- темпа (умеренный);
- сильных и слабых долей.

в) Упражнения на развитие ориентации в пространстве

- ходьба: бодрая, маршеобразная, спокойная, умение пройти под музыку, дефилирование по сцене.
- бег (легкий, стремительный, широкий).
- танцевальный шаг (выворотное положение ноги, с носка на пятку).
- подскоки на месте и с продвижением вперед с вытянутой и сокращенной стопой.

с) Упражнения на развитие «мышечного чувства» и отдельных групп мышц

- упражнения для пальцев и кистей рук: сгибание кистей вниз–вверх, руки вытянуты в стороны на уровне плеч.
- движение рук. Имитация «Полоскание».
- «пушинка» - схватить пух пальцами.
- прослушивание простейших ритмических рисунков.
- поклон. Поклон дисциплинирует учащегося и приучает к правилам хорошего тона.

Юноши - I свободная позиция, руки опущены вдоль корпуса.

«Раз» - шаг в сторону правой ногой, голова прямо.

«Два» - подставить левую ногу в I позицию.

«Три» - опустить подбородок вниз.

«Четыре» - вернуть голову в исходное положение.

Девушки – I свободная позиция ног, руки в IV позиции.

«Раз» - шаг правой ногой в сторону, голова прямо.

«Два» - подставить левую ногу в I позицию.

«Три» - *demi – plie*, подбородок опустить вниз.

«Четыре» - исходное положение.

### 3. Партерная гимнастика

Теория: термин «партерная гимнастика» появился не так давно. Его возникновение связано с развитием нетрадиционных видов гимнастики. Слово партер произошло от французского *parterre* (по земле): слово *par* — по, а слово *terre* — земля. Под «партерной» гимнастикой понимают выполнение различного рода упражнений в положении сидя, лежа, на боку, из различных упоров.

Практика:

УПРАЖНЕНИЯ:

- упражнение на подвижность голеностопного сустава;
- упражнение на развитие шага;
- упражнение на развитие гибкости;

- упражнение на укрепление позвоночника;
- упражнение на развитие и укрепление брюшного пресса;
- упражнение на развитие выворотности ног;
- упражнение на развитие мышц паха;
- растяжка ног (вперед, в сторону);
- наклоны корпуса к ногам;
- упражнение на полу (шпагат).

#### 4. Играя, танцуем

Теория: Игры долгие годы остаются любимым занятием людей. Правильно используя игры можно многого добиться в воспитании. Человек моделирует в игре свои отношения с окружающим миром, проигрывает различные ситуации - в одних он лидирует, в других подчиняется или осуществляет совместную деятельность с другими людьми. Через игру можно научить танцевать. В искусстве танца игра, по мнению И. Хейзинга, присутствует в еще большей мере. «О каком бы народе или эпохе не шла речь, - пишет он, - всегда можно сказать в самом полном смысле слова, что Танец есть сама Игра, более того, представляет собой одну из самых чистых и совершенных форм игры».

Практика:

- «На завалинке» по сюжету песни разыгрывается сценка.
- «Испанский танец» обыгрывается танец без музыки в виде придуманного сюжета.
- «Стиляги» вспоминаем эпоху, наряды и обыгрываем, входим в образ.

#### 5. Основные танцевальные движения

Теория: в данном разделе объясняются правила исполнения отдельных движений.

Практика:

- шаг на носках;

- приставной шаг;
- высокий бег;
- легкие подскоки;
- галоп вперед, «лошадками»;
- притопы;
- различные виды прыжков;
- различные виды прыжков;
- элементы русской пляски;
- положения рук в русской пляске;
- основные пространственные построения и передвижения.

#### 6. Репетиционно-постановочная работа

Теория: ведется объяснение постановочного материала танца.

Практика: разучивается танцевальная композиция, построенная на изученных танцевальных движениях и выстраивается в законченную форму-танец.

#### 7. Выступления

(Одна из форм оценки качества знаний).

Теория: студентам объясняется правила поведения на концертных выступлениях.

Практика:

- день знаний (концерт)
- день учителя
- посвящение в студенты
- областной конкурс танцевальных флэш-мобов
- проф. ориентационная работа с учащимися школ г. Нижний Тагил – визитная карточка

- волонтерская работа: концерты для организаций г. Нижний Тагил
- областной конкурс (Дворец молодежи)
- концерт к 9 мая.

### 3 ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Таблица 1 – План занятий

| Тема занятия                                    | Количество часов |        |          |
|---|------------------|--------|----------|
|   | ВСЕГО            | ТЕОРИЯ | ПРАКТИКА |
| 1. Вводное занятие                              | 2                | 2      |          |
| 2. Азбука музыкального движения                 | 20               | 4      | 16       |
| 3. Партерная гимнастика                         | 10               | 2      | 8        |
| 4. Играя, танцуем                               | 16               | 4      | 12       |
| 5. Основные танцевальные движения               | 14               | 2      | 12       |
| 6. Репетиционно-постановочная работа            | 80               | 8      | 72       |
| 7. правила поведения на концертных выступлениях | 2                | 2      |          |
| ИТОГО   | 144              | 24     | 120      |

### 4 МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Фотографии, литература по хореографии, ритмике, пластике, танцу, видео – аудиозаписи, правила поведения на сцене, словари терминов. Декорации, костюмы.

Основные способы и формы работы со студентами: индивидуальные и групповые, теоретические и практические. Конкретные формы занятий танцевального кружка: беседы, игры, концерты.

Основные методы организации учебно-воспитательного процесса: словесные, наглядные, практические, объяснительно – иллюстративные.

## 5 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ионе Е.А. Образовательная программа «История балета». - В сб.: Образовательные программы дополнительного образования. Методическое пособие для образовательных учреждений. Приложение к журналу «Дополнительное образование и воспитание» № 4 (6) 2020, с. 7 – 39.
2. Пряхина О.В. Программа «Пластика движений». - В сб.: Программы для учреждений дополнительного образования. Выпуск. 2. – 2-е изд. – М.: ГОУ ЦРСДОД, 2021, с. 71-73.
3. Медведь Л.Н. Программа «Гармония» Москва 2021г.

### Специализированная литература:

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии», М., 2019 г.
2. Белоусенко М.И. Постановка певческого голоса. Белгород, 2020г
3. Костровицкая В. «Сто уроков классического танца», СПб. 2022 г.
4. Медведь Л.Н. Программа «Гармония» Москва 2021г.
5. Никифоров Ю.С. «Академический хор» 2021г.
6. Соболев А. Речевые упражнения на уроках пения.
7. Школяр Л., Красильникова М. Критская Е. и др.: «Теория и методика музыкального образования»

### Интернет ресурсы:

1. Материал из Википедии — свободной энциклопедии-  
<http://ru.wikipedia.org>

