

Управление образования администрации города Тулы
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеский Центр»

ПРИНЯТО

УТВЕРЖДЕНО

на педагогическом совете
МБУДО «ДЮЦ»

Директор МБУДО «ДЮЦ»

Протокол от "29" мая 2025г.
№ 4

_____ Амелина И.Н.
Приказ от "30" мая 2025г.
№ 69/1-осн.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ДОБРЫ МОЛОДЦЫ. ПРО»

Направленность: художественная

Уровень программы: базовый

Срок реализации: 2 года

Возраст обучающихся: 10-14 лет

Автор/разработчик:

Шикарев Кирилл Михайлович

Педагог дополнительного образования

Тула, 2025 год

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Рабочая программа разработана для реализации в 2025-2026 учебном году на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Добры молодцы. ПРО», на базе «Детско-юношеского Центра».

Программа разработана для изучения народной хореографии мальчиками с 10-летнего возраста, учитывая их психофизиологические особенности (потребность в соревновательности, силовых, динамичных движениях, развитие именно мужской пластики), развивает физические данные, необходимые мужчине: силу, ловкость, координацию, выносливость, воспитывает нравственные качества: дисциплину, умение работать в коллективе (дружине, ансамбле), уважение к партнеру и старшим, способствует патриотическому воспитанию через изучение богатейшего танцевального фольклора народов России и мира, формируя уважение к истории и традициям.

Особенность программы заключается в ее гендерном подходе. Все учебные задания, танцевальные комбинации и репертуар подобраны специально для развития мужского начала в хореографии, делая акцент на мощь, прыжковую технику, вращения и акробатические элементы, характерные для народного танца.

Целью программы является формирование гармонично развитой личности обучающихся через изучение и исполнение народного танца и усвоение традиций и народной культуры.

Задачи

Образовательные:

- Обучить основам классического экзерсиса (у станка и на середине зала) как фундаменту для любой танцевальной техники.
- Сформировать навыки исполнения элементов народно-сценического танца (дробь, присядки, вращения, хлопушки и т.д.).
- Обучить основам акробатики для народного танца (колесо, перекаты, стойки).
- Изучить основные характерные особенности танцев народов России (русский, украинский, белорусский, кавказские) и других стран.
- Дать теоретические знания по истории костюма, народным традициям и обрядам.

Развивающие:

- Развивать физические данные: мышечную силу, гибкость, прыжок, устойчивость (aplomb), координацию движений.
- Развивать музыкальность, чувство ритма, умение слышать и понимать музыку.
- Развивать артистизм, эмоциональную выразительность и сценическое внимание.
- Развивать память, внимание и пространственное мышление.

Воспитательные:

- Воспитывать трудолюбие, целеустремленность, волю к достижению результата.
- Формировать навыки работы в мужском коллективе, взаимопомощи и поддержки.
- Воспитывать уважение к культурному наследию, толерантность к традициям других народов.
- Формировать художественный вкус и общую культуру поведения.

Планируемые результаты:

К концу освоения программы обучающиеся будут

Знать:

- Основные позиции ног, рук в классическом и народном танце.

- Базовую терминологию.
- Особенности и манеру исполнения 3-4 народных танцев.

Уметь:

- Правильно выполнять комплекс упражнений у станка и на середине зала.
- Исполнять основные элементы мужского народного танца: дробные выстукивания, простые и сложные присядки, вращения, хлопушки.
- Выполнять базовые акробатические элементы.
- Слышать музыкальный размер, ритм, начинать и заканчивать движение вместе с музыкой.
- Работать в ансамбле, чувствовать партнеров.

Владеть:

- Навыками сценического движения и основами актерского мастерства.
- Основами техники безопасности при выполнении танцевальных и акробатических элементов.
- Навыками самостоятельной работы над совершенствованием танцевальной техники.

По программе «Добры молодцы. ПРО» в 2025-2026 учебном году 1 группа 1 года обучения.

Занятия в каждой группе:

1 год обучения 2 раза в неделю по 2 часа

Программа рассчитана на 144 часов в год – 1 год обучения;

на 144 часа в год – 2 год обучения.

на 144 часа в год – 3 год обучения.

Направленность: художественная.

Срок реализации – 1 год.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Группа 1 года обучения

| № | Наименование разделов и тем | Тема занятия | Количество часов | |
|---|---|---|------------------|--------------|
| | | | Теоретических | Практических |
| 1 | Вводный раздел | Введение в программу. Цели и задачи года. Инструктаж по технике безопасности. | 1 | 1 |
| 2 | Ритмика и музыкальная грамота | введение в музыкальный размер (2/4, 3/4, 4/4). Счет. Упражнения на развитие ритма. Хлопки, притопы в ритме. Согласование движения с музыкой. Простейшие маршировки. | 2 | 8 |
| 3 | Партерная гимнастика (развитие физических данных) | Упражнения на укрепление мышц спины, пресса, ног. Развитие выворотности, гибкости (растяжка). Упражнения на развитие стопы и подъема. | | 20 |
| 4 | Основы классического танца | Постановка корпуса, ног, рук, головы. Позиции ног и рук. Изучение базовых | 2 | 28 |

| | | | | |
|-------|---|---|---|-----|
| | (у станка и на середине) | элементов: Plie, Battement tendu, Battement jete. Упражнения на развитие устойчивости (aplomb). Подготовка к вращениям и прыжкам. | | |
| 5 | Основы народно-сценического танца (Мужская техника) | Подготовительные упражнения для ног: шаги (переменный, приставной, с каблука), притопы, дробы на месте. Изучение основных дробей: "молоточек", "трилистник", "дробь с подскоком". Вращения: простые переступания, ключ. Прыжки: подскоки, прыжки с ноги на ногу. Элементы танцев народов России: Постановка характерной осанки и рук. Шаги: мужская походка, скользящий шаг. Работа корпуса и плеч. | 1 | 49 |
| 6 | Работа над танцевальными этюдами и комбинациями | Соединение изученных элементов в короткие комбинации (на 8, 16 тактов). Разучивание группового этюда на основе русского танца. Отработка синхронности, работы в ансамбле. | | 20 |
| 7 | Актерское мастерство и сценическая практика | Основы сценического образа. Работа с характером героя в танце. Выход на сцену. Работа со зрителем. | 1 | 7 |
| 8 | Итоговое занятие. Контрольное занятие. | Показ пройденного материала (комбинации у станка, на середине, этюд). | | 4 |
| Всего | | | 7 | 137 |

ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

| № п/п | Тема и форма мероприятия | Период проведения |
|-------|---|-------------------|
| 1. | Беседа о хореографии «Танцы народностей Российской Федерации» | сентябрь |
| 2. | Работа по сохранению и укреплению здоровья обучающихся | ноябрь |
| 3. | Просмотр видеоконcertов хореографических коллективов | январь |
| 4. | «Волшебный мир танца» – тематический праздник | апрель |
| 5. | «9 мая - День Победы» - посещение музейной композиции ДЮЦа | май |

ПЛАН РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ (ЗАКОННЫМИ ПРЕДСТАВИТЕЛЯМИ) УЧАЩИХСЯ

| № п/п | Тема и форма мероприятия | Период проведения |
|-------|--------------------------|-------------------|
|-------|--------------------------|-------------------|

| | | |
|---|--|----------|
| 1 | Дистанционное родительское собрание «О режиме организации обучения по программе» | сентябрь |
| 2 | Беседа о соблюдении санитарии, гигиены и внешнего вида на занятиях хореографией | Ноябрь |
| 3 | Тематические консультации по организации разумной деятельности во внеурочное время | февраль |
| 4 | Итоговое собрание, подведение итогов работы; результаты, достижения объединения | май |