

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №8 г. Беслан

Принято
на заседании педагогического совета
Протокол от 02.09.2025 г. №1

Утверждено
Приказом директора
от 02.09.2025 г. №1

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

творческого объединения

осетинских танцев

«Основы национальной хореографии»

на 2025 – 2026 учебный год

Руководитель кружка: Такаева Д.Т.

Информационная карта образовательной программы

1	Образовательная организация	ГБОУ СОШ № 8 г. Беслан
2	Полное наименование программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы национальной хореографии»
3	Направленность программы	Художественная
4	Сведения о разработчиках ФИО, должность, категория	Туаева Диана Таймуразовна, педагог дополнительного образования
5	Сведения о программе:	
5.1.	Срок реализации	2 года обучения: I год – 160 ч., II год – 232 ч.
5.2.	Возраст учащихся	6-18 лет
5.3.	Характеристика программы: - тип программы - вид программы - принцип проектирования программы - форма организации содержания и учебного процесса	Модифицированная Общеразвивающая Модульная
5.4.	Цель программы	Обучение детей и подростков основам национального хореографического искусства, приобщение подрастающего поколения к ценностям народной культуры.
5.5.	Образовательные модули (в соответствии с уровнями сложности содержания и материала программы)	Стартовый уровень (1 год обучения) - предполагает освоение азов хореографии, изучение простейших танцевальных композиций и танцев.
6	Формы и методы образовательной деятельности	Формами и методами образовательной деятельности являются отчетные занятия, концерты. Система контроля позволяет оценивать уровень развития каждого обучающегося, степень освоения программного материала, что дает возможность для его своевременной корректировки. Определяются наиболее способные, одаренные обучающиеся из числа которых создается танцевальный коллектив.
7	Формы мониторинга результативности	Занятия проводятся в игровой форме, самостоятельная работа, открытое занятие для родителей, концерт.
8	Результативность реализации программы	Педагогический анализ результатов анкетирования, тестирования, участие обучающихся в концертах, открытое занятие для родителей, видеоролик о выступлениях ансамбля, наличие призеров и победителей в конкурсах.
9	Дата утверждения и последней корректировки программы	02.09.2025 г.

Пояснительная записка

В национальной культуре осетин танцевальное искусство занимает весьма почетное место. Оно также древне, как и поэтическое творчество народа. Есть какая-то особая сила в танцах и песнях осетин.

В эстетическом воспитании ребенка танцевальное искусство занимает значительное место. Танец развивает у ребенка художественный вкус, музыкальность, ритм, память, творческую фантазию, координацию движений, изящество и пластичность.

Образовательный процесс в хореографическом объединении основывается на данной программе, которая предусматривает систематическое и последовательное обучение, развитие и эстетическое воспитание обучающихся. Руководитель, придерживаясь содержания программы, творчески подходит как к проведению занятий, так и к постановочной работе, учитывая возможности обучающихся.

Актуальность данной программы состоит в приобщении подрастающего поколения к народной культуре, в формировании нравственных устоев и воспитании детей и молодежи в духе национальных традиций.

Некоторая однобокость чисто танцевального воспитания, имеющая место в объединениях, не отвечает новым требованиям, которые предъявляются к воспитанию обучающихся. Приобщение к искусству национальной хореографии в широком смысле включает не только ознакомление и обучение обучающихся с элементами классического и народно - характерного танцев, связанных с жизненным укладом народов; но и с обычаями и обрядами, национального костюма, образами, с историей национального костюма, образами народного творчества, музыкальной культурой, народными инструментами.

Программа является **модифицированной** и опирается на образовательную программу по осетинской хореографии детского ансамбля народного танца «Осса», автором которой является заслуженный работник культуры РСО - Алания, победитель I республиканского конкурса педагогов дополнительного образования «Сердце отдаю детям» В.М.Туаев. Значительный материал почерпнут также в исследовательской работе Л.Н. Грикуровой «Осетинские танцы», в которой зафиксированы и описаны 10 осетинских танцев, дана их подробная обработка с раскладкой движений в сочетании с музыкальным тактом и схематическим изображением хореографического рисунка.

Отличие данной программы от имеющихся состоит в том, что при обучении и постановке известных танцев вводятся нестандартные приемы и комбинации танцевальных движений, что обогащает хореографический рисунок. Также имеет место расширение репертуара с введением элементов и последующей постановке цыганского танца.

Программа разработана с учетом принципов **системности** и **доступности**, является **целостной** и **реалистичной**, поскольку содержание всех разделов согласовано и систематизировано с учетом достижения прогнозируемого результата.

Уровень освоения учебного материала определяется системой **контроля**:

1. Начальный контроль (определение уровня знаний, умений и навыков обучающихся к началу учебного года);
2. Промежуточный контроль (по итогам I полугодия);
3. Итоговый контроль (конец учебного года).

Формами контроля являются отчетные занятия, концерты. Система контроля позволяет оценивать уровень развития каждого обучающегося, степень освоения программного материала, что дает возможность для его своевременной корректировки. Определяются наиболее способные, одаренные обучающиеся, из числа которых создается танцевальный коллектив.

Программа рассчитана на обучение детей в течение 1 года. Возраст обучающихся - 6 - 18 лет. Учебный материал рассчитан на 144 часа в год (2 занятия в неделю по 2 академических часа).

Цель программы:

- обучение детей и подростков основам национального хореографического искусства, приобщение подрастающего поколения к ценностям народной культуры.

Задачи программы: познавательная:

- формирование у обучающихся танцевальных знаний, умений и навыков на основе освоения программного материала; ознакомление с музыкальным репертуаром народов Кавказа, с творчеством лучших исполнителей и хореографических коллективов;

развивающая:

- развитие музыкального слуха, координации движений, чувства ритма памяти, внимания, художественного вкуса и фантазии, стремления к творческой самореализации;

воспитательная:

- воспитание духовно - нравственных качеств личности на основе приобщения к традициям своего народа, трудолюбия, чувства коллективизма.

Материал программы включает несколько основных **разделов**:

1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты;
2. Хореографическая азбука;
3. Танцевальный репертуар.

Раздел «Ритмика, элементы музыкальной грамоты» включает ритмические упражнения и музыкальные игры, слушание и разбор танцевальной музыки.

Упражнения этого раздела способствуют развитию музыкальности, чувства ритма, лада, слуха, умения координировать свои движения с музыкой.

Раздел «Хореографическая азбука» включает изучение основных позиций и движений классического и народного характерного танца. Эти упражнения способствуют гармоничному развитию тела, культуры движений, технического мастерства, вырабатывают осанку, развивают гибкость, координацию движений.

Раздел «Танцевальный репертуар» включает изучение народных танцев. В процессе их разучивания педагог добивается эмоционального и выразительного исполнения, передачи особенностей национального колорита.

Специфика работы в хореографическом объединении не позволяет чётко разграничить тематические части. Так, на одном занятии могут изучаться элементы классического, историко-бытового и народного танца.

В первые годы занятий педагог должен обратить особое внимание на осанку детей, на постановку корпуса, головы, рук, ног, выправить ряд физических недостатков (сутулость, искривление позвоночника, косолапость). В процессе тренировки у станка и на середине должны быть выработаны следующие качества: выворотность ног, равновесие, подвижность (гибкость) корпуса, мягкость и плавность движений, сила мышц, навыки координации движения рук, ног, головы, корпуса.

Необходимо обратить внимание на тот факт, что танцевальное обучение детей нельзя сводить лишь к «воспитанию тела», развитию только технических способностей. Не менее важно давать обучающимся знания по истории хореографии, её видах и жанрах, особенностях «танцевального языка», художественного образа, воспитывать художественный вкус обучающихся, стимулировать их творческую фантазию.

Учебный материал следует проходить в следующей **последовательности**:

1. Общая подготовительная гимнастика у станка и на середине зала;
2. Разучивание составных частей танцевальных приемов;
3. Разучивание танцевальных приемов;
4. Разучивание и разработка простых, а после и сложных соединений танцевальных приемов;
5. Разучивание и разработка танцевальных этюдов и отдельных танцевальных фрагментов.
6. Постановка и разучивание танца.

Структурная схема занятия.

На всех этапах обучения занятия проводятся по следующей схеме:

1. Подготовительная часть.

а. Разминка:

- построение в колонну по одному; поклон;
- марш;
- ход с носка на полную стопу ноги;
- ход с пятки на носок;
- ход на высоких полупальцах;
- бег с разновидностями (с вытягиванием пальцев, с высоким подниманием колена, с выбрасыванием ног на 45 градусов, мелкий бег на полупальцах);
- подскоки с вытянутыми ногами.

б. Простейший классический экзерсис у станка:

- позиции ног с 1-ой по 6-ую;
- полуприседания по 1-ой и 2-ой позиции;
- батман тандю в сторону по 1-ой позиции;
- батман тандю жете;
- рон де жемб партер;
- батман фраппе;
- большой батман;
- пор де бра (наклоны корпуса вперед, назад, в сторону);
- па де басп;
- упражнения для рук;
- прыжки: соте по 1 позиции.

с. Упражнения на середине зала:

- позиции рук I, II и III;
- перевод рук из позиции в позицию;
- упражнения для головы: наклоны, повороты, вращения;
- упражнения для плечевого пояса: вращение плеч вперед и отдельно и попеременно, подъем и опускание плеч;
- подскоки, прыжки по 6-й позиции, с вытянутым носком;
- упражнения для рук и ног из поз и движений народного танца; веревочка, присядка.
- ритмические упражнения: хлопки в ладоши, удар на 3 приставные шаги вправо и влево;

2. Основная часть.

а. Основные танцевальные ходы по кругу:

- одинарный ход поджиманием ноги;
- тройной ход;
- основной ход кругового танца «сирга»,
- основной ход танцев «симд», «хонга», «кабардинский» и др;

б. Разучивание танцевальных движений кавказских танцев,

с. Постановочная работа.

3. Заключительная часть. Танцевально - игровые упражнения.

По окончании обучения по данной программе обучающиеся должны:

- владеть своим телом (правильная постановка ног, рук, корпуса, головы);
- знать основы классического танца, основные элементы движений и ходы народных танцев, владеть руками в движениях и связках, уметь выполнять этюды народных танцев;
- знать все необходимые базовые движения, на основе которых создается танец, понимать характер и особенности танца, уметь выполнять трюковые движения, движения с вращениями;
- знать основы национальной хореографии, уметь исполнять бытовые и сценические танцы народов Кавказа.

Материально - техническое обеспечение творческого объединения:

1. Репетиционный зал
2. Осетинская гармоника
3. Аккордеон
4. Доул
5. Станок для проведения классического экзерсиса
6. Зеркала
7. Гардеробная
8. Костюмерная
9. Концертные костюмы соответственно репертуару.
10. Видеотехника.
11. Видеозаписи выступлений хореографических коллективов.

Учебно-тематический план

1-го года обучения

Цель: привитие знаний и навыков по технике классического экзерсиса и осетинского народного танца осетинского народного танца, знакомство с основами сценической культуры.

Задачи: воспитание любви к танцу, развитие танцевальных способностей: музыкальности, координации движений, пластики.

№	Тема занятий	Количество часов		
		теоретических	практических	Всего
1	Введение в образовательную программу. Инструктаж по технике безопасности.	2		2
2	Основы гармонии музыкально-пластического движения.	2		2
3	Установочные занятия. Знакомство с историей осетинского танца.	2		2
4	Освоение музыкальных ритмов и их художественно-образная связь с движением.	2	2	4
5	Основы организации правильного дыхания во время движения.	1	3	4
6	Средства музыкальной выразительности и отражение их в движении.	2	2	4
7	Разминка, вспомогательные движения: - маршировка по кругу, ход на носках, пятках, - быстрый ход с поочередным подниманием ноги на 45 градусов, бег по кругу с поочередным вытягиванием носка ноги, бег с отводом ноги назад, согнутой в колене; - вращение головы вправо, влево, наклоны корпуса (руки на замке в 3 позиции), прогиб корпуса вперед, назад; - разворот корпуса вправо на 45 градусов четыре раза, то же самое -		20	20

	влево.			
8	Основы классического экзерсиса. Система упражнений с элементами классического танца: - позиции ног - 1, 2, 3, 5, 6 - постановка рук - подготовительная 1, 2, 3 позиции - батман тандю - по 1, 2, 5 позициям, в сторону, вместе, вместе, в сторону назад - деми плие - складывание, сгибание, приседание по 1, 2, 5 позициям - демирон де жамб партер - круговое движение ног с первой позиции по точкам - прыжки по 1, 2, 5 позициям - прыжки по 1 и по 5 позициям с поворотом в воздухе	2	16	18
9	Система упражнений с элементами народно-сценического танца: - основной ход танцев «Симд», «Хонга» - позиции рук в танцах «Симд», «Хонга» - движение «ковырялочка» - «ковырялочка» - с поочередным отводом ног назад: - движение «ножницы» - движение «веревочка» - «веревочка» с хлопками над головой: - движение «выпады» - «выпады» с хлопками - прыжки с поочередным выбросом ног на пятку, боковой ход с поворотом вправо и влево - прыжки с поочередным выбросом ног на пятку четыре раза, прыжок на обе ноги, согнув колени и прыжок с поднятыми ногами; - повороты - движение «ласточка»	2	16	18
10	Танцевальные элементы на основе народного танца:	2	14	16

	- пальцевая техника - колени - верчение - осанка осетинского танца.			
11	Творческое осмысление основ танцевального искусства: - истоки народного танца - этюды на танцы народов Кавказа - бытовые танцы на основе движений классического и историко-бытового танцев	2	16	18
12	Танцы - игры	2	6	8
13	Знакомство с лучшими хореографическими коллективами Осетии (видеокассеты, лекции).	2		
14	Итоговые занятия.		4	4
15	Экскурсии, посещение национальных хореографических коллективов	4	4	8
16	Закрепление навыков танцевальных движений, совершенствование физической формы: - совершенствование навыков исполнения элементов классического экзерсиса; - система упражнений с элементами народного танца	2	4	6
17	Изучение танцев народов Кавказа: - быт и обычаи народов Кавказа; - костюмы народов Кавказа; - мелодии Кавказа, динамические оттенки	2	4	6
18	Итоговые занятия	1	1	2
	итого	32	112	144

Ожидаемые результаты:

К концу 1-го года обучения обучающиеся приобретают:

знания основ музыкальной грамоты, классического экзерсиса, сценической культуры; истории народного танца, творчества лучших хореографических коллективов Осетии;

навыки исполнения движений классического и народного танцев, простейших этюдов на материале народных танцев.

Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы.

Любой танец воздействует на зрителя лишь тогда, когда искусство танцовщика основывается на выразительном, а не механическом тесте. Следовательно, в учебной работе, надо подвести обучающихся к тому, чтобы они стремились выполнять каждое движение грамотно и физически уверенно, творчески увлеченно и музыкально.

Далее остановимся в программе над методическими видами продукции:

- методические рекомендации для постановки классических осетинских танцев «Симд», «Приглашение» «Девичий»;
- видеозаписи (тематическая подборка) национального, танцевального творчества народов Кавказа («Аджарский», «Дагестанский», «Картули» «Абхазский»);
- сценарий проведенных мероприятий, фестивали танцевального искусства;
- наглядные пособия со схемами танцевального движения;
- фонотека записей национальных мелодий;
- обучающие программы в электронном виде (CD, дискеты).

Учебно-тематический план 2-го года обучения

Цель: привитие знаний по исполнению всех основных осетинских танцев и танцев народа Кавказа, выступления воспитанников на открытых занятиях и концертах.

Задачи:

1. Развитие устойчивости и силы стопы.
2. Закрепление навыков сочетания танцевальных движений
3. Выработка элементов художественной окраски танца.
4. Развитие четкости, точности исполнения движений, ансамблевости.
5. Работа над этюдами народных танцев.
6. Работа над репертуаром.

№	Тема занятий	Количество часов		
		Теоретическ их	Практи ческих	Всего
1	Вводное занятие. Беседа о целях и задачах объединения на учебный год. Инструктаж по технике безопасности.	2		2
2	Закрепление навыков танцевальных движений, совершенствование физической формы: - совершенствование навыков исполнения элементов классического экзерсиса; - система упражнений с элементами народного танца	4	40	44
3	Изучение танцев народов Кавказа: - быт и обычаи народов Кавказа; - костюмы народов Кавказа; - мелодии Кавказа, динамические оттенки.	4	2	6
4	Характерные особенности танцев народов Кавказа: осанка, руки, взаимоотношения партнеров в танце, эмоциональный настрой, темперамент, жесткость, плавность.		12	12
5	Основные движения танцев: -основной ход танцев «Симд», «Хонга» с движением рук; -боковой ход танца «Симд», простейшие связки танцев «Симд», «Хонга»; -основной ход кабардинских танцев «Удж», «Кафа»; -основной ход армянского танца «Шалахо»; -абхазский танец.		40	40
6	Этюды на материале танцев «Симд», «Хонга», «Кафа», «Удж», «Зилга кафт», «Шой».		36	36
7	Постановочная работа: -«Симд» -«Хонга» -«Девичий танец»		56	56
8	Итоговые занятия.		6	6
9	Экскурсии, посещение национальных хореографических коллективов.		8	8

10	Концертная деятельность		6	6
	Итого:	10	206	216

Ожидаемые результаты:

К концу 2-го года обучающиеся приобретают

знания особенностей танцев народов Кавказа, народного костюма, творчества лучших хореографических коллективов Кавказа;

навыки исполнения осетинских танцев, основных движений и этюдов на материале танцев народов Кавказа, концертной деятельности.

Рекомендуемая литература:

для педагога:

1. Базарова М., Мей В. Азбука классического танца. - Л.: Изд. Искусство, 1958г.
2. Грикурова Л.В. Осетинские танцы. - Орджоникидзе: Северо - Осетинское книжное издательство, 1961г.
3. Захаров М.А. Искусство балетмейстера. - М.: 1983г.
4. Устинов Т.С. Русский танец. - М.:1972г.
5. Устинова Т.А. Народный танец. Обряды и обычаи. -Владикавказ: 1992 г.
6. Уральская А.В. Классически^ танец -М.: 1990 г.

для обучающихся:

1. Бочкарёва Н.И. «Развитие творческих способностей детей на уроке ритмики и хореографии», Кемерово, 1998 г.
2. Васильева Т. К. «Секрет танца» - Санкт-Петербург 1997 г.
3. Колодницкий Г.А. «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей» – М. Гном-Пресс, 2000 г.
4. Фисанович Т. М. «Танцы для девочек» - г. Москва 2000 г.

для родителей:

- 1.Зенн Л.В. Всестороннее развитие ребёнка, средствами музыки и ритмических движений на уроках ритмики.
2. Боброва Г.А., Искусство Грации. –М.: Детская литература, 1999.
3. Эстетическое воспитание в семье, Сборник статей, –М.: Искусство.