


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования

«Дом детского творчества»

<p><b>Принято</b> Координационно-методическим Советом МБОУДО «ДТТ» Протокол от 23.04.2020 №17</p>	 <p><b>УТВЕРЖДЕНО</b> Д.В.Попова Директор МБОУДО «ДТТ» Приказом МБОУДО «ДТТ» 23.04.2020 №114</p>
---	--

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
ПО ХОРЕОГРАФИИ  
«Танцуем вместе»  
(рабочая)**

**Возраст обучающихся: 5 – 7 лет**

**Срок реализации программы: 1 год**

**Автор - составитель:**

**Агапова Екатерина Андреевна**

**педагог дополнительного образования**

г. Сосновый Бор  
2020

## Содержание

1	Пояснительная записка	3
2	Учебно – тематический план	7
3	Содержание программы	8
4	Календарный учебный график	9
5	Учебно – методическое обеспечение программы	10
6	Материально - техническое обеспечение программы	12
7	Список литературы для педагога	13
8	Приложение	14

## 1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности «Танцуем вместе» (далее Программа) предназначена для работы с детьми дошкольного возраста, уровень освоения - ознакомительный, вид - модифицированный.

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Концепции развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014 года № 1726-р, приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Танцоры-хореографы знают, что тот, кто танцует, во многих случаях оказывается более внимателен, и внимателен по сравнению с другими, поскольку привычка «приглядываться» и «прислушиваться» и чутко откликаться на внешние впечатления становится для них второй натурой. Важно сохранить и раскрыть в каждом ребенке то лучшее, что есть в нем от природы. Главное - не пропустить самый ранний период – момент становления личности. Валеологическая направленность обучения танцам, соединенная с духовно-творческой устремленностью - необходимое условие для гармоничного развития ребенка.

В настоящее время существуют много ритмопластических направлений, но я выбрала одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных — это хореография. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях. Эффективность — в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно - сосудистую, дыхательную и нервную системы человека. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям младших школьников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

**Актуальность программы** обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

**Педагогическая целесообразность программы** объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: терпению, активности, самостоятельности, трудолюбию. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания.

**Отличительные особенности данной программы в том, что** знания возрастных особенностей детей даёт возможность находить более эффективные способы управления психическими процессами ребёнка, в том числе и музыкальным развитием. На занятиях используются различные виды деятельности: ритмика и элементы музыкальной грамоты, танцевальная азбука и элементы народного танца, танцевальные этюды, игры и танцы, партерная гимнастика.

**Цель программы** – приобщение детей к миру танца, познание ими основ танцевальной культуры.

**Задачи программы:**

*Обучающие:*

- изучение основ танцевальной культуры;
- изучение основных хореографических терминов;
- умение воплотить в первых исполняемых танцах содержание и характер музыки через движения;
- укрепление общефизического состояния, корректировка недостатков осанки;
- формирование навыков творческой деятельности;
- привитие навыков «балетной осанки».

*Развивающие:*

- приобщение ребят к миру прекрасного, к миру танцевальной культуры, помощь в рождении многообразных эмоциональных состояний, связанных с творчеством, движением;
- развитие творческой инициативы и способности к самовыражению в танце;
- развитие чувства ритма, музыкальности, координации детей.

*Воспитательные*

- воспитание эстетически грамотных людей, способных уважать духовные ценности;
- привитие внешней культуры поведения;
- развитие трудолюбия, самодисциплины, терпения, организованности;
- формирование художественного вкуса;
- профилактика и сохранение здоровья в процессе обучения.

**Возраст обучающихся:** программа рассчитана на детей 5-7 лет с учетом физических, психологических и возрастных особенностей этого возраста. Набор в группы свободный без предварительной записи. Состав групп постоянный. Количество обучающихся 10-15 человек.

**Срок реализации программы:** 1 год.

**Объем часов по программе:** 1 год обучения – 36 часов.

**Режим занятий:** 1 раза в неделю по 1 часу

**Форма организации деятельности:** групповая.

**Форма обучения:** очная, язык - русский.

**Возможна дистанционная форма** обучения (видеоуроки, чат, графические дидактические материалы, видеоконференции с другими детьми, формы фиксации образовательных результатов). Размещение наполнения теоретической и практической частей общеобразовательной общеразвивающей программы на платформе Moodle, Zoom и тд.

Проведение занятий в режиме online и offline согласно расписанию. Реализация дистанционного обучения ведется согласно «Положению о дистанционной форме обучения в активированные дни, дни карантина, период эпиднеблагополучия в МБОУДО «ДДТ»» (Приказ МБОУДО «ДДТ» от 25.03.2020 №87).

**Форма проведения занятий:**

- учебное занятие.

**Ожидаемый результаты и способы их определения**

- Понимание терминов: «пластика», «гибкость», «акробатика», «растяжка»;
- Импровизация под музыку;
- Контроль своего дыхания;
- освоение первоначальных хореографических навыков;
- поддержание физической формы вследствие регулярных занятий, коррекция осанки;
- освоение первоначальных навыков танцевального этикета;
- выступление на конкурсах и фестивалях.

**Используются следующие способы определения качества достигнутого результата учащимися при освоении программы:**

- создание танцевальных номеров;
- освоение танцевального репертуара;
- проведение открытых занятий для родителей.

**Формы подведения итогов:**

- проведение открытых занятий для родителей;
- участие в хореографических конкурсах и фестивалях;
- участие в праздничных программах, концертах;
- проведение показательного занятия в конце учебного года.

Диагностика освоения программы проводится 2 раза в год (см. Приложение 1).

**Входной контроль.** Проверка гибкости (шпагат, лягушка), музыкальности (может ли прохлопать в ладоши заданный темп).

**Промежуточный контроль.** Каждые 3 месяца учащиеся сдают творческое тестирование. Результат оформляется в личные дневники учащихся и в таблицу оценивания динамики усвоения материала и развития воспитанника, где указаны:

- двигательные действия,
- техника движения,
- музыкально-ритмическая координация,
- фиксация внимания.

**Итоговый контроль.** В конце года проходит показательное занятие, где учащиеся показывают, чему они научились за год.

## 2. Учебно-тематический план

№	Тема	всего	теория	практика
1	<b>Вводное занятие</b>	1	1	-
2	<b>Элементарные движения под музыку</b> <i>Ходьба</i> - меняя направление, - по кругу, взявшись за руки, - приставными шагами вперед, - приставными шагами вправо – влево , - на носках, - высоко поднимая колени, с остановкой, с поворотами.	3	1	2
	<i>Бег</i> - в разных направлениях, - в колонке небольшими группами, - по кругу с соблюдением дистанции, - между двумя линиями, - в медленном темпе, - на носках, - широким шагом, - в колонке, по прямой и извилистой дорожке, - в чередовании с ходьбой, - с остановкой, со сменой направления.	3	1	2
	<i>Прыжки</i> - ритмические приседания и выпрямления, - подпрыгивания на двух ногах, - прыжки вверх, - прыжки на двух ногах с продвижением вперед, - в длину с места, в глубину, - ноги вместе – ноги врозь, - с ноги на ногу.	3	1	2
3	<b>Элементы классического, народного и историко-бытового танцев</b> - полуприседания, приседания	3	1	2
	- вытягивание ног попеременно на носок, круговые движения ногой по полу	3	1	2
	- изучение позиций рук (подготовительное, первая позиция, вторая позиция, третья позиция)	3	1	2
	- танцевальные движения (вальсовая дорожка, полька, менуэт)	5	1	4
	- знакомство и освоение основных танцевальных поз	4	1	3
4	<b>Подвижные игры под музыку, отработка репертуара, участие в конкурсных мероприятиях</b>	7	1	6
5	<b>Итоговое занятие</b>	1	-	1
	<b>Итого</b>	<b>36</b>	<b>10</b>	<b>26</b>

### 3. Содержание программы

В содержании программы – разнообразные игры на развитие чувства ритма, освоение видов ходьбы, бега, различных прыжков. Дети должны почувствовать и ощущать пространство танцевального класса; уметь перестраиваться, как в заданном, так и в произвольном направлении, с последующим возвращением на первоначальное место. Занятие начинается с построения детей, приветствия (поклона), сообщения педагогом основных задач. Далее следует разминка, включающая в себя различные виды ходьбы, бега, поскоки, подскоки:

#### 1. Вводное занятие

##### *Теория*

- комплектование групп, знакомство;
- значение занятий хореографией для здоровья;
- правила поведения, форма, сведения о режиме дня, личной гигиене;
- инструктаж по ТБ.

#### 2. Элементарные движения под музыку

##### *Теория*

Объяснение муз.размера, ритма, слабые и сильные доли, акцент, направления, что такое бег, прыжки и т.д. Понятие о строении музыкальной речи (вступление, музыкальная фраза, предложение, двухчастная и трехчастная форма). Умение начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, определять строение музыки.

##### *Практика*

- ходьба на полупальцах;
- бег и танцевальный бег;
- упражнения для стопы;
- сочетание различных шагов с хлопками;
- построение в шеренгу, колонну, полукруг;
- прыжки, подпрыгивания;
- понятие темпа – медленный, умеренный, быстрый;
- выделение сильной и слабой доли;
- повороты корпуса, наклоны.
- фигурная маршировка, ходьба парами;
- змейки, волны, гребешок, звездочки.

Упражнения выполняются проходным способом.

Исполнение ритмического рисунка хлопками, шагами, бегом, прыжками. Используются игры на развитие внимания, выработки осанки.



### **3. Элементы классического, народного и историко-бытового танцев**

#### *Теория*

Объяснение правил правильной осанки, позиций ног, рук, что такое полуприседание, полное приседание.

#### *Практика*

- полуприседания, приседания;
- вытягивание ног попеременно на носок, круговые движения ногой по полу;
- изучение позиций рук (подготовительное, первая позиция, вторая позиция, третья позиция);
- танцевальные движения (вальсовая дорожка, полька, менуэт);
- знакомство и освоение основных танцевальных поз.

### **4. Подвижные игры под музыку, отработка репертуара, участие в конкурсных мероприятиях**

#### *Теория*

Дается основное и элементарное понятие – импровизация.

#### *Практика*

- игры: «Любимая игрушка», «Найди затейника», «Пластилин».
- отработка репертуара

### **5. Итоговое занятие**

Открытое занятие. Подведение итогов.

#### 4. Календарный учебный график

- Продолжительность учебного года для основных групп (на базе учреждения, дошкольные учреждения) - **36 недель**

	<b>1 полугодие</b>	<b>Образовательный процесс</b>	<b>Осенние каникулы</b>	<b>Зимние каникулы</b>	<b>2 полугодие</b>	<b>Образовательный процесс</b>	<b>Весенние каникулы</b>	<b>Летние каникулы</b>	<b>Всего учебных недель в год</b>
1 год обучения	15.09-26.12 2020	15 недель	04.11 (1 к/дн.)	28.12-10.01 (14 к/дн.)	11.01-31.05 2021	21 неделя	27.03-28.03 (2 к/дн.)	01.06-31.08 2021	<b>36 недель</b>
2 год и посл.года обучения	01.09-26.12 2020	17 недель	04.11 (1 к/дн.)	28.12-08.01 (12 к/дн.)	11.01-31.05 2021	19 недель	27.03-28.03 (2 к/дн.)	01.06-31.08 2021	<b>36 недель</b>

## **5. Учебно-методическое обеспечение программы**

### **Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса**

- объяснение (учебный материал преподносится обучающимся в связной форме посредством слов)
- рассказ (представляет собой монологическую форму изложения учебного материала педагогом. В нем акцентируется внимание на конкретных фактах, их взаимосвязях.)
- беседа (метод, внешним признаком которого является чередование вопросов педагога и ответов учащихся в процессе обучения.)
- демонстрация (взаимодействия педагога с детьми на основе показа реальных событий жизни, фото и видео материала)
- упражнение (метод систематической и эффективной отработки умения или навыка путем повторяющихся умственных действий, манипуляций, практических операций в процессе обучающего взаимодействия учащихся с педагогом.)
- игра (применение игровых элементов, с целью усвоения материала)

## **6. Материально - техническое обеспечение программы**

Для качественной реализации данной программы следует иметь определенные условия

- материально-техническое оснащение: спортивный или актовый зал, оборудованный необходимым инвентарем: гимнастические коврики, медицинская аптечка, аудио и видеоаппаратура;
- информационно-методический ресурс: учебно-методическая литература, электронные образовательные ресурсы (приложение 1), сеть Интернет.
- использование реквизита (обручи, мячи, ведерки, платочки, шарфики, венки, ленты, и др.).
- использование определенных методов, форм и приемов

Форма для занятий:

Для девочек:

- гимнастический купальник черного цвета,
- юбка черного цвета
- балетки черного цвета,
- волосы заплетены в пучок.

Для мальчиков:

- шорты или штаны черного цвета
- балетки черного цвета

Важно использование реквизита (обручи, мячи, ведерки, платочки, шарфики, венки, ленты, и др.).

## **7. Список литературы**

### **Литература для педагога**

1. Е.Луцкая, “Жизнь в танце”, “Искусство”, М., 2003
2. М.Годик, А.Брамидзе, Т.Киселева, “Стретчинг”, М., Советский спорт, 2010;
3. А.Петерсон, “Единство и взаимодействие физического и эстетического воспитания”, автореферат, Рига, 2005;
4. Т.Ротерс, “Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика”, М., Просвещение;
5. В.Уральская “Природа танца”, М., 2002;
6. Д.Кирнарская, “Музыкальные способности”, М., 2004.

### **Литература для детей**

1. М.Бежар «Мгновения в жизни другого»;
2. Блазис К. Танцы вообще, балетные знаменитости и национальные танцы. М., 2003;
3. Глушковский А.П. Записки балетмейстера. М-Л., «Искусство», 2006;
4. Худеков С.Н. История танцев всех времен и народов. Ч.Спб 2007;
8. Фокин Михаил, Против течения, Ленинград. «Искусство». 2010г.

## 7. Приложение

### Диагностическая карта

«Освоение дополнительной общеразвивающей программы «Танцуем вместе»

год обучения \_\_\_\_\_ группа № \_\_\_\_\_ учебный год \_\_\_\_\_

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Элементарные движения под музыку	Элементы классического, народного и историко-бытового танцев	Танцевальная импровизация Подвижные игры под музыку, отработка репертуара, участие в конкурсных мероприятиях	1 полугодие	2 полугодие	Итого

#### Высокий уровень освоения программы (отлично)

- Точное знание терминологии и правил исполнения движений;
- Точность, музыкальность и выразительность исполнения танцевальных комбинаций и этюдов;
- Умение работать в ансамбле и владение навыками сольного исполнения танцевальных фрагментов;
- Полное владение репертуаром коллектива соответствующего года обучения.

#### Средний уровень освоения программы (хорошо)

- Неполное владение теоретическими знаниями по танцевальной дисциплине в соответствии с годом обучения;
- Недостаточно точное исполнение танцевальных комбинаций с точки зрения координации движений и музыкальности;
- Умение работать в ансамбле;
- Неполное владение репертуаром коллектива соответствующего года обучения.

#### Низкий уровень освоения программы (удовлетворительно)

- Слабое усвоение теоретического программного материала соответствующего года обучения;
- Неточное исполнение танцевальных комбинаций.