

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования
«Дом детского творчества»

ПРИНЯТО Координационным – методическим
советом МБОУДО «ДДТ»
[протокол от 30.08.2022 г № 1

УТВЕРЖДАЮ
Приказом МБОУДО «ДДТ»
от 01.09.2022 г. № 247
Директор МБОУДО «ДДТ»
Д. В. Попова



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности по хореографии
«Первые шаги»

Возраст обучающихся: 3 - 6 лет
Срок реализации программы: 2 года
Автор: Агапова Екатерина Андреевна
педагог дополнительного образования

г. Сосновый Бор

2022

АННОТАЦИЯ
к дополнительной общеразвивающей программе «ПЕРВЫЕ ШАГИ»

Направленность:	художественная
Направление:	хореография
Вид:	модифицированная
Уровень освоения:	общекультурный, ознакомительный
Целевое назначение программы:	1) приобщение детей к хореографическому искусству 2) физическое совершенствование личности средствами танца 3) формирование навыков творческой деятельности 4) раскрытие индивидуальности и пробуждение эмоциональной отзывчивости
Задачи программы:	<p><u>Обучающие задачи:</u></p> <ol style="list-style-type: none">1) изучить основы танца, ритмики, гимнастики2) научить умению слушать, воспринимать, оценивать музыку3) научить самостоятельно, отражать свои впечатления в практических музыкально-двигательных образах4) приобрести специальные хореографические навыки <p><u>Развивающие задачи:</u></p> <ol style="list-style-type: none">1) развитие психических процессов (мышление, внимание, воображение, фантазия)2) развитие физиологических способностей (выносливости, прыгучести, растяжки)3) общефизическое развитие <p><u>Воспитательные задачи:</u></p> <ol style="list-style-type: none">1) сформировать у воспитанников эмоционально-ценностное отношение к действительности3) воспитать личность, уважающую себя, осознающую свою ценность и признающую ценность другой личности, способную сделать правильный выбор в ситуациях нравственного выбора4) воспитать трудолюбие и целеустремлённость5) приучить к дисциплине6) воспитать чуткость, внимательность к другим, чувство собственного достоинства
Возраст:	3-6 лет
Срок реализации:	2 года

Объем программы:	1 год - 96 часов 2 год - 96 часов
Ожидаемый результат:	<p>По окончании первого года обучения, учащиеся младшей группы должны</p> <p>знать:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) правила ориентации в пространстве (постановка детей в круг, полукруг, квадрат и т.д.) 2) о роли центра и интервалов в танце <p>уметь:</p> <ol style="list-style-type: none"> 3) различать музыкальный темп 4) повторять ритмический рисунок хлопками 5) ориентироваться в пространстве танцевального зала 6) исполнять выученные эпизоды и композиции <p>По окончании первого года обучения, учащиеся старшей группы должны</p> <p>знать:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) правила исполнения изучаемых движений 2) понятия о пространстве класса и правила ориентации в нём <p>уметь:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) контролировать работу всех частей тела: рук, ног, головы, корпуса 2) согласовывать одновременно работу самых разнообразных групп мышц, участвующих в движениях танца 3) сохранять устойчивость на «полупальцах»
Особенности реализации программы:	наличие материально-технической базы

Содержание

1. **Пояснительная записка**
 - 1.1. Актуальность программы
 - 1.2. Цели и задачи
 - 1.3. Формы проведения занятий
 - 1.4. Прогнозируемые результаты
 - 1.5. Формы контроля и диагностики результатов
 - 1.6. Воспитательная работа
 - 1.7. Работа с родителями

2. **Учебно-тематический план**
 - 2.1. Младшая дошкольная возрастная группа (3-4 года)
 - 2.2. Средняя дошкольная возрастная группа (5-6 лет)
 - 2.3. Старшая дошкольная возрастная группа (6-7 лет)

3. **Содержание деятельности**
 - 3.1. Младшая дошкольная возрастная группа (3-4 года)
 - 3.2. Средняя дошкольная возрастная группа (5-6 лет)
 - 3.3. Старшая дошкольная возрастная группа (6-7 лет)

4. **Методическое обеспечение**
5. **Условия реализации образовательной программы**
6. **Литература**

1. Пояснительная записка

1.1. Актуальность программы

Танец – это одна из наиболее популярных форм искусства. Выразительные возможности человеческого тела в танце безграничны. Красивый танец завораживает, притягивает внимание. Поэтому многие родители (поклонники танца) стараются с самого раннего детства приобщить своих детей к хореографии. Их стремление понятно и поощрительно. Ведь хореографическое обучение имеет большое оздоровительное значение – исправляется плохая осанка, плоскостопие, исправляется неправильная походка, развивается и совершенствуется опорно-двигательный аппарат, костно-мышечный корсет, дыхательная и сердечнососудистая системы. Кроме того, занятия танцем, требующие от учащихся напряжённых усилий и сообразительности, повышают их трудолюбие, трудоспособность, закаляют волю и характер детей, дисциплинируют их, способствуют всестороннему развитию личности. Дети получают огромное удовольствие от свободных и лёгких движений, от сочетания музыки с пластикой своего тела, жеста и мимики. Сколько радости и положительных эмоций доставляет им танец!

Данная программа по современной хореографии носит адаптированный характер. Она разработана для двух возрастных категорий. Дети распределяются на следующие возрастные группы – 1) 3-4 год, 2) 5-6 лет.

На данном уровне обучения проходит ознакомление детей с основами музыкальной ритмики и танцевальной грамоты. Так же ведётся индивидуальная работа по исправлению, имеющихся недостатков (неправильная осанка, сколиоз, лордоз, плосковальгусная постановка стоп).

Занятия состоят из основной и игровой частей, что является оптимальным для усвоения предлагаемой программы.

1.2. Цели и задачи

Цели:

- 1) приобщение детей к хореографическому искусству
- 2) физическое совершенствование личности средствами танца
- 3) формирование навыков творческой деятельности
- 4) раскрытие индивидуальности и пробуждение эмоциональной отзывчивости

Задачи:

Обучающие:

- 1) изучить основы танца, ритмики, гимнастики
- 2) научить умению слушать, воспринимать, оценивать музыку
- 3) научить самостоятельно, отражать свои впечатления в практических музыкально-двигательных образах
- 4) приобрести специальные хореографические навыки

Развивающие:

- 1) развитие психических процессов (мышление, внимание, воображение, фантазия)
- 2) развитие физиологических способностей (выносливости, прыгучести, растяжки)
- 3) общефизическое развитие

Воспитательные:

- 1) сформировать у воспитанников эмоционально-ценностное отношение к действительности
- 3) воспитать личность, уважающую себя, осознающую свою ценность и признающую ценность другой личности, способную сделать правильный выбор в ситуациях нравственного выбора
- 4) воспитать трудолюбие и целеустремлённость
- 5) приучить к дисциплине
- 6) воспитать чуткость, внимательность к другим, чувство собственного достоинства

1.3. Формы проведения занятий

На занятиях сочетаются различные формы работы, в зависимости от поставленных целей и задач.

Формы обучения: групповые.

Виды уроков:

- 1) учебный
- 2) контрольный
- 3) открытый урок (утренник)

1.4. Прогнозируемые результаты

По окончании первого года обучения, учащиеся младшей группы должны **знать:**

- 1) правила ориентации в пространстве (постановка детей в круг, полукруг, квадрат и т.д.)
- 2) о роли центра и интервалов в танце

уметь:

- 3) различать музыкальный темп
- 4) повторять ритмический рисунок хлопками
- 5) ориентироваться в пространстве танцевального зала

б) исполнять выученные эпизоды и композиции

По окончании первого года обучения, учащиеся старшей группы должны **знать:**

- 1) правила исполнения изучаемых движений
- 2) понятия о пространстве класса и правила ориентации в нём

уметь:

- 1) контролировать работу всех частей тела: рук, ног, головы, корпуса
- 2) согласовывать одновременно работу самых разнообразных групп мышц, участвующих в движениях танца
- 3) сохранять устойчивость на «полупальцах»

1.5. Формы контроля и диагностики результатов

Этапы контроля:

1) Предварительный контроль – выявление знаний, умений, навыков в начале обучения для определения готовности детей.

Формы: просмотр.

2) Промежуточный контроль – диагностирование прочности усвоения учащимися программного материала.

Формы: контрольный урок.

3) Итоговый контроль – диагностирование уровня качества образованности и развития учащихся, в соответствии с поставленной целью, т.е. анализ знаний, умений, навыков и положительных изменений в развитии личностных качеств ребёнка.

Формы: творческий отчёт коллектива (утренники), концерты.

1.6. Воспитательная деятельность

Процесс воспитания направлен на развитие жизнелюбивой, талантливой личности, готовой к созидательной, творческой, деятельности и нравственному поведению. Главным условием этого является создание в коллективе атмосферы взаимного доверия, доброжелательности, взаимовыручки, где ребёнок чувствует себя в безопасности и не испытывает ощущения своей никчёмности, умеет открыто выражать свои мысли без боязни насмешки, где поддерживается индивидуальность ребёнка, независимо от критериев успеваемости и физических возможностей.

1.7. Работа с родителями

Задачи повышения качества учебно-воспитательного процесса и формирование творческой личности не могут быть разрешены без активного взаимодействия родителей и педагога. Отдельно, ни семья, ни учитель, не смогут обеспечить полноценного воспитания. Основной формой работы с родителями является родительское собрание. В начале года проводится родительское собрание, где рассказывается:

- 1) о форме одежды
- 2) о расписании занятий
- 3) об основных требованиях педагога
- 4) о концертной деятельности
- 5) о приобретении и создании костюмов и инвентаря
- 6) о задачах и планах на год.

А так же проводятся собрания в течение всего учебного года, по мере необходимости. Основные вопросы, которые затрагиваются на родительских собраниях:

- 1) Необходимость понимания, что занятия детей танцами – это серьезный труд, а не просто проведение времени.
- 2) Уважительное отношение к занятиям ребёнка танцами. Нужно поощрять его выбор, поддерживать малыша.
- 3) Контроль выполнения ребёнком домашних заданий.
- 4) Родители должны адекватно смотреть на успехи ребёнка, реально оценивать ситуацию.
- 5) Поддержка родителей в организации концертной деятельности и создании костюмов. Помощь в фото и видео-съёмке.

2. Учебный план.

2.1. Учебный план для младшей группы (3-4 года)

№ п/п	Тема	Кол-во часов 1 год обучения		
		теория	практика	всего
1.	Вводное занятие	1	-	1
2.	Игроритмика	-	20	20
3.	Танцевальные движения	2	12	14
4.	Партерная гимнастика	2	30	32
5.	Постановочная работа	1	14	15
6.	Репетиции	-	10	10
7.	Концертная деятельность	-	2	2
8.	Итоговое (промежуточные) занятие	-	2	2
Итого		6	90	96

2.2. Учебный план для средней группы (5-6 лет)

№ п\п	Тема	Кол-во часов 1 год обучения		
		теория	практика	всего
1.	Вводное занятие	1	-	1
2.	Игроритмика	-	20	20
3.	Танцевальные движения	2	12	14
4.	Партерная гимнастика	2	30	32
5.	Постановочная работа	1	14	15
6.	Репетиции	-	10	10
7.	Концертная деятельность	-	2	2
8.	Итоговое (промежуточные) занятие	-	2	2
Итого		6	90	96

3. Содержание деятельности

3.1. Младшая дошкольная возрастная группа (3-4 года)

1. Вводный урок.

Практика:

- знакомство детей с учителем, классом, друг с другом
- правила техники безопасности
- требования к танцевальной форме, дисциплине
- знакомство с понятием «хореография»
- изучение построения и перестроения
- постановка корпуса
- различие правой и левой руки, ноги
- повороты вправо и влево
- музыкально-пространственные упражнения

2. Танцевальные движения.

Практика:

- шаги (шаг с вытянутого носка, с пятки)
- виды бега (лёгкий бег на «полупальцах», бег с высоко поднятыми коленями, «бег-захлест»)
- упражнения на развитие всех групп мышц (наклоны, повороты, сочетания наклонов и поворотов)
- прыжки на месте и в продвижении

3. Партерная гимнастика.

Практика:

- упражнения для укрепления мышц спины («дельфин»)
- перекаты через спину
- подготовительные упражнения к растяжке
- подготовка к мостику
- упражнения «лягушка», «берёзка», «кошечка»

4. Постановочная работа.

Практика:

- разучивание танцевальных этюдов и композиций.

5. Репетиции.

Практика:

- просмотр
- работа над ошибками

6. Концертная деятельность.

Практика:

- выступление на утренниках

7. Итоговое занятие.

Практика:

- проверка знаний, умений и навыков в виде контрольного урока.

3.2. Старшая дошкольная возрастная группа (5-6 лет)

1. Вводный урок.

Практика:

- знакомство детей с учителем, классом, друг с другом
- правила техники безопасности
- требования к танцевальной форме, дисциплине
- знакомство с понятием «хореография»
- изучение построения и перестроения
- постановка корпуса
- различие правой и левой руки, ноги
- повороты вправо и влево
- музыкально-пространственные упражнения

2. Танцевальные движения.

Практика:

- изучение движений («пружинка», «восьмёрка»)
- шаги с координацией рук, ног, головы, корпуса
- танцевальные подскоки, галоп
- виды бега (лёгкий бег на «полупальцах», бег с высоко поднятыми коленями, «бег-захлест»)
- упражнения на развитие всех групп мышц (наклоны, повороты, сочетания наклонов и поворотов)
- прыжки на месте и в продвижении

3. Партерная гимнастика.

Практика:

- выполнение упражнений («складка», продольный и поперечный шпагат)
- прогибы и перегибы
- подготовка к упражнению «колесо»

4. Постановочная работа.

Практика:

- разучивание танцевальных этюдов и композиций и танцев

5. Репетиции.

Практика:

- просмотр
- работа над ошибками

6. Концертная деятельность.

Практика:

- выступление на утренниках
- участие в творческих мероприятиях детского сада

7. Итоговое занятие.

Практика:

- проверка знаний, умений и навыков в виде контрольного урока.

4. Методическое обеспечение

В основе работы с детьми лежат дидактические принципы: доступность и наглядность. Связь учебного материала и интересов детей очень важна, так как при этом благотворно и активно развиваются творческие способности детей. Также очень важна связь педагога с семьями учеников, их взаимодействие и взаимопомощь.

Всё, начиная с вводного урока и до концерта, подчинено:

- идейно-нравственному и художественному воспитанию ребёнка
- созданию интересного творческого детского коллектива.

Тренаж, репетиции, постоянное и настойчивое повторение движений, для достижения лучшего качества их исполнения, воспитывают в каждом ребёнке: трудолюбие, выносливость, настойчивость, аккуратность, дисциплинируют детей.

Эстетическая сторона воспитания позволяет привить малышам художественный вкус, музыкальность.

В возрасте от трёх до семи лет происходят очень важные изменения в физическом и психическом развитии ребёнка.

Особенностями детей этого возраста являются:

- активность,
- эмоциональность,
- стремление к конкретной деятельности,
- безграничное доверие взрослым (учителю).

В этом возрасте дети не умеют сосредотачивать внимание на определённом движении, нет настойчивости в работе. У них ещё недостаточно физических сил, мышцы слабы и не способны долго поддерживать тело в правильном положении. Однако мышечная система способна к интенсивному развитию за счёт достаточного количества нагрузки. Костная ткань отличается податливостью, гибкостью. Для детей этого возраста необходимы эмоциональные объяснения и разъяснения. С ними нужно играть в те или иные образы, чередуя танцевальную грамоту и игру.

Основными принципами освоения программы являются:

- от простого к сложному,
- от медленного к быстрому,
- посмотри и повтори,
- осмысли и выполни.

Дети разучивают движения, повторяя их за учителем, развивая зрительное восприятие, умение считывать «па» с ходу, выполнять движения не глядя на соседа.

Пол воспитанников.

Процесс обучения проходит смешанным составом групп: мальчики и девочки.

Особенности преподавания.

В основе танца лежит музыка, её восприятие и эмоциональный отклик. По этому основным принципом танца является закон – от музыки к движению. Движение используется как средство более глубокого проникновения в музыкальное искусство. При прослушивании музыкального произведения, устанавливается его темп. Темп обусловлен содержанием и характером музыки.

Первая задача хореографа - научить детей воспринимать и передавать в движениях различные темпы музыки: быстрый темп – движения лёгкие и быстрые, медленный темп – мягкие и плавные.

Вторая задача – научиться сохранять устойчивость в темпе. Каждое движение должно исполняться в такт музыке, не опережая её и не задерживаясь.

Следующая задача – переключаться с одного темпа на другой.

Всё это учит хорошо владеть своим телом, чтобы заставить мышцы работать в определённом направлении, затрачивая на движение нужное количество энергии.

Двигательной основой для дошкольных групп являются следующие движения: ходьба, бег, подскоки, повороты, прыжки, простейшие «па», их сочетания и комбинации.

Непременным является изучение построений и перестроений: линия, колонна, круг, змейка, цепочка, движение парами и т.д.

Методика обучения.

1) Словесные методы:

- объяснение танцевального материала

2) Наглядные методы:

- личный показ педагога
- наблюдение за другими учащимися

3) Практические методы:

- исправление ошибок
- концертная деятельность
- примерка костюмов

5. Условия реализации образовательной программы

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально - технического обеспечения:

- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи;
- специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером - коврик);
- костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями).

6. Список литературы

1. Барышникова Т.А. «Азбука хореографии», М.,2001
2. Бобкова Д.Е. «Волшебная сила танца», Самара,2005
3. Васильева Т.И. «Тому, кто хочет учиться балету», М.,ГИТИС,1994
4. Загорц М.И. «Танцы»,М.»ИЖИЦА»,2003
5. Костравицкая В.П. «Школа классического танца », Л.«Искусство», 1976
6. Котельникова Е.Г. «Биомеханика хореографических упражнений », Л.»Искусство», 1980
7. Пуртова Т.В., Беликова А.Н. «Учите детей танцевать», М., 2003
8. Телегин А.А. «Ритмика и танец», Самара,1992
9. Франко Т.,Лившиц И. «Методическое пособие по ритмике», М.,1987
10. Шереметьевская Н. «Танец на эстраде», Л.»Искусство», 1985