

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества»

ПРИНЯТО Координационным – методическим  
Советом МБОУДО «ДДТ»  
Протокол от 31.08.2024 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ  
Приказом МБОУДО «ДДТ»  
от 02.09.2024 г. № 242  
Директор МБОУДО «ДДТ»  
Д. В. Попова



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**  
**художественной направленности**  
**по хореографическому искусству**  
**«Росинки»**

**Возраст учащихся:** 4 – 7 лет

**Срок реализации:** 1 год

Автор - составитель:

Кутьина Татьяна Алексеевна -  
педагог дополнительного образования

г. Сосновый Бор  
2024 г.

## Содержание

1	Пояснительная записка	3
2	Учебный план	7
3	Содержание программы	8
4	Учебно – материальная программа	11
5	Список литературы	12
6	Приложение	13

## 1. Пояснительная записка.

Подвижная игра является основным средством и методом обучения хореографии детей дошкольного возраста. В подвижных играх воспитывается выразительность движений, развивается детское творчество.

Детская фантазия безгранична. Из поколения в поколение, от старших к младшим передавались подвижные игры и таким образом дошли до наших дней. Но кроме этого, каждое поколение детей придумывало свои подвижные игры и, от этого сокровищница народных игр становилась только богаче.

На огромное воспитательное значение народных подвижных игр указывали все, кто, так или иначе, сталкивался с ними в своей научной и педагогической деятельности.

К. Д. Ушинский писал, что воспитание, созданное самим народом и основанное на народных началах, имеет ту воспитательную силу, которой нет в самых лучших системах, основанных на абстрактных идеях или заимствованных у другого народа. К. Д. Ушинский также считал необходимым обратить внимание на народные игры, проработать этот богатый источник, организовать их и создать из них превосходное и могущественное воспитательное средство.

Е. А. Покровский рассматривал подвижные игры как наиболее естественную форму физических упражнений детей, соответствующих их анатомическим и психологическим особенностям. Детские подвижные игры, взятые из сокровищницы народных игр, отвечают национальным особенностям, выполняют задачу национального воспитания. Они выступают не только как фактор физического развития и воспитания, но и как средство духовного формирования личности....

П. Ф. Лесгафт считал подвижные игры ценнейшим средством всестороннего воспитания личности ребенка, развития у него нравственных качеств: честности, правдивости, выдержки, дисциплины, товарищества. Одним из первых П. Ф. Лесгафт предложил использовать подвижные игры в воспитании детей. Известны его слова: "Мы должны воспользоваться играми, чтобы научить их (детей) владеть собой". В игре надо "научить их сдерживать свои расходившиеся чувствования и приучить, таким образом, подчинять свои действия сознанию". На большое значение народных подвижных игр указывали не только ученые, педагоги, но и общественные деятели. Подвижные игры помогает научить сообразительности и находчивости. Главное условие этих игр - развить фантазию ребенка настолько, чтобы потом он сам, без помощи воспитателя, мог изобретать подобные игры.

Совершенствование координации движений в игровой форме способствует повышению коммуникативной активности ребёнка. Высокая выразительность и эмоциональность занятий оказывают положительное влияние на психическое самочувствие дошкольников. «Потребность в двигательной активности у детей дошкольного возраста настолько велика, что врачи и физиологи называют этот период «возрастом двигательной расточительности». И именно занятия хореографией помогают творчески реализовать эту потребность, ибо бесконечное разнообразие движений позволяет развивать не только чувство ритма, укреплять скелет, мускулатуру, но и стимулирует память, внимание, мышление и воображение ребёнка». Необходимость создания программы «Росинки» для дошкольников вызвана отсутствием единых государственных программ по хореографии, отсутствием традиционных и инновационных программ обучения хореографии детей с четырёх лет.

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности «Росинки», (далее Программа) откорректирована согласно Приказа Минобрнауки России от 29.08.2013 г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» и Письмом Комитета общего и профессионального образования Ленинградской области

**Цель программы:** укрепление физического и психического здоровья дошкольников, привитие начальных навыков в искусстве танца и воспитание хореографической культуры.

**Задачи:**

1. Развивать двигательную активность и координацию движений.
2. Формировать красивую осанку, учить выразительным, пластичным движениям в игре и танце.
3. Развивать музыкальные способности (эмоциональную отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма).
4. Учить воспринимать музыкальные образы и выражать их в движении, согласовывая движения с характером музыки; определять музыкальные жанры (марш, песня, танец).
5. Развивать творческие способности: учить оценивать собственное движение и товарища, придумывать «свой» игровой образ и «свой» танец.
6. Поощрять исполнительское творчество: участие в праздниках, спектаклях, концертах.
7. Выявлять одарённых детей и готовить их к занятиям в хореографическом ансамбле «Светоч».

Успешное решение поставленных задач на занятиях хореографией с дошкольниками возможно только при использовании **педагогических принципов и методов обучения.**

Принципы:

- **индивидуализации** (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
- **систематичности** (непрерывность и регулярность занятий);
- **наглядности** (безукоризненный показ движений педагогом);
- **повторяемости материала** (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- **сознательности и активности** (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

Методические приёмы:

- **Игровой метод.** Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является *игра*, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на уроке, а о том, чтобы пронизывать урок игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.
- **Метод аналогий.** В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.
- **Словесный метод.** Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.
- **Практический метод** заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.
- **Наглядный метод** – выразительный показ под счет, с музыкой.

Программа «Росинки» предназначена для обучения детей 4 – 7 лет и рассчитана на 1 год, 96 ч. Занятия проводятся три раза в неделю по 30 минут.

Этот период можно определить, как первый этап в освоении азов ритмики, гимнастики, азбуки классического и народного танцев.

Обязательными условиями проведения занятий в хореографическом зале являются:

- соответствие зала для занятий санитарным нормам и правилам;
- наличие формы;
- наполняемость групп от 12 человек.

В процессе изучения курса дети знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на детских праздниках и концертах. Репертуар к программе подобран для каждого возраста детей.

Главным возбудителем фантазии ребенка является музыка. Поэтому музыкальный материал подбирается особенно тщательно, по следующим принципам:

- соответствие возрасту;
- художественность музыкальных произведений, яркость, динамичность их образов;
- моторный характер музыкального произведения, побуждающий к движениям («дансатность»);
- разнообразие тематики, жанров, характера музыкальных произведений на примерах народной, классической и современной музыки, детских песен, музыки из мультфильмов.

На основе подобранного музыкального материала создается танцевальный репертуар.

Важно, чтобы в процессе занятий по хореографии, приобретение знаний, умений и навыков не являлось самоцелью, а развивало музыкально-танцевальные и общие способности, творчество, формировало основы духовной культуры детей.

**Главный ожидаемый результат:** овладение детьми навыками искусства танца, способности и желание продолжать занятия в хореографическом ансамбле «Светоч».

#### **Формы и методы проверки результатов.**

Диагностика проводится в форме открытых занятий в середине и конце учебного года. Результаты оцениваются визуально, в зависимости от начальных природных данных ребенка. (Приложение)

#### Критериями оценки усвоения программы:

- восприятие музыкальных образов (эмоциональная отзывчивость на музыку, умение импровизировать);
- элементарные знания в области музыкальной грамоты (характер, темпы, динамические оттенки, ритмический рисунок, строение музыкального произведения);
- развитие природных данных детей (музыкальный слух, ритм, координация, осанка, выворотность, шаг, стопа, баллон, апломб, вестибулярный аппарат);
- знание элементарных танцевальных понятий;
- степень усвоения танцевального репертуара.

В конце учебного года обучения дети, закрепив знания, получив более углубленное представление о музыке и движении, должны уметь:

- анализировать музыкальное произведение;
- выделять сильные и слабые доли;
- уметь выделить такт (объяснить понятие);
- определять музыкальный жанр;

- воспроизводить заданный учителем ритмический рисунок;
- самостоятельно начинать движение после вступления, менять движение в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения;
- правильно управлять телом (осанка, положение рук и т.д.);
- умение ориентироваться в пространстве (перестроения в рисунки, равнение, интервалы);
- свободно владеть основными понятиями, навыками классического танца (позиции рук: подготовительная, I, II, III; ног I, II, III; *demi plie*, *battement tendu*, *releve*);
- уметь рассказать об истории рождения танца, особенностях характера русского танца, назвать формы русского танца, правильно исполнять простейшие движения русского танца;
- самостоятельно выполнять элементы, танцевальные этюды, танцы.

## 2. Учебный план

№ п\п	Тема	Кол-во часов		
		теория	практика	всего
1.	Вводное занятие		1	1
2	Волшебное знакомство	1	1	2
3	Ее величество Музыка	1	2	3
4	Игровой стретчинг	1	10	11
5	Веселая разминка		10	10
6	Азбука классического танца	2	8	10
7	Рисунок танца	2	6	8
8	Русский танец	1	10	11
9	Танец в паре	1	8	9
10	Танцевальные этюды и танцы		30	30
11	Итоговое занятие		1	1
<b>Итого</b>		<b>9</b>	<b>87</b>	<b>96</b>

### 3. Содержание программы

#### ТЕМА «Волшебное знакомство»

- Познакомить детей с историей рождения танца, жанрами танцевального искусства.
- Рассказать о пользе занятий танцами.

**ТЕМА «Ее величество Музыка»** Закрепить знания, навыки, полученные на первом году обучения. Уметь анализировать музыкальное произведение, двигаться в соответствии с музыкой.

1. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, взмахом платочка).
2. Такт.
  - Творческая задача: поочередное вступление (каноном) на 2/4, 3/4, 4/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт.
  - Игра: «Вопрос – ответ», «Эхо».
4. Музыкальный жанр.
  - Полька, марш, вальс, полонез, галоп (устно определить жанр)
  - Игра: «Марш – полька – вальс»

#### ТЕМА «Игровой стретчинг» (партерная гимнастика)

1. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Кобра», «Колечко», «Ящерица», «Мостик», «Лодка», «Собачка», «Рыбка».
2. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Носорог», «Ежик», «Чайка», «Слон», «Улитка», «Ванька-встанька».
3. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Муравей», «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики».
4. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Рак», «Павлин», «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан».
5. Упражнения на Укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок».
6. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы».
7. Упражнения для тренировки равновесия: «Орел», «Крыло».

#### ТЕМА «Веселая разминка»

Танцевальный этюд на современном материале.

#### ТЕМА «Азбука классического танца»

##### 1. Шаги:

- танцевальный шаг с носка,
- марш,
- на полупальцах,
- подскоки,
- галоп,
- шаг польки.

##### 2. Бег:

- мелкий на полупальцах,
- с высоко поднятыми коленями,
- с откидыванием ног назад.



3. Экзерсис у станка:
  - постановка корпуса (ноги в свободном положении);
  - понятия рабочая нога и опорная нога;
  - позиции ног (I-я, II-я, III-я, при относительной выворотности ног);
  - постановка корпуса в I – II – III позиции;
  - demi - plie в I – II – III позиции;
  - battement tendu во всех направлениях (I-я позиция);
  - releve на полупальцы (в невыворотных позициях);
  - перегиб корпуса вперед и в сторону.
4. Экзерсис на середине зала:
  - точки зала (по методике А.Я.Вагановой);
  - положение en face;
  - позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;
  - перевод рук из позиции в позицию (port de bras – I форма);
  - повороты головы на 1/2; 1/4.
5. Allegro (у станка):
  - temps leve sauté (лицом к палке, по мере усвоения – без опоры) – I позиция.

### **ТЕМА «Рисунок танца»**

1. Движение по линии танца.
2. Рисунок танца "Круг" (рассказ из истории):
  - замкнутый круг;
  - раскрытый круг (полукруг);
  - круг в круге;
  - сплетенный круг (корзиночка);
  - лицом в круг, лицом из круга;
  - круг парами.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

3. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:
  - перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний план, передний план);
  - перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).
4. Понятие «Диагональ»:
  - перестроение из круга в диагональ;
  - перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно указав ведущих).
5. Рисунок танца «Спираль».
  - Игра «Клубок ниток».
6. Рисунок танца «Змейка»:
  - горизонтальная;
  - вертикальная.

Перестроение из «круга» в «змейку» (самостоятельно, выбрав ведущего).

7. Рисунок танца «Воротца»: Русский танец «Воротца».
8. Игра – танец «Бесконечный».

### **ТЕМА «Русский танец» Введение в предмет «Русский танец»:**

1. Постановка корпуса;
2. Изучение основ русского народного танца:
  - работа рук в русском танце;
  - навыки работы с платочком;
  - русский поклон;
  - развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», ковырялочка;

- ходы:
  - простой, на полупальцах,
  - боковой, приставной,
  - боковой ход «припадание» по VI позиции,
  - беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.
  - подготовка к «дробям»:
  - притопы,
  - удары полупальцами,
  - удары каблуком;
  - хлопки и хлопущки для мальчиков:
  - одинарные по бедру и голенищу.
4. Экзерсис у станка (лицом к палке):
- demi-plié (плавное) по невыворотным позициям,
  - battement tendu с переходом ноги с носка на каблук,
  - каблучные упражнения – вынесение рабочей ноги на каблук во все направления.

### **ТЕМА «Танец в паре»**

1. Введение в предмет
2. Изучение основ танца «Полька»:
  - подскоки, шаг польки, галоп;
  - комбинирование изученных элементов;
  - положения в паре:
  - «лодочка»,
  - руки «крест-накрест»,
  - мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки мальчику на плечи.
3. Изучение основ танца «Вальс»:
  - основные элементы:
  - «качели»,
  - «квадрат»,
  - «ромб»,
  - «вальсовая дорожка»,
  - «перемена»;
  - работа в паре:
  - положение рук в паре,
  - «ромб» в паре,
  - вращение «звездочка»;
  - простые танцевальные комбинации.

**ТЕМА «Танцевальные этюды и танцы».** Научить детей самостоятельно двигаться под музыку. Подготовить к показательным выступлениям.

#### **4. Учебно-материальная база.**

1. Репетиционный зал, оборудованный станками и зеркалами, отвечающий санитарно-гигиеническим нормам;
2. музыкальный центр;
3. видео- и аудиоаппаратура;
4. помещение для хранения костюмов и аксессуаров;
5. информационный стенд;
6. коврики для партерных упражнений, скакалки, мячи и проч. для развития ритма и физической выносливости).

## 5. Список литературы.

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. – СПб: Просвещение, 1996.
2. Белкина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет. – М.: Просвещение, 1984.
3. Бриске И.Э. Мир танца для детей. – Челябинск, 2005.
4. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - Л.: Просвещение, 1980.
5. Захаров В.М. Радуга русского танца. – М.: Вита, 1986.
6. Константинова А.И. Игровой стретчинг. – СПб.: Вита, 1993.
7. Константинова Л.Э. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. – СПб: Просвещение, 1994.
8. Макарова Е.П. Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стретчингом. – СПб: Искусство, 1993.
9. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие – М.: Владос, 2003.
10. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2006.
11. Уральская В.И. Рождение танца. – М.: Вартус, 1982.
12. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе»: Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 2000.

Диагностика уровня музыкального и психомоторного развития обучающегося  
(по методике А.И. Бурениной)

№ п/п	Фамилия, Имя	Месяц Май					
		Музыкальность	Внимание	Координация, ловкость движений	Гибкость, пластичность	Средняя оценка	Выполнение программы
1							
Выполнение программы по группе							

**Музыкальность** – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений в музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога).

**Внимание** – способность не отвлекаться от музыки в процессе движения.

**Координация, ловкость движений** – точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе и при выполнении других видов движений.

**Гибкость, пластичность** – мягкость, плавность и музыкальность движений рук и тела при выполнении движений.

**Критерии для диагностирования:**

**Музыкальность.**

**5 баллов** – умеет передавать характер музыки, самостоятельно начинает и заканчивает движение вместе с музыкой, меняет движения на каждую часть музыки.

**4-2 балла** – в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда.

**1-0 баллов** – движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, с началом и концом произведения.

**Внимание.**

**5 баллов** – правильно выполняет танцевальную композицию от начала до конца самостоятельно.

**4-2 балла** – выполняет танцевальную композицию с некоторыми подсказками.

**1-0 баллов** – затрудняется в выполнении танцевальной композиции из-за рассеянности внимания.

**Координация, ловкость движений.**

**5 баллов** – правильное и точное исполнение ритмических и танцевальных композиций, упражнений, правильное сочетание рук и ног при ходьбе.

**4-2 балла** – не всегда точное и правильное исполнение движений в композициях и упражнениях, некоторая раскоординированность рук и ног при ходьбе.

**1-0 баллов** – затрудняется в выполнении движений, отсутствие координации рук и ног при выполнении упражнений и танцевальных композиций.

**Гибкость, пластичность.**

**5 баллов** – движения очень гибкие, пластичные в течение всего выполнения задания, полностью соответствуют характеру звучащей музыки и игровому образу.

**4-2 балла** – движения не всегда гибкие и пластичные, лишь временами соответствуют характеру музыки и образу (трудность в постоянном выполнении гибких, пластичных движений).

**1-0 баллов** – в движениях отсутствует гибкость, пластичность, нет соответствия характеру музыки и игровому образу.