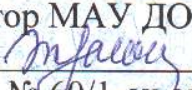


**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Центр детского творчества»**

Рассмотрена методическим советом  
МАУ ДО «ЦДТ»  
протокол № 3  
от «28» августа 2023 года

Утверждена педагогическим советом  
МАУ ДО «ЦДТ»  
протокол № 6 от «29» августа 2023 г.  
Директор МАУ ДО «ЦДТ»  
 О.Е. Жданова  
приказ № 60/1-ах от «29» августа 2023 г.

**Общеобразовательная общеразвивающая  
программа дополнительного образования  
«ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ ПУТЬ»**  
*(хореографический коллектив Дэнс-тих)*

**Направленность:** художественная  
**Возраст обучающихся:** 5-6 лет  
**Срок реализации:** 1 год  
**Составитель:**  
педагог дополнительного образования  
Юрлова А.О.

## Пояснительная записка

Общеобразовательная общеразвивающая программа дополнительного образования «Танцевальный путь» направлена на обучение основам хореографического искусства, развитие общефизических, артистических, исполнительских способностей детей дошкольного возраста.

Программа составлена в соответствии с нормативными правовыми актами и государственными программными документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 года №273-ФЗ «Об образовании в РФ»;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 года. №196 (с изменениями от 30.09.2020г. №533) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;

- Постановлением Главного государственного врача РФ от 28.09. 2020 г. №28 «Об утверждении Сан ПиН 2.4.3648-20» Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Танец - эффективное развивающее средство, способствующее телесно-духовному совершенствованию ребенка. Это один из факторов развития гармоничной и духовно богатой личности. Танец - это совокупность выразительных и организованных движений, подчиненных общему ритму. Он обладает большой силой и интенсивностью эмоционального воздействия, приобщая ребенка к символическому языку жестов и танцевальных движений. Подход к пониманию природы танца осуществляется по принципу «от простого к сложному». Поэтапное развитие моторики ребенка, сенсорных и мышечных рефлексов, чувства ритма, умения подчинять движение тела музыкальной теме танца способствует общему развитию психических функций детского организма, свойств и качеств растущей и развивающейся личности.

Танец - это музыкально-пластическое искусство, специфика которого состоит в том, что, как и всякий вид искусства, отражая окружающую жизнь в художественных образах, воплощает их с помощью выразительных движений исполнителей, без каких-либо словесных пояснений. Это в полной мере отвечает двигательной природе детского воображения, для которого характерно действенное воссоздание образов детьми «с помощью собственного тела». Из этого следует, что в танце творческое воображение может развиваться эффективнее, чем в других видах детской музыкальной деятельности.

Дошкольный возраст - один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого ребёнка. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется личность. В период старшего дошкольного возраста ребёнок интенсивно растёт и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период. Очень важно именно в детстве привить ребенку любовь к движению, к танцу, поскольку раннее приобщение детей к искусству создает необходимые условия для гармоничного развития личности, раннее творческое самовыражение способствует сохранению и развитию творческих импульсов. Ребенок, занимающийся танцами, осознает красоту движения, гармонию музыки и пластики, гармонию и красоту мироздания. Занятия хореографией разносторонне развивают личность ребенка и впоследствии помогают ему в другой деятельности, способствуют раскрытию физического и духовного начала, создают тот гармоничный синтез души и тела, к которому изначально стремится человек.

**Актуальность программы** заключается в использовании наряду с традиционными методиками обучения хореографии методов совершенствования опорно-двигательного аппарата, коррекции осанки, технологий дыхательной гимнастики. В процессе обучения развивается физическая сила, выносливость, ловкость и сила. Вспомогательные корригирующие упражнения, дыхательная гимнастика выполняются из разных положений: на спине и животе, сидя, стоя, на коленях, стоя в полный рост.

**Направленность программы** – художественная.

**Срок реализации программы** - 1 год

**Возраст обучающихся** - 5 - 6 лет

**Режим занятий:** 2 занятия в неделю по 2 часа. Продолжительность одного занятия – 30 минут.

**Объем общеразвивающей программы:** 144 часа

**Основная форма проведения занятий:** групповая.

**Структура занятий** разработана в соответствии с требованиями физиологии и гигиены физических упражнений и обусловлена закономерностями работоспособности и утомляемости ребенка при физических нагрузках. Итоговое занятия проводятся в форме концерта, который является основной и конечной формой контроля занятий, умений и навыков в творческой самореализации учащихся.

**Методы работы, используемые в программе**

- метод педагогического наблюдения;
- открытые занятия;

- концертные выступления.

### **Методы работы, используемые в программе**

- метод педагогического наблюдения;
- открытые занятия;
- концертные выступления.

**Цель программы:** формирование у детей творческих способностей через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений.

#### **Задачи:**

##### *Обучающие:*

- формирование элементарных хореографических знаний, умений и навыков;
- знакомство детей с различными музыкально-ритмическими движениями в соответствии с характером музыки;
- знакомство с правилами поведения на сцене;
- изучение простейших хореографических терминов.

##### *Развивающие:*

- развитие творческих способностей детей на основе личностно-ориентированного подхода;
- развитие воображения и фантазии детей в различных видах деятельности;
- развитие музыкальных качеств (музыкальный слух, чувство ритма);
- развитие хореографических способностей;
- развитие психических процессов (внимание, память, мышление).

##### *Воспитательные:*

- формирование готовности к межкультурному взаимодействию, интереса к культуре русского народа и других народов Земли;
- организация взаимоотношений со сверстниками;
- формирование ответственного и бережного отношения к своему организму;
- формирование привычки к здоровому образу жизни.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	<b>Вводное занятие</b>	4	3	1	Текущий контроль
1.1	Инструкции по ТБ. Знакомство с целями предстоящего года обучения	2	2	-	
2.	<b>Элементы музыкальной грамоты</b>	16	2	14	Наблюдение, оценка правильности исполнения, фиксация уровня развития навыков
3.	<b>Элементы партерной гимнастики</b>	20	-	20	Наблюдение, оценка правильности исполнения, фиксация уровня развития навыков
4.	<b>Упражнения на развитие художественно-творческих способностей</b>	18	2	16	Наблюдение, оценка правильности исполнения, фиксация уровня развития навыков
5.	<b>Упражнения на развитие ориентации в пространстве</b>	20	-	20	Наблюдение, оценка правильности исполнения, фиксация уровня развития навыков
6.	<b>Основные танцевальные шаги</b>	28	-	28	Зачетное занятие
7.	<b>Постановка танцевальных номеров</b>	36	-	36	Наблюдение, оценка правильности исполнения, фиксация уровня развития навыков
8.	<b>Открытые уроки для родителей</b>	2	-	2	
	<b>ИТОГО:</b>	144	9	137	

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО (ТЕМАТИЧЕСКОГО) ПЛАНА

### 1. Вводное занятие – 4 ч.

Теория – 3 ч.

**1.1. Инструктаж по технике безопасности перед началом занятия, во время и по окончании занятия.** Инструктаж по технике безопасности во время ЧС. Правила эксплуатации учебного оборудования: хореографического станка, гимнастических ковриков, матов, ремней и блоков для йоги. Инструктаж по ТБ при участии в конкурсном движении за пределами образовательной организации. Ознакомление с рабочей программой танцевального объединения «Dance-mix», оглашение целевого компонента программы, особенностей проведения занятий первого года обучения. Оглашение графика работы объединения, основных требований к внешнему виду обучающихся.

### 2. Элементы музыкальной грамоты - 16 ч.

Теория - 2 ч.

Теория: Знакомство с лучшими образцами классической музыкальной литературы путём прослушивания музыки, передает её темповые, динамические и метроритмические особенности.

Практика. Ритмические упражнения с музыкальным заданием. Начало и окончание движения вместе с музыкой, различение музыкальных частей. Движение в различных темпах. Умение воспроизводить на хлопках и шагах разнообразные ритмические рисунки;

- размеров (2/4, 3/4, 4/4);
- сильных и слабых долей;
- вступления, части, музыкальная фраза (строение музыкального произведения).

Умение менять движения в зависимости от смены частей и фраз.

### 3. Элементы партерной гимнастики - 20 ч.

Практика - 20 ч.

- «карандашик и утюжок» (упражнения для голеностопа);
- «бабочка» (упражнения для силы ног);
- «угольки» (упражнения для стоп);
- «черепашка» (упражнение для осанки);
- «собираем ягоды» (упражнения на растяжение мышц ног);
- «корзиночка» (упражнения для позвоночника);
- «колечко» (упражнения для позвоночника);
- «самолетики» (упражнения для мышц спины);
- «кошечка и собачка» (упражнение для спины);
- «березка» (стойка на лопатках);

- «мостик» (упражнение для гибкости спины).

#### **4. Упражнения на развитие художественно-творческих способностей - 16 ч.**

Теория - 2 ч.

Теория. Первоначальное представление о танцевальном образе. Объяснение правил игр и упражнений.

Практика. Научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ. Например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т.д. Движения в образах любых героев мультфильмов: Чебурашка, Буратино, Винни – Пуха и т.д. Танцевальные импровизации на музыку, выбранную преподавателем.

#### **5. Упражнения на развитие ориентации в пространстве - 20 ч.**

Практика - 20 ч.

Практика. Построение в колонну по одному, в пары и обратно. Из колонны по два в колонну по четыре и обратно; Круг; Сужение и расширение круга; Свободное размещение в зале, «Воротца», «звездочки», «карусель», «корзиночка» и т.д. Широко использовать на уроках шаги: маршевый шаг с выносом бедра наверх, на месте, в продвижении, в повороте, с работой рук, шаг с носка. Бег с подниманием бедра (острый), захлестом назад, с выносом вперед вытянутых ног, подскоки. Прыжки трамплинные на месте, в продвижении, на одной ноге, с переменной.

#### **6. Основные танцевальные шаги - 28 ч.**

Практика - 28 ч.

Исполнение «шага с носочка» воспитанниками. Исполнение различных танцевальных шагов по диагонали.

- шаг на полупальцах;
- шаг на пяточках;
- шаг с поднятием колена наверх;
- бег на полупальцах;
- бег (достаём пяточкой до ягодицы.)

#### **7. Постановка танцевальных номеров - 36 ч.**

Практика - 36 ч.

При постановке танца большое внимание уделяется развитию активного детского творчества, детской фантазии. В процессе занятий нужно дать возможность для самостоятельной работы обучающихся, научить детей мыслить самостоятельно, приобщить детей к сотрудничеству. Постановке танца предшествует работа над образом (этюдная работа). Это развивает творческую инициативу ребят, помогает им понять характер танцевальных образов.

## **8. Открытые уроки для родителей - 2 ч.**

Практика - 2 ч.

Открытие занятия проводятся 2 раза в год - декабрь, май. По мере подготовки детей, они участвуют в концертах. Каждое мероприятие заканчивается небольшим мероприятием с родителями (игры, конкурсы).

### **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

#### **Метапредметные результаты:**

- формирование чувства ритма, развитие музыкального слуха;
- развитие воображения, фантазии через творческую импровизацию;
- физическое развитие: формирование правильной осанки, эластичность мышц, подвижность суставов.

#### **Личностные результаты:**

- развитие эстетического вкуса, формирование положительной мотивации для занятий хореографией;
- готовность и способность к саморазвитию;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;
- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей; развитие физических и творческих способностей.

#### **Предметные результаты:**

- понимать роль хореографии в жизни человека, различать лирические, эпические, драматические образы в танце;
- определять по характеру музыкального материала соответствие танцевальному направлению и стилю: танец классический, народный, эстрадный, современный;
- освоят понятия: выворотность, гибкость, устойчивость, растяжка, координация, лёгкость прыжка;
- выполнять: основные позиции рук и ног в классическом танце, постановку корпуса у станка и на середине зала, основные танцевальные шаги, классический экзерсис лицом к станку;
- правильно занять исходное положение, следить за осанкой и координацией движений руки ног;
- двигаться с правой и левой ноги вперед, в сторону, делать поворот в правую и левую сторону.



## ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

**Материально - техническое обеспечение.** Для реализации образовательной программы необходимо:

- зал площадью не менее 40 кв.м (на 12-14 обучающихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие);

- балетные станки;

- гимнастические коврики;

- зеркала в полный рост на одной стене;

- колонки;

- костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений.

**Кадровое обеспечение:** педагог дополнительного образования Юрлова Александра Олеговна, образование среднее, аттестована на должность - «учитель физической культуры».

**Методические материалы:** презентация по различным темам, пособия, рабочие программы, анкеты и тесты, учебно-методическая литература для педагога и обучающихся.

## ФОРМЫ АТТЕСТИЦИИ/КОНТРОЛЯ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Программой предусмотрено отслеживание результативности в следующих формах:

- наблюдение;

- анкетирование;

- концертная деятельность;

- открытые и итоговые занятия (уровень приобретенных знаний, умений и навыков в области хореографии).

Текущий контроль осуществляется на протяжении всего учебного процесса, позволяет вовремя скорректировать учебно-тематический план. Текущий контроль осуществляется для выявления уровня освоения материала, при этом объектом контроля являются: правильность исполнения, техничность, активность, уровень физической нагрузки.

Итоговой годовой контроль проходит в конце учебного года (апрель - май) служит для выявления уровня освоения учащимися программы за год, изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения. В ходе итогового годового контроля оценивается: правильность исполнения; техничность; активность; уровень физической нагрузки; знание теоретической и практической части; творческий подход, артистичность.

## СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Агеев М. От потешек к танцу. Издательство: Просвещение, 2018г.
2. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова. - М.: Айрис-Пресс: Рольф, 2005 г.
3. Богданов Г.Ф. Учебно-методическое пособие, 2-е издание: Основы хореографической драматургии. - М: Издательство Золотой фонд прессы, 2006г.
4. Герасина, Е.В. Детская психология.- М.: Изд-во ВЛАДОС -ПРЕСС, 20Ю.- 285с.
5. Демидова, И.Ф. Педагогическая психология: учеб, пособие.- Ростов н/Д: Феникс, 2009.-315с.
6. Ивлева Л.Д. Учебное пособие: Анатомия и биомеханика в хореографии. - М.: Издательство Учитель, 2017г.
7. Игры, комплексы упражнений /авт.-сост. В.Ф. Феоктистова, Л.В. Плиева,- Волгоград: Учитель, 2011.- 154с.