

Муниципальное учреждение дополнительного образования
центр творчества и развития «Радуга»

Принято
Педагогическим советом
Протокол № 1
"25" *ед* 2024 г.



Дополнительная общеобразовательная программа
дополнительная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Танцевальное ассорти»

(срок реализации – 3 года)

Возраст обучающихся: 5-7 лет
Автор-составитель:
Панасенко Юлия Анатольевна
педагог дополнительного образования

2024 год

Оглавление

Комплекс основных характеристик общеразвивающей программы

1.1 Пояснительная записка	3
1.2 Учебно-тематический план	5
1.3 Учебно-тематический план средняя группа	8
1.4 Учебно-тематический план старшая группа.....	10
1.5 Учебно-тематический план подготовительная группа	11
1.6 Содержание	11
1.7 Планируемые результаты.....	12

Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график	14
2.2.Обеспечение.....	14
2.3Методическое обеспечение	14
2.4 Материально-техническое обеспечение	14
2.5 Контрольно-измерительный материал	15
2.6 Уровень развития и воспитания учащихся.....	16
Список информационных источников	17

Пояснительная записка

Данная учебная программа по хореографии основана на методических разработках и авторской программе по хореографии, разработанной М.А. Адашевской, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Актуальность данной программы определяется социальным заказом современного общества на личность, обладающую определенным уровнем художественно-эстетического воспитания, а также потребностью в разработке методических рекомендаций по преподаванию хореографии детям дошкольного возраста.

Дошкольный период общепризнан как начальный этап развития внутреннего мира ребенка, его духовности, формирования общечеловеческих ценностей. Этот возраст является временем интенсивного развития и всесторонней любознательности. Изучение детьми хореографии, вводит их в мир волнующих перевоплощений, радостных переживаний, открывает путь эстетического восприятия и освоения жизни в рамках, доступных его возрасту.

Занятия хореографией способны оказать разностороннее комплексное влияние на развитие ребёнка и формирование его как эстетически и духовно развитой личности. Оказывая активное влияние на развитие эмоционально-образной сферы мышления, постоянно побуждая к творчеству, давая примеры нравственного поведения, тренируя волю и тело, хореография может дать детям то, чего не хватает в современном процессе обучения и воспитании детей - попытаться уравновесить, гармонизировать, интеллектуальное развитие ребёнка с физическим, нравственным, духовным и эмоциональным.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальное ассорти» определяется **нормативно-правовыми документами:**

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в РФ»

- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в РФ» по вопросам воспитания обучающихся»
- Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р)
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р)

Цель – данной программы – физическое развитие, развитие эмоциональной сферы, эстетических и нравственных понятий через приобщение детей к искусству хореографии.

Поставленная цель достигается с помощью решения следующих **задач**:

1. Развивающие задачи:

- укреплять опорно – мышечный аппарат, формировать правильную осанку;
- развивать двигательную и музыкально – ритмическую координацию;
- развивать внимание, слуховую, зрительную, двигательную память;
- развивать эмоциональное восприятие, эмоциональную отзывчивость, фантазию.

2. Обучающие задачи:

- осваивать простейшие танцевальные движения;
- осваивать комбинации, рисунки, перестроения, хореографические композиции на базе проученных движений;
- приобретать навык эмоционального и образного исполнения хореографических композиций (танцев).

3. Воспитательные задачи:

- формировать художественный вкус;
- воспитывать трудолюбие, упорство, настойчивость, умение добиваться поставленной цели;
- формировать интерес к хореографическому искусству;
- воспитывать патриотические чувства, знакомить с элементами различных национальных культур.

Программа рассчитана на три года обучения и рекомендуется для занятий детей с 5 до 7 лет. Занятия проводятся в средней, старшей и подготовительной группе 2 раза в неделю. Длительность занятий: средняя группа – 30 мин., старшая группа – 35 мин., подготовительная группа – 40 мин. Диагностика проводится 2 раза в год: вводная (сентябрь), итоговая (май).

Количество часов каждого раздела может добавляться или сокращаться за счёт другого содержания, может измениться последовательность изучения разделов и тем в зависимости от задач, которые корректирует педагог в течение года, и возможностей детей.

Учебно-тематический план.

Средняя группа.

(занятия проводятся 2 раз в неделю)

№ п/п	Тематическое планирование.	тео рия	пра кти ка	ито го
1.	<u>Вводное занятие.</u>	1		1
2.	<u>Партерная гимнастика:</u> - упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп; - упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага; - упражнения для улучшения гибкости позвоночника; - упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра; - упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава; - упражнения для исправления осанки; - упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.	2	8	10
3.	<u>Упражнения на ориентировку в пространстве:</u> - игра «Найди свое место»; - простейшие построения: линия колонка; - простейшие перестроения: круг; - сужение круга, расширение круга; - интервал; - различие правой, левой руки, ноги, плеча; - повороты вправо, влево; - пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7); - движение по линии танца, против линии танца.	1	12	13

4.	<p><u>Упражнения для разминки:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - повороты головы направо, налево; - наклоны головы вверх, вниз, направо, налево, круговое движение головой, «Уточка»; - наклоны корпуса назад, вперед, в сторону; - движения плеч: подъем, опускание плеч по очереди, одновременно, круговые движения плечами «Паровозик», «Незнайка»; - повороты плеч, выводя правое или левое плечо вперед; - повороты плеч с одновременным полуприседанием; - движения руками: руки свободно опущены в низ, подняты вперед, руки в стороны, руки вверх; - «Качели» (плавный пережат с полупальцев на пятки); - чередование шагов на полупальцах и пяточках; - прыжки поочередно на правой и левой ноге; - простой бег (ноги забрасываются назад); - «Цапельки» (шаги с высоким подниманием бедра); - «Лошадки» (бег с высоким подниманием бедра); - «Ножницы» (легкий бег с поочередным выносом прямых ног вперед); - прыжки (из 1 прямой во вторую прямую) с работой рук и без; - бег на месте и с продвижением вперед и назад. 	2	16	18
5.	<p><u>Классический танец.</u></p> <p>1. Постановка корпуса.</p>	2	9	11

	<p>2. Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовительная позиция; - позиции рук (1,2,3); - постановка кисти; <p>3. Положения и движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (выворотные 1,2,3); - demi plie (по 1 позиции); - releve (по 6 позиции); - легкий бег на полупальцах; - танцевальный шаг; - перенос корпуса с одной ноги на другую (через battement tendu); - реверанс для девочек, поклон для мальчиков. <p>4. Танцевальные комбинации.</p>			
6.	<p><u>Народный танец.</u></p> <p>1. Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовка к началу движения (ладошка на талии); - хлопки в ладоши; - взмахи платочком; - положение «полочка» (руки перед грудью); - положение «лодочка». <p>2. Положения и движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (1-3 свободные, 6-ая, 2-ая закрытая, прямая); - простой бытовой шаг; - «Пружинка» - маленькое тройное приседание (по 6 позиции); - «Пружинка» с одновременным поворотом корпуса; - притоп простой, двойной, тройной; - ритмическое сочетание хлопков в ладоши с притопами; - простой приставной шаг на всей стопе и на полупальцах по 1 прямой позиции; - простой приставной шаг с притопом; - поднимание и опускание ноги согнутой в колене, вперед (с фиксацией и без); - приставной шаг с приседанием; - приставной шаг с приседанием и одновременной работой рук (положение рук «полочка», наклон по ходу движения); - приседание на двух ногах с поворотом корпуса и выносом ноги на каблук в сторону поворота; - приставной шаг с приседанием и выносом ноги в сторону на каблук (против хода движения); - приставные шаги по парам , лицом друг к другу (положение рук «лодочка»); - «елочка»; - «ковырялочка»; - поклон в русском характере (без рук). <p>3. Танцевальные комбинации.</p>	2	11	13
7.	<p>Танцевальные этюды, танцы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сюжетные танцы. 	1	2	3
8.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.		1	1
9.	Итоговое контрольное занятие.		1	1
10.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.		1	1
ИТОГО:		11	61	72

Учебно-тематический план
Старшая группа.
(занятия проводятся 2 раза в неделю)

№ п/п	Тематическое планирование.			
1.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.		1	1
2.	<p><u>Классический танец :</u></p> <p>1. Повтор 1 года обучения.</p> <p>2. Упражнения на ориентировку в пространстве:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положение прямо (анфас), полуоборот; - свободное размещение по залу, пары, тройки; - квадрат А.Я.Вагановой. <p>3. Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - перевод рук из одного положения в другое. <p>4. Положения и движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - позиции ног (выворотные); - шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад; - танцевальный шаг в медленном темпе; - шаги с высоким подниманием ноги, согнутой в колени вперед и на полупальцах (вперед, назад). - releve по 1,2,3 позициям - demi-plie по 1,2,3 поз.; - сочетание полуприседания и подъема на полупальцы; - saute по 1, 6 поз.; <p>5. Танцевальные комбинации.</p>	6	16	22
4.	<p><u>Народный танец :</u></p> <p>1. Повтор 1 года обучения.</p> <p>2. Положения и движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положение на поясе – кулачком; - смена ладошки на кулачок; - переводы рук из одного положения в другое (в характере рус. танца); - хлопки в ладоши – двойные, тройные; - руки перед грудью – «полочка»; - «приглашение». <p>3. Положение рук в паре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «лодочка» (поворот по руку); - «под ручки» (лицом вперед); - «под ручки» (лицом друг к другу); - сзади за талию (по парам, по тройкам). <p>4. Движения ног:</p> <ul style="list-style-type: none"> - шаг с каблука в народном характере; - простой шаг с притопом; - простой шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта); - простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременным открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию); - battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной поз. - battement tendu вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 	10	32	42

	<p>свободной поз., в сочетании с притопом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - притоп простой, двойной, тройной; - простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу; - простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад; - простой дробный ход (с работой рук и без); - прыжки с поджатыми ногами; - «шаркающий шаг»; - «елочка»; - «гармошка»; - поклон на месте с руками; - поклон с продвижением вперед и отходом назад; - боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции; - «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; - «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции. - подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция). - маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка»; - бег со сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка»; <p>5. Упражнения на ориентировку в пространстве:</p> <ul style="list-style-type: none"> - диагональ; - простейшие перестроения: колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре; - «звездочка»; - «корзиночка»; - «ручеек»; - «змейка». <p>6. Танцевальные комбинации.</p>			
5.	Этюды: - сюжетные танцы.	1	2	3
7.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.	1	1	2
8.	Итоговое контрольное занятие.		1	1
9.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.		1	1
ИТОГО:		18	54	72

Учебно-тематический план
Подготовительная группа.
(занятия проводятся 2 раза в неделю)

№ п/п	Тематическое планирование.			
1.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.		1	1
2.	<u>Классический танец:</u> 1. Повтор 2 года обучения. 2. Движения рук: - port de bras. 3. Движения ног: - demi-plie ; - battement tendu; - passé; - releve. 4. Танцевальные комбинации.	3	20	24
3.	<u>Народный танец:</u> 1. Повтор 2 года обучения. 2. Положения и движения рук: - переводы рук из одного положения в другое; - скользящий хлопок в ладоши, «тарелочки»; - скользящий хлопок по бедру по голени (мальчики); - взмахи платочком (девочки). 3. Движения ног: - поклон в русском характере; - кадрильный шаг с каблука; - шаркающий шаг (каблуком, полупальцами по полу); - пружинящий шаг; - хороводный шаг; - хороводный шаг с остановкой ноги сзади; - хороводный шаг с выносом ноги вперед на носок; - переменный ход вперед, назад; - «ковырялочка» (с притопом, с приседанием, с открыванием рук); - ковырялочка с подскоком; - подготовка к «веревочке» («косичка»); - прыжок с поджатыми ногами; 6. Упражнения на ориентировку в пространстве: - «воротца»; - «карусель». 5. Танцевальные комбинации.	5	35	40
5.	Этюды, танцевальные комбинации.	2	2	4
6.	Подготовка к итоговому контрольному занятию.	1	1	1
7.	Итоговое контрольное занятие.		1	1
8.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста.		1	1
ИТОГО:		11	61	72

Содержание программы

1. Вводное занятие.

На данном занятии дети узнают, что такое танец. Узнают о том, как зародился танец, какие бывают танцы, в чем их отличие. Знакомятся с тем, что необходимо для занятий танцем (танцевальная форма, обувь). Чем дети будут заниматься на протяжении трех учебных лет.

2. Партерная гимнастика.

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. П.э.- это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп. Разучивание партерных этюдов (связок).

3. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Данная тема позволит детям познакомиться с элементарными перестроениями и построениями (такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг и др.), научит детей четко ориентироваться в танцевальном зале и находить свое место. В дальнейшем, повторяя и закрепляя этот раздел, дети научатся в хореографических этюдах сменять один рисунок на другой.

4. Упражнения для разминки.

Данный раздел поможет детям подготовиться к началу занятия, разовьет у ребенка чувство ритма, умение двигаться под музыку. Послужит основой для освоения детьми различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по данной программе.

5. Народный танец.

В данном разделе дети будут знакомиться с элементами народного танца: позициями и положениями рук и ног, с различными танцевальными движениями, познакомятся с танцевальными перестроениями. Каждый учебный год внесет свои изменения в процесс освоения материала. С каждым годом он будет более насыщенный и сложный. После освоения комплекса различных движений дети будут знакомиться с танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях. А из этих комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды.

6. Классический танец.

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями, познакомятся с квадратом А.Я.Вагановой. С каждым учебным

годом к более простым танцевальным движениям будут добавляться более сложные, разучиваться танцевальные этюды.

Достижения детей, приобретаемые в ходе непосредственной образовательной деятельности по хореографии

К концу 1 года обучения:

Знать	иметь представление	уметь
Элементы партерной гимнастики.	О структуре человеческого тела, о мышцах и суставах. О том, какие движения разогревают ту или иную мышцу.	Определять возможности своего тела, выполнять движения партерного экзерсиса правильно, плавно и без рывков.
Упражнения на ориентировку в пространстве.	О танцевальном зале, об элементарных построениях и перестроениях.	- линия; - колонка; - круг; - движения по линии танца и против линии танца.
Упражнения для разминки.		Грамотно владеть своим телом, правильно выполнять повороты приседания, наклоны и др.
Положения и движения рук классического танца.	О классическом танце и балете в целом.	- позиции рук; - перевод рук из одного положения в другое; - постановка корпуса.
Положения и движения ног классического танца.		- позиции ног; - releve; - demi – plie; - различные виды бега и танцевальных шагов; - поклон для мальчиков, реверанс для девочек.
Положения и движения рук народного танца.	О русском народном танца, о русских традиция и праздниках.	- подготовка к началу движения; - простейшие хлопки; - взмахи платочком и кистью; - «полочка».
Положения и движения ног народного танца.		- позиции ног; - battement tendu в народном характере с переводом с носка на каблук; - притопы; - приставные шаги; - танцевальные движения.
Этюды.	О танце как виде сценического искусства.	Сюжетный танец

К концу 2 года обучения :

знать	иметь представление	уметь
Квадрат А.Я.Вагановой.	О классическом танце.	Ориентироваться в танцевальном зале.
Положения и движения рук классического танца.	О port de bras (классического танца).	Правильно переводить руки из одного положения в другое.
Положения и движения ног классического танца: (позиции – выворотные, танцевальные шаги, элементы классического экзерсиса).	Об экзерсисе классического танца (на середине зала).	Правильно выполнять все элементы классического танца (соответствующие данному возрасту).
Положения и движения рук народного танца: (положение кисти на талии, port de bras характерного танца, хлопки в ладоши, «полочка» и др.)	О русском народном танце.	Правильно сменять одно положение рук народного танца на другое и выполнять хлопки в ладоши.
Положения рук в паре.	О работе партнеров в паре.	Исполнять повороты и различные танцевальные движения в паре.
Движения ног народного танца.	О русском народном танце.	Исполнять различные виды шагов, элементы народного экзерсиса и танцевальные движения народного танца, соответствующие данному возрасту.
Упражнения на ориентировку в пространстве.	О танцевальных рисунках.	Безошибочно перестраиваться из одного танцевального рисунка в другой: - «звездочка»; - «корзиночка»; - «ручеек»; - «змейка».
Этюды.	О различных танцевальных направлениях.	Безошибочно исполнять поставленные тренировочные этюды, передавая характер музыки.

К концу 3 года обучения:

Знать	иметь представление	У м е т ь
Элементы классического экзерсиса на середине.	О классическом танце.	- port de bras; - demi – plie; - battement tendu; - passé; - releve.
Элементы народного танца.	О русском народном танце.	- поклон в русском характере; - различные виды шагов; - танцевальные движения;
Этюды.	О различных танцевальных направлениях.	Безошибочно танцевать тренировочные этюды, передавая характер и темп музыкального сопровождения.

Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график

Программа рассчитана на 72 учебных часа.

Начало учебного года	Окончание учебного года	Периодичность занятий	Количество часов в неделю	Количество часов в месяц	Количество часов в год
01.09.2022	31.05.2023	1 раз в неделю	2	8	72

Обеспечение программы

Методическое обеспечение

В процессе обучения детей используются традиционные формы учебных занятий, класс - концерты, показательные выступления. Используемые методы работы классические: объяснение, демонстрация, организация самостоятельной работы, где происходит отработка танцевальных элементов, анализ концертных выступлений самого коллектива и других коллективов.

Материально - техническое обеспечение

- помещение для занятий;
- зеркала, хореографический станок;
- музыкальный центр;
- CD , DVD ;
- реквизит к танцевальным постановкам.

Контрольно-измерительный материал

1. **вводный** - проводится перед началом учебного года, предназначен для выявления начальных навыков и умений ребенка;
2. **текущий** - проводимый в ходе учебных занятий;
3. **итоговый** - проводимый после завершения всей учебной программы.

Контроль может осуществляться в следующих формах: диагностические задания, итоговые открытые занятия, участие в конкурсах, концертах, фестивалях и др.

В начале года оцениваются общие психофизические данные детей: восприятие, внимание, память, координация, а также музыкально – ритмическое развитие:

- умение концентрировать внимание, воспринимать, запоминать материал;
- простейшие навыки координации: право, влево, вперёд, назад, круг, колонка;
- умение слушать музыку, определять её характер, настроение, темп (быстрый, медленный).

На конец года критериями оценки освоения программы являются показатели:

- умение чётко исполнять музыкальные движения, различать вступление, сильную и слабую доли, начало и конец фразы;
- запоминать и воспроизводить комбинации, перестроение по рисункам, хореографические комбинации;
- освоения навыка эмоционального, образного исполнения;
- способность импровизировать.

I. Уровень развития и воспитанности учащихся

Оценочные материалы для определения уровня развития и воспитанности учащихся

Критерии воспитанности	Параметры оценки воспитанности
------------------------	--------------------------------

1. Коллективная ответственность	Проявляет активность и заинтересованность при участии в массовых мероприятиях учебного характера (конкурсах, итоговых занятиях и др.) Предлагает помощь в организации и проведении массовых мероприятий учебного характера Участствует в выполнении коллективных работ Старается справедливо выполнить свою часть коллективной работы
2. Умение взаимодействовать с другими членами коллектива	Неконфликтен; Не мешает другим детям на занятии; Предлагает свою помощь другим детям.
3. Стремление к самореализации социально адекватными способами	Стремится к саморазвитию, получению новых знаний, умений, навыков; Проявляет удовлетворение своей деятельностью; С желанием показывает другим результаты своей работы
4. Соблюдение нравственно–этических норм	Соблюдает правила этикета; Развита общая культура речи; Проявляет общую культуру оформления своей внешности (аккуратность в одежде и причёске, наличие сменной обуви и т. д.);Выполняет правила поведения на занятиях кружка

Система оценок названных поведенческих проявлений:

0 баллов – не проявляется,
1 балл – слабо проявляется,
2 балла – проявляется на среднем уровне,
3 балла – высокий уровень проявления.

Список информационных источников

1. Барышникова Т.К. «Азбука хореографии». – СПб., 1996.
2. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала». – М., 2004.
3. Гусев Г.П. «Этюды». – М., 2004.
4. Звездочкин В.А. «Классический танец». – Ростов н/Д., 2003.
5. Устинова Т. «Беречь красоту русского народного танца». – М., 1959.
6. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. «Музыка и движение». – М., 1984.
7. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать». – М., 2003.
8. Белов М. «Эстетическое воспитание детей средствами хореографического искусства». - М.,1953.
9. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду». Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М., Линка – Пресс, 2006.
10. Иванов В.А. «Детский танец», методическое пособие, Пермь, 1998.

