

Управление образования администрации Собинского района
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования Собинского района
Центр дополнительного образования

Согласовано:
Методический совет
от «28» июня 2024 г.
Протокол № 5

**УТВЕРЖДАЮ:**
Директор МБУ ДО ЦДО
И.А. Михайлова
Приказ № 19
от «28» июня 2024 г.
Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол № 4
от «28» июня 2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Знакомство с танцем»**

Направленность: художественная
Возраст обучающихся: 5-7 лет
Срок реализации: 2 года
Уровень программы: ознакомительный

Разработчик:
Стати Мария Александровна,
педагог дополнительного
образования

г. Собинка, 2024 год

Содержание программы

Содержание

Раздел 1.Комплекс основных характеристик программы	3-9
1.1.Пояснительная записка	3-4
1.2.Цели и задачи программы	5
1.3.Содержание программы	4-9
1.4.Планируемые результаты	9-10
Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий	10-12
2.1. Календарный учебный график	10
2.2. Условия реализации программы	10
2.3. Формы аттестации	10-11
2.4. Оценочные материалы	11
2.5. Методические материалы	11
2.6.Список использованной литературы	12

Раздел 1 Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Знакомство с танцем» (далее – программа) разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы художественной направленности детского образцового хореографического коллектива «Жемчужина», составитель Соловьева Г.Э., г. Елизово, 2019г.

Нормативно-правовое обеспечение программы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Распоряжение правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678 –р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».
4. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N 28 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020 г., регистрационный N 61573), действующие до 1 января 2027 года.
5. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р).
6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы). (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09 -3242).
7. Устав МБУ ДО ЦДО от 09.08.2019 г.
8. Положение о наставничестве в МБУ ДО ЦДО (приказ директора ОУ от 03.09.2022 № 122).

Направленность программы – художественная.

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.

Новизна программы состоит в том, что она включает в себя различные тематические блоки, такие как партерная гимнастика, музыкальное развитие, классический танец. С точки зрения педагогических технологий специфичность программы заключается в использовании методик и технологических приемов, учитывающих особенности физического развития детей данного возраста, а

также методик развития гибкости, пластичности, силовых качеств в рамках современных тенденций развития детского танца. Данная программа является ознакомительным блоком обучения в коллективе «Эдельвейс».

Педагогическая целесообразность программы состоит в том, что в процессе её реализации каждый ребенок приобщается к танцевально-музыкальной культуре, учиться слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку, совершенствуясь физически, укрепляя свое здоровье посредством хореографии, которая объединяет в себе музыку, ритмику, изобразительное искусство, театр и пластику движений.

Отличительной особенностью программы является то, что она основывается на постепенном развитии природных способностей детей, строгой последовательности в овладении лексикой танцевального искусства, техническими приемами, систематичностью и регулярностью занятий, целенаправленностью учебного процесса.

Обучение идет по единой «спиральной» структуре – занятия с увеличивающейся степенью сложности, с переходом от теории к практике. Подбор упражнений происходит исходя из особенностей возраста и физических данных обучающихся, выбирается наиболее комфортный и темп занятий – умеренно быстрый.

Адресат.

Программа предназначена для детей в возрасте от 5 до 7 лет. В состав группы могут входить как девочки, так и мальчики. Количество учащихся от 12 до 25.

Объем и срок освоения программы.

Срок реализации программы – 2 года, общее количество часов за весь период обучения - 320, из них:

1 год обучения - 160 часов;

2 год обучения - 160 часов.

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса.

Учебное занятие из трех частей: 1 часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.

2 часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений, постановку и отработку танцевальных номеров. По длительности – 2/3 общего времени занятия.

3 часть комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2-3 минуты.

Режим занятий.

Период обучения 1, 2 год обучения: с 01 сентября по 30 июня текущего учебного года.

Учебная нагрузка в неделю – 4 часа, занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность одного занятия для детей старшего дошкольного возраста -30 минут.

1.2 Цели и задачи

Цель: приобщение детей к миру танцевального искусства и формирование здорового образа жизни средствами хореографического искусства.

Задачи

Обучающие:

- формировать знания в области гимнастики, ритмики;
- формировать необходимые исполнительские знания, умения и навыки;
- формировать знания о здоровом образе жизни (сохранение здоровья, режим дня, гигиена);
- формировать общую культуру личности;

- воспитательные:

- воспитывать внимание, дисциплинированность, волю, самостоятельность;
- прививать сценическую культуру, культуру поведения и общения;
- формировать потребность здорового образа жизни;

- развивающие:

- развивать координацию, ловкость, силу, выносливость, гибкость, правильную осанку;
- развивать музыкально-пластическую выразительность;
- активизировать специфические виды памяти: моторную, слуховую, образную;
- прививать интерес к искусству танца.

1.3. Содержание программы

Учебный план 1 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Водное занятие	2	0,5	1,5	
2	Партерная гимнастика Итоговое занятие	56	6	50	контроль по физическим данным, зачет
3	Музыкальное развитие Итоговое занятие	10	4	6	собеседование
4	Классический танец Итоговое занятие	10	3	7	Контрольное исполнение элементов классического танца
5	Постановочная работа Итоговое занятие	74	4	70	Контрольное исполнение танцев

6	Воспитательные мероприятия	4	2	2	Отчетный концерт
7	Аттестация по итогам года	2	0,5	1,5	Собеседование, выполнение элементов партерной гимнастики
8	Итоговое занятие	2	-	2	Беседа
	Итого часов	160	20	140	

Содержания программы 1-го года обучения

1. Вводное занятие – 2 часа (0,5 теория; 1,5 практика) – 1 занятие.

Знакомство с детьми. Правила поведения и техника безопасности в Центре дополнительного образования и в хореографическом зале. Беседа о целях и задачах в коллективе и его истории. Изучение приветствия (танцевального поклона), знакомство с работой «зеркально».

2. Партерная гимнастика – 56 часов (6 теория; 50 практика)–28 занятий.

Знакомство с терминами: партерная гимнастика, сокращенная и натянутая стопа, выворотность, натянутость и сила ног, различные группы мышц и их назначение.

Включает упражнения на развитие специальных данных: гибкость, растяжку, танцевальный шаг, выворотность ног, формирование стопы, силы ног, эластичность связок и мышц. По мере усвоения упражнений увеличивается нагрузка на различные группы мышц.

Упражнения, укрепляющие мышцы спины.

Упражнения, развивающие подъем стопы.

Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.

Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.

Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов.

Упражнения, развивающие выворотность ног.

Упражнения, на растягивание мышц и связок, развитие балетного шага.

Упражнения, на развитие отдельных групп мышц и подвижность суставов (исполняются на середине зала).

Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.

Упражнения для развития плечевого сустава и рук.

Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов ног.

3. Музыкальное развитие – 10 часов (4 теория; 6 практика) – 5 занятий.

Слушание музыки, контрастной по настроению. Исполнение пьес сопровождать соответствующими задачами партера, хореографии. Определять средства музыкальной выразительности, создающими характер будущих танцевальных движений (плавно, спокойно, легко).

4. Классический танец - 10 часов (3 теория; 7 практика) – 5 занятий.

Знакомство с терминологией элементов классического танца, изучаемых на данном этапе обучения. Постановка корпуса, позиции ног (1,2,3), позиции рук, повороты и наклоны головы, овладение координацией движений, развитие

танцевальности и выразительности. Понятие вытянутой стопы, устойчивости (апломба). Развитие прыгучести, работа по диагонали и по кругу.

Постановка корпуса;

Позиции ног: 1, 2, 3;

Наклоны корпуса;

Прыжки по 6 позиции (различные комбинации: медленно, быстро);

Танцевальные комбинации (различные образы).

Движения по диагонали:

Марш.

Танцевальный шаг.

«Цыплята» - мелкий ход.

Подскоки.

Галоп.

5. Постановочная работа -74 часа (4 теория; 70 практика) – 37 занятий.

Изучение комбинаций движений, перестроение по рисункам (этюдная работа).

Разведение номера (танца) в хореографическом классе, отработка чистоты исполнения танца. Работа в танцевальном зале с полной передачей идеи и характера танца, подготовка к выступлениям на сцене.

6. Воспитательные - 4 часа (2 теория; 2 практика) – 2 занятия.

Беседы об экологии, о государстве, о пропаганде здорового образа жизни, посещение концертов, массовых мероприятий.

7. Аттестация по итогам учебного года- 2 часа, 1 занятие.

Собеседование, выполнение элементов партерной гимнастики.

7. Итоговое занятие – 2 часа (2 практика) – 1 занятие.

Беседа, выполнение изученного танца.

Учебный план 2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Водное занятие	2	0,5	1,5	
2	Партерная гимнастика Итоговое занятие	46	4	42	контроль по физическим данным, зачет
3	Музыкальное развитие Итоговое занятие	8	2	6	собеседование
4	Классический танец Итоговое занятие	20	4	16	Контрольное исполнение элементов классического танца

5	Постановочная работа Итоговое занятие	74	4	70	Контрольное исполнение танцев
6	Воспитательные мероприятия	6	2	4	Участие в конкурсах, отчетный концерт
7	Аттестация по итогам года	2	0,5	1,5	Собеседование, выполнение элементов партерной гимнастики
8	Итоговое занятие	2		2	Беседа
	Итого часов	160	17	143	

Содержания программы 2-го года обучения

1. Вводное занятие – 2 часа (0,5 теория; 1,5 практика) – 1 занятие.

Знакомство с задачами и планами на 2-ой год обучения. Повторение правил поведения и техники безопасности в хореографическом зале. Повторение танцев, изученных на 1 году обучения.

2. Партерная гимнастика – 46 часов (4 теория; 42 практика)–23 занятия.

Упражнения, укрепляющие мышцы спины.

Упражнения, развивающие подъем стопы.

Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.

Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.

Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов.

Упражнения, развивающие выворотность ног.

Упражнения, на растягивание мышц и связок, развитие балетного шага.

Упражнения, на развитие отдельных групп мышц и подвижность суставов (исполняются на середине зала).

Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.

Упражнения для развития плечевого сустава и рук.

Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов ног.

3. Музыкальное развитие – 8 часов (2 теория; 6 практика) – 4 занятия.

Прослушивание музыки, выполнение элементов в характере данной мелодии.

4. Классический танец - 20 часов (4 теория; 16 практика) – 10 занятий.

Знакомство с терминологией элементов классического танца, изучаемых на данном этапе обучения.

Экзерсис у станка:

Постановка корпуса.

Позиции ног 1,2,3.

Наклоны корпуса.

Экзерсис на середине зала:

Постановка кисти рук.

Позиции рук: подготовительная и первая позиции.

Различные комбинации прыжков по 6 позиции (медленно, быстро).

Танцевальные комбинации.

Движение по кругу:

Марш.

Танцевальный шаг.

Шаг на полупальцах.

Подскоки.

Галоп.

5. Постановочная работа -74 часа (4 теория; 70 практика) – 37 занятий.

Изучение комбинаций движений, перестроение по рисункам. Постановка танцевального номера в хореографическом классе, отработка чистоты исполнения танца. Работа в танцевальном зале с полной передачей идеи и характера танца, подготовка к выступлениям на сцене.

6. Воспитательные мероприятия - 6 часов (2 теория; 4 практика) – 3 занятия.

Беседы на темы согласно воспитательной программе объединения, посещение концертов, массовых мероприятий, участие в конкурсе.

7. Аттестация по итогам учебного года- 2 часа /1 занятие.

Собеседование, выполнение элементов партерной гимнастики.

8. Итоговое занятие – 2 часа/1 занятие. Беседа, выполнение изученных танцев.

1.4. Планируемые результаты

1 год обучения:

Учащиеся **должны знать:**

- правила поведения на занятии;
- позиции рук и ног;
- программный материал подготовительного этапа;

Должны уметь:

- ориентироваться в пространстве;
- различать характер музыки, темп, размер, части, фразу;
- выполнять движения согласно характеру музыки;
- держать осанку, апломб, подбородок, правильно держать руки;
- выполнять пластические, гимнастические и образные этюды.

Обладать навыками:

- доводить начатое дело до конца;
- выразительного движения, образного мышления;
- здорового образа жизни.

2 год обучения:

Учащиеся **должны знать:**

- теоретический программный материал;
- правила культуры общения и поведения;
- хореографические комбинации.

Должны уметь:

- выразительно исполнять хореографические композиции;
- выполнять актерские этюды, пантомимы;
- технично исполнять движения классического танца;
- применять доступный хореографический материал.

Обладать навыками:

- творческой активности, здорового образа жизни;
- культуры поведения и общения.

Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1	сентябрь	май	40	80	160	2 раза в неделю по 2 часа
2	01.09.2024	30.06.2025	40	80	160	2 раза в неделю по 2 часа

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Для реализации образовательной программы необходимо:

- музыкальная аппаратура, аудио записи;
- видео материалы;
- DVD диски (с аудио и видео материалами);
- DVD диски с обучающими материалами;
- ноутбук;
- телевизор;
- сменная обувь;
- костюмы для выступлений.

Занятия проводятся в танцевальном зале: зеркала, станки, маты, коврики.

Информационное обеспечение

Аудио: на флеш – накопителе музыка для разминки, которая в течение года периодически меняется, музыкальный репертуар как старый, так и новый воспроизводится и хранится на компьютере.

Видео: диски с отчетными концертами и репетициями.

Фото: в кабинете педагога на стене имеется фотоуголок.

2.3. Формы аттестации

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: педагогическое наблюдение, личная карточка учащегося, видеозапись, журнал посещаемости, фото.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: аналитический материал, концерт, итоговый отчет, праздник.

Образовательные результаты предъявляются и демонстрируются на

отчетном концерте в конце каждого года обучения, путем участия в танцевальных конкурсах и фестивалях.

2.4. Оценочные материалы

Наряду с основными методами оценки результативности обучения применяется разработанная педагогом система контроля качества образования. Данная система предполагает вводный, текущий контроль, промежуточный, отсроченный и итоговый контроль.

Вводный контроль осуществляется при поступлении учащегося в объединение и проходит в виде беседы, анкетирования, педагогического наблюдения.

Текущий контроль регулярно осуществляется педагогом посредством наблюдения, опроса, выполнения практических заданий.

Промежуточная аттестация определяет, насколько успешно происходит развитие обучающегося и освоение программы на каждом этапе обучения.

В начале учебного года проводится контроль физических данных каждого учащегося.

Для обучающихся основным методом промежуточной аттестации является:

- педагогическое наблюдение;
- просмотр элементов движений.

В основе текущего и промежуточного контроля лежит десятибалльная система оценки усвоения учебного материала: баллы фиксируются в журнале учета работы педагога и в индивидуальной карте обучающегося.

Отсроченный контроль проводится по прошествии некоторого времени после изучения темы. Методы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, зачеты, тестирование.

Итоговая аттестация проводится в мае текущего учебного года обучения на отчетном концерте путем педагогического наблюдения.

Уровни владения навыками приводятся в соответствии с баллами по следующей шкале: 1-4 балла – низкий уровень, 5-8 баллов - средний уровень, 9-10 баллов – высокий уровень.

2.5. Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса – обучение проходит в очной форме.

Методы обучения:

1. Метод активного слушания музыки: происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы.
2. Метод слова: с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка.
3. Метод наглядного восприятия: способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.

4.Метод практического обучения: в учебно - тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Формы организации образовательного процесса - групповые, индивидуально – групповые.

Формы организации учебного занятия - беседа, концерт, конкурс, наблюдение, поход, праздник, практическое занятие, тренинг, экскурсия, зачет.

Педагогические технологии - технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология дифференцированного обучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности, здоровьесберегающая технология.

Алгоритм учебного занятия:

- приветствие (поклон);
- учебно – тренировочная часть (Пластический тренаж, йога);
- репетиционно – постановочная работа (Танец);
- релаксация (поклон).

2.6.Список использованной литературы

Для педагога:

***Специальная литература**

- 1.Браиловская Л.В. Самоучитель по танцам. - Р. н/Д: Феникс, 2003.
- 2.Ваганова А.Я. Основы классического танца, издание шестое – СПб.: Лань, 2000.
- 3.Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе. - М.: Терра-Спорт, 2001.
- 4.Хаас Ж.Г. Анатомия танца. - Мн.: Поппури, 2011.

***Дополнительная литература:**

- 1.Белкин А.С. Основы возрастной педагогики. - М: Издательский центр Академия, 2000.

Для родителей и учащихся:

- 1.Григорович, Ю. Н. Балет: Энциклопедия. – М.: Советская энциклопедия, 1981.
- 2.Миллер, Э., Блэкмэн, К. Упражнения на растяжку. - М: Москва, 2016.
- 3.Шишкина, В. А. Движение + движение. - М.: Просвещение, 1992.