

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА «ГАРМОНИЯ»  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД УФА РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН

«РАССМОТРЕНО»  
На заседании  
Методического совета  
Протокол № 1  
от «29» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Педагогическим советом  
Протокол № 1 от  
«29» 08 2023 года  
Председатель  
Педагогического совета,  
Директор А.М.Зинатуллин  
Приказ № 45 от «29.08» 2023г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
«Солнышко»  
по обучению хореографии  
программа рассчитана на учащихся  
в возрасте 4 до 7 лет  
срок реализации программы 1 год  
по платной деятельности

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительное образование - вид образования, который направлен на всестороннее удовлетворение образовательных потребностей человека в интеллектуальном, духовно-нравственном, физическом и (или) профессиональном совершенствовании и не сопровождается повышением уровня образования.

*(Статья 2. п. 14 Закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ).*

### **Направленность дополнительной образовательной программы**

Данная образовательная программа «Солнышко» музыкально-сценической направленности. По виду программа направлена на развитие художественной одаренности детей, по содержанию традиционная, по способу освоения учебного материала репродуктивная и уровню освоения практико-ориентированная.

### **Актуальность**

Дошкольный возраст - один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека.

В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

В последнее время все чаще стали применять нетрадиционные средства физического воспитания детей: упражнения ритмической гимнастики, игрового стретчинга, танцев и другие. Наиболее популярной является ритмическая гимнастика, истоки которой берут свое начало в глубокой древности.

В настоящее время существует много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных - это танцевально-ритмическая гимнастика.

Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях.

Эффективность - в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную систему человека.

Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

В этой связи актуальной становится проблема разработки программы с использованием нетрадиционных разнообразных форм, средств методов физического, эстетического и музыкального воспитания детей.

## **Новизна**

Новизна данной программы заключается в том, что она направлена не только на укрепление здоровья, развитие общефизических и спортивных качеств ребенка, но и на развитие творческих способностей детей с разной физической подготовкой. Новизной можно по праву считать использование гимнастических элементов в танцевальных композициях разной направленности. Кроме этого, расширяются воспитательные возможности при взаимодействии обучающихся младших и старших групп.

## **Цель**

Содействовать творческому развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики.

## **Задачи**

### **Образовательные задачи**

- обучение простейшим элементам гимнастики и танцев;
- формирование навыков координации, владения мышечным и суставно-двигательным аппаратом;
- формирование умения чувствовать общее эмоциональное содержание музыки и передавать его в движении.

### **Развивающие задачи**

- содействовать развитию эстетического и художественного вкуса у детей;
- содействовать развитию музыкального и ритмического слуха;
- содействовать развитию произвольной эмоционально-двигательной реакции на музыку разного характера;
- содействовать развитию профессиональных данных как гибкость, выворотность, подъём стопы, танцевальный шаг, прыжок, ритмичность, эластичность мышц, музыкальность, координация, танцевальность.

### **Воспитательные задачи**

- содействовать воспитанию культуры поведения и чувства прекрасного;
- содействовать воспитанию трудолюбия, дисциплинированности, обязательности, аккуратности;
- содействовать воспитанию коллективизма и т.д.

### **Характеристика контингента учащихся**

Программа рассчитана на детей в возрасте от 4 до 7 лет.

Численный состав воспитанников объединения на 1 году обучения не менее 10 человек. Для занятий составляется отдельный календарно-тематический план на 2 часа в неделю.

Продолжительность реализации образовательной программы 1 год.

Предполагается разноуровневая программа, в зависимости от уровня подготовки учащихся.

### **Перспективы**

В процессе освоения программы обучающиеся будут знать правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами. Овладеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретут определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Будут стремиться передавать характер музыкального произведения в движениях (веселый, грустный, лирический, героический и

т.д.). Будут обучены основным хореографическим упражнениям. Научатся исполнять эстрадные и ритмические танцы, комплексы упражнений под музыку, а также выполнять двигательные задания по креативной

### **Сроки реализации программы.**

Основные формы проведения занятий – мелкогрупповые.

Продолжительность занятий и их количество определяются образовательной программой педагога, утвержденной директором, педагогическим советом.

Расписание занятий объединения составляется с учетом рационального распределения свободного времени и занятости учащихся в образовательном учреждении, с учетом возрастных возможностей и санитарно-гигиенических норм. В период каникул, согласно учебного плана объединения могут продолжаться работы по программе или использовать это время для проведения массовых мероприятий, экскурсий. Режим занятий учащихся может корректироваться и изменяться в случаях необходимости.

На первых же занятиях объединения необходимо разъяснить учащимся, что те, кто пропустит инструктажи по технике безопасности, не будет допущен к выступлениям на выезде. Это необходимо в целях обеспечения безопасности. Учащиеся, не получившие заложенного в программе минимума знаний по технике безопасности, могут стать причиной неприятностей в группе во время проведения практических занятий.

### **Форма, методы и режим занятий**

Форма занятий	Продолжительность занятий	Количество занятий в неделю	Недельная нагрузка	Годовая нагрузка
Групповые	1 час	2	2	60

**Особые условия:** будут распространяться для обучающихся (потребителей) в платной образовательной деятельности:

- приступая к освоению общеобразовательной дополнительной программы «Солнышко» не с начала учебного года, соответственно часы программы будут варьироваться, что прописывается в договоре на оказание платных образовательных услуг в пункте 1.3. и в приложении № 2 к общеобразовательной программе.

### **Ожидаемые результаты программы**

#### **Учащиеся могут знать:**

- назначение хореографического зала и правила поведения в нем;
- отдельные упражнения танцевально-ритмической гимнастики;
- правила исполнения основных движений классического танца;
- термины классического танца;
- понятие о народно-сценическом танце.

#### **Учащиеся могут уметь:**

- исполнять движения грамотно и музыкально;
- владеть мышечным и суставно-двигательным аппаратом;

- уметь мыслить ассоциативно, научиться свободно импровизировать под любое музыкальное сопровождение;

### **Надпредметные результаты**

У учащихся может быть развито и сформированы следующие качества

- приобщение детей к музыкальному искусству;
- творческий потенциал учащихся;
- хороший музыкальный вкус;
- музыкальная память и слух;
- личностные качества, позволяющие уважать и принимать духовные и культурные ценности разных народов;
- образное мышление.

### **Личностные результаты**

У учащихся будет воспитаны и сформированы следующие качества

- позитивный взгляд на жизнь;
- любовь к искусству;
- эстетический вкус;
- бережное отношение к голосу;
- высокие нравственные качества личности: чувства патриотизма, дисциплинированности, честности и скромности;
- коммуникативная культура, культура общения.

### **Формы подведения итогов реализации образовательной программы**

Формой подведения итогов являются: концерты, участие в проектах, выступления на разноуровневых конкурсах.

## **Учебный план на 1 год обучения**

№ п/п	Название темы	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
<b>«Хореография – вид искусства»</b>		<b>2</b>	<b>5</b>	<b>7</b>
1	Набор учащихся. Аттестация (первоначальная, промежуточная) учащихся. Комплектование групп.	-	-	-
2	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. «Причины возникновения травм и их профилактика». Занятие «Давайте познакомимся».	1	2	3
3	Танцевально-ритмическая гимнастика «Мальшарики»	1	3	4
<b>«Игрогимнастика»</b>		<b>5</b>	<b>21</b>	<b>26</b>
4	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса. Пальчиковая гимнастика.	1	6	7
5	Танцевально- ритмическая гимнастика «Мальшарики». Игропластика.	1	4	5
6	Ориентация в пространстве. Игры по перемещению в пространстве.	1	3	4

7	Танцевально-ритмическая гимнастика «Малышарики» Креативная гимнастика.	1	6	7
8	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	1	2	3
<b>«Азбука музыкального движения»</b>		<b>2</b>	<b>8</b>	<b>10</b>
9	Ритм (слабые, сильные доли такта, вступление «затакт»). Танцевальная музыка: марши, вальсы. Медленные хороводные, быстрые плясовые танцы.	1	6	7
10	Отработка точек на начало и конец танца (вступительные и заключительные аккорды).	1	2	3
<b>«Занятие-путешествие «Путешествие на веселом паровозике»</b>		<b>6</b>	<b>15</b>	<b>21</b>
11	Синхронность и координация движений.	1	3	4
12	Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	-	1	1
13	Танцевально-ритмическая гимнастика «Песенка-зарядка». Игропластика.	1	1	2
14	Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, листочки).	-	1	1
15	Танцевально-ритмическая гимнастика «Колесо». Пальчиковая гимнастика.	2	2	4
16	Танцевально-ритмическая гимнастика «Руки вверх».	2	2	4
17	Итоговое занятие. Итоговая аттестация.	-	1	1
<b>Всего часов:</b>		<b>15</b>	<b>45</b>	<b>60 (63)</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧАЕМЫХ ТЕМ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

### Тема № 1 «Хореография – вид искусства». Аттестация.

**Цель:** ознакомить учащихся с правилами техники безопасности, дать определение «что такое хореография?» ( Приложение №1)

**Теория:** Ознакомление с правилами коллектива, образовательной программой, планом работы, расписанием занятий, техникой безопасности в танцевальном классе.

**Практика:** Разбор травмоопасных движений. Построение тренировки, правильного разогрева. Выполнение упражнений на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

1. Вводное занятие.

Беседа о реализации физических возможностей и творческих способностей при помощи хореографии.

2. Игра «Я познаю мир хореографии»

Дать понятие об игре.

3. «Причины возникновения травм и их профилактика».

Разбор травмоопасных движений. Охрана мышечных связок.

Построение тренировки, правильный разогрев.

4. Разучивание разминки.

Разучивание общеразвивающих упражнений для мышц всего тела и элементы танцевальных движений.

### **Тема № 2 «Игрогимнастика»**

**Цель:** развить физические данные детей, технические навыки, пластичность, танцевальность. Раскрыть творческий потенциал учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков в области классического танца.

**Теория:** ознакомление детей с элементами танцевальной гимнастики.

**Практика:** выполнение упражнений.

1. Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса. Пальчиковая гимнастика.

2. Танцевально- ритмическая гимнастика «Малышарики». Игропластика.

3. Ориентация в пространстве. Игры по перемещению в пространстве.

4. Танцевально-ритмическая гимнастика «Малышарики» Креативная гимнастика.

5. Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, при- топ).

### **Тема № 3 «Азбука музыкального движения»**

**Цель:** формировать у учащихся умение чувствовать общее эмоциональное содержание музыки.

**Теория:** характер музыкального произведения, его темп. Понятие «музыкальный размер». Строение музыкальной речи, музыкальный счёт, динамическая окраска музыки.

**Практика:** выполнение ритмических упражнений с музыкальным заданием (простой ход, бег на полупальцах). Начало и окончание движения вместе с музыкой, различение музыкальных частей. Движение в различных темпах. Определение характера музыки словами и передача изменения характера в движении по точкам зала 1 - 8. Построения и перестроения.

1. Чередование сильной и слабой долей такта. Танцевальная музыка: марши, вальсы. Медленные хороводные, быстрые плясовые русские танцы. Акцентирование на сильную долю такта в шагах.

2. Музыкальная структура движения. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды. Отработка точек на начало и конец танца (вступительные и заключительные аккорды).

### **Тема № 4 «Занятие-путешествие «Путешествие на веселом паровозике»**

**Цель:** развитие танцевально-исполнительских способностей учащихся для исполнения танцевальных композиций.

**Теория:** знакомство с танцами.

**Практика:** выполнение упражнений в зале.

1. Синхронность и координация движений.

2. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.

3. Танцевально-ритмическая гимнастика «Песенка-зарядка». Игропластика.

4. Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, листочки).

5. Танцевально-ритмическая гимнастика «Колесо». Пальчиковая гимнастика.
6. Танцевально-ритмическая гимнастика «Руки вверх».
7.
  - Музыкальный размер.
  - Основные шаги по кругу.
  - Разучивание движений на месте.
  - Сочетание основных движений (простые, сложные).
  - Отработка чёткости движений в переходах танца.
  - Рисунок. Работа над техникой исполнения.
8. Итоговое занятие. Итоговая аттестация.  
Аттестация усвоения учащимися материала 1 года обучения.

### **Способы определения результативности**

Освоение дополнительной общеобразовательной программы, в том числе отдельной части или всего объема учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) образовательной программы, сопровождается промежуточной аттестацией учащихся.

Промежуточная аттестация - это любой вид аттестации учащихся в течение учебного года, аттестация по итогам учебного года.

Целью аттестации являются:

- установление фактического уровня теоретических знаний учащихся по предметам дополнительной образовательной программы, их практических умений и навыков;
- контроль освоения дополнительной образовательной программы.

Промежуточная аттестация в Учреждении подразделяется на: стартовая аттестация - оценка качества знаний учащихся на начальном этапе освоения программы (на основании текущей аттестации);

текущая аттестация - оценку качества усвоения содержания компонентов какой - либо части (темы) конкретного учебного предмета в процессе его изучения учащимися по результатам проверки (проверок).

итоговая аттестация - оценку качества усвоения учащимися всего объёма содержания учебного предмета за учебный год, по итогам освоения программы.

Формами контроля качества усвоения учащимися содержания программы являются:

Формы устной проверки:

*устная проверка* - это устный ответ учащегося на один или систему вопросов в форме рассказа, беседы, собеседования.

*практическая проверка* предполагает демонстрацию учащимися полученных знаний и навыков через практическую деятельность: открытые занятия, концерты.

Материалы промежуточной аттестации оформляются в «Таблице критериев и параметров оценки уровня обученности» (*Приложение №1*)

**Критерии и параметры оценки уровня обученности**

Уровень	Баллы		
	1	2	3
Теоретические знания	Характеризуется уклонением (фактическим отказом) ребёнка от проекции своих состояний или его неспособностью передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом.	Характеризуется способностью к конгруэнтно репродуктивной форме отображения уже имеющегося опыта переживаний, состояний, вызванных воздействием музыкального фрагмента.	Воображение и творческие проявления - умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку. Артистизм (особенности сценического поведения и самочувствия). Понятие «артистизм» включает в себя яркую эмоциональность, фантазию и чувство меры.
Умения и навыки	Исполняют комбинацию неуверенно, ошибки при исполнении каждого второго движения. Поднимание ноги ниже 90°	Исполняют комбинацию с небольшими недочетами, не достаточно уверенно, но исправляются после 3-5 повторов. Поднимание ноги на 90° свободно, без напряжения.	Исполняют заданную комбинацию без ошибок, уверенно. Нога свободно поднимается на любую высоту выше 90°

**Методика определения уровня обученности учащихся**

**Баллы:**

- минимальный – 1 балл (задания выполняются по образцу, на воспроизведение);
- общий – 2 балла (задания выполняются на применение знаний и способов действия в несколько измененных по сравнению со стандартными ситуациями);
- продвинутый – 3 балла (выполняются задания творческого характера на применение знаний в новой нестандартной ситуации, которая требует владения сложными мыслительными процессами анализа через синтез, переноса и обобщения и характеризует системный уровень знаний и умений).

**Стартовая аттестация**

Предмет аттестации	Фамилия, имя учащегося	стартовая		
✓ слух;				

<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ музыкальная память;</li> <li>✓ ритм;</li> <li>✓ координация движения;</li> </ul>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ музыкальная память;</li> <li>✓ самостоятельное исполнение репертуара;</li> <li>✓ передача художественного образа в исполнение танца.</li> </ul>		текущая		
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ музыкальная память;</li> <li>✓ владение речевой позицией;</li> <li>✓ самостоятельное исполнение репертуара;</li> <li>✓ передача художественного образа в исполнение танца.</li> <li>✓ сцен – движения.</li> </ul>		ИТОГОВАЯ		

## **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

### **ФИНАНСИРОВАНИЕ**

Требования к помещению: соответствие требованиям САНПИН, возможность проветривания помещения, достаточная освещенность, наличие электросети.

#### **Материально-техническое обеспечение программы**

- зеркальный зал,
- магнитофон,
- флэшки,
- спортивный инвентарь: коврики, гимнастическая палка (станок) и др.

#### **Финансирование программы**

Спортивная одежда и обувь для занятий приобретаются родителями (законными представителями) несовершеннолетних учащихся и являются личной собственностью учащихся.

#### **Методические рекомендации педагогическим работникам**

В работе с учащимися преподаватель должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала. Весь процесс обучения должен быть построен от простого к сложному и учитывать индивидуальные особенности ученика: интеллектуальные, физические, музыкальные и эмоциональные данные, уровень его подготовки.

При работе над программным материалом преподаватель должен опираться на следующие основные принципы:

- целенаправленность учебного процесса;
- систематичность и регулярность занятий;

- постепенность в развитии танцевальных возможностей учащихся;
- строгая последовательность в процессе освоения танцевальной лексики и технических приемов танца.

Урок по хореографии состоит из трех частей:

1. Экзерсис у станка.
2. Экзерсис на середине класса.
3. Работа над этюдами, построенными на материале танцев народов ми-

ра.

Преподавание хореографии заключается в его поэтапном освоении, которое включает ознакомление с историей возникновения и ходом развития техники классического и народно-сценического танца, практической работой у станка и на середине зала, работой над этюдами и освоением методики танцевальных движений.

**Основным методом** в работе с учащимися являются показ, демонстрация и словесное объяснение или разъяснение, иногда применяется и словесно-образное объяснение.

#### **Методы реализации программы**

**Словесные методы** - объяснение, беседа, диалог

**Наглядные методы**- показ, демонстрация движений педагогом, рисунки, демонстрирующие костюмы, элементы костюмов.

**Визуальные сигналы** - (визуальный счёт, специальные сигналы, обозначающие движение, направление движения, его начало и повторение)

#### **Практические методы**

элементы движений, этюдов, танцев, игры, методы контроля и самоконтроля.

#### **Формы обучения, используемые в данной программе**

Основной формой проведения занятий являются занятия в хореографическом зале.

Формы познавательной деятельности:

- Фронтальная форма познавательной деятельности (работа со всей группой учащихся)
- Групповая форма организации познавательной деятельности (наблюдение педагога и корректировка работы группы и отдельных учащихся).
- Индивидуально-обособленная форма (работа с солистами);
- Коллективные репетиции (прогон номеров и выступлений);
- Концертная деятельность (фестивали, концерты, праздники).
- Итоговые занятия (по полугодиям, открытые уроки и отчетные выступления).

#### **Структура наиболее типичных учебных занятий**

Основной формой учебного занятия в объединении является занятие в хореографическом зале: тематическое занятие, игровое занятие, итоговое занятие

1. Организационный момент.
2. Постановка темы и цели занятия.
3. Техника безопасности на занятиях в хореографическом зале.
4. Объяснение темы занятия постановка цели и задач.
5. Разминка.
6. Практическая работа.

## 7. Итоговое занятия.

**Работа с родителями** (законными представителями) несовершеннолетних учащихся включает в себя:

- родительские собрания;
- информирование об особенностях деятельности объединения;
- учёт пожеланий родителей по организации учебно-воспитательного процесса их ребёнка;
- индивидуальное консультирование родителей;
- демонстрацию достижений учащихся.
- отзывы родителей о влиянии образовательной программы на воспитание и развитие детей.

*Приложение №2*

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### Нормативно-правовой аспект

1. Конституция Российской Федерации, 1993 г. (С учетом изменений, внесенных федеральным конституционным законом от 21 марта 2014 г. № 6-ФКЗ и вступивших в силу с 21 марта 2014 г.)

2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008 г. Москва "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам. (утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 г. № 1008)

4. Закон Российской Федерации «Об образовании», 2012г. (ред. от 21.07.2014)

5. Закон Республики Башкортостан от 1 июля 2013 года №696-з"Об образовании в Республике Башкортостан"

6. Конвенция о правах ребёнка, 1989 г.

7. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России (Авторы: Данилюк А.Я, Кондаков А.М., Тишков В.А.)

8. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования от 06.10.2009 г. № 373;

### СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Заикин Н. Фольклорный танец и его сценическая обработка. Орел, «Труд», 1999;
2. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца. Орел, «Труд», 2004;
3. Тарасова Н.Б. Методическая разработка «Методика преподавания народно-сценического танца». Воткинск, Воткинская типография, 1996;
4. Кульневич С.В. Иванченко В.Н. Дополнительное образование детей. Методическая служба. Ростов-на-Дону. «Учитель», 2005;
5. Бенденко Г.А. «Психология и педагогика». Москва, 2006;
6. Шевченко Р.Р. Учебная программа по классическому танцу. Москва, 2013;  
Ткаченко Л.В. Рабочая учебная программа «Хореография и ритмика». Москва, 2013;

