

Муниципальное дошкольное общеобразовательное учреждение
«Детский сад № 54»

ПРИНЯТО

педагогическим советом
МДОУ «Детский сад №54»
«01» сентября 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

заведующий
МДОУ «Детский сад № 54»
/Михайлова М.А.
«01» сентября 2021 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХОРЕОГРАФИЯ**

Возраст учащихся 5-7 лет, срок реализации – 2 года

**Автор-составитель:
Исаева Ольга Васильевна**

Ярославль
2021

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Пояснительная записка	2
2. Учебно-тематический план	7
3. Содержание программы	8
3.1. Содержание первого года обучения	8
3.2. Содержание второго года обучения	10
4. Обеспечение программы	12
4.1. Методическое обеспечение программы	12
4.2. Материально-техническое обеспечение программы	13
5. Форма аттестации и оценочные материалы	14
6. Список использованной литературы	17
7. Приложения	18

1. Пояснительная записка

Здоровье – это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоничное развитие личности. Поэтому двигательная активность в жизнедеятельности человека играет значительную роль, ведь движение - это жизнь.

Движение - естественная потребность организма человека. Оно формирует структуру и функции человеческого организма, стимулирует обмен веществ и энергии в организме, улучшает деятельность сердца и дыхания, а также функции некоторых других органов, играющих важную роль в приспособлении человека к постоянно изменяющимся условиям внешней среды.

Обучение хореографии связано с постоянной физической нагрузкой. Но физическая нагрузка сама по себе не имеет для ребенка воспитательного значения. Она обязательно должна быть совместима с творчеством, с умственным трудом и эмоциональным выражением. Отсюда задача хореографического образования – привить детям интерес и любовь к танцу, сформировать их танцевальные способности, развить чувство ритма, эмоциональную и танцевальную выразительность, координацию движений и ориентировку в пространстве, а также воспитать стремление к творческому самовыражению, художественный вкус и понимание прекрасного.

Дети, по своей природе, подвижны, восприимчивы к музыке, непринуждённо выражают свои эмоции. Всё это даёт им танец.

Хореография способствует гармоничному развитию детей, развивает физическую силу и выносливость, формирует фигуру, учит их красоте и выразительности движений, пробуждает эстетический вкус.

Данная дополнительная общеразвивающая программа **направлена** на приобщение детей к искусству хореографии путём развития у них танцевальной техники, умения чувствовать характер музыки, создания атмосферы творчества и любви к прекрасному.

Актуальность программы заключается в большом значении художественно-эстетического и физического развития детей, что возможно осуществить посредством хореографии.

Цель программы – развитие танцевальных, творческих и физических способностей средствами хореографии.

Задачи программы:

1) образовательные:

- расширять представления учащихся о мире танца, о его значении в жизни общества;
- формировать танцевальные умения и навыки выполнения танцевальных движений на основе освоения программного материала;

2) развивающие:

- развивать физические данные (сила и выносливость, укрепление различных групп мышц);
- развивать координацию движений;
- развивать чувство ритма и музыкальность;
- развивать мотивацию учащихся на творческую активность, успехи и достижения;

3) воспитательные:

- воспитывать умение работать в коллективе при создании благоприятной атмосферы;
- воспитывать трудолюбие и дисциплину.

Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной общеобразовательной программы: 5 – 7 лет.

Учебная нагрузка определяется с учётом возраста детей, года обучения. В соответствии с СанПин «Санитарно-эпидемиологические требования по устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41),

устанавливается продолжительность занятий (в академических часах), их периодичность и общее количество часов в неделю и за год.

Программа реализуется за 2 года; периодичность проведения занятий - 2 раза в неделю; продолжительность занятия – 1 академический час (от 25 до 30 минут), общее количество часов в год – 72 академических часа.

Программа реализуется в несколько этапов.

Первый этап включает в себя начальное обучение по основам хореографии и ритмики.

Основные задачи на данном этапе – формировать умение двигаться в характер музыки, передавая её темповые, динамические и метроритмические особенности; знакомство с основными хореографическими терминами.

На данном этапе ставятся детские танцы с простыми движениями.

Второй этап включает в себя постепенное повышение уровня сложности упражнений, увеличивается их число, в связи с более развитым физическим состоянием и способностью лучше координировать движения корпуса с движением рук, ног и головы. По мере овладения обучающимися содержания программы происходит расширение постановочной работы и концертной деятельности.

Предполагаемые результаты освоения программы

В результате обучения по программе обучающиеся должны: иметь представления о хореографии как области искусства, получить представление о разнообразии танцевального искусства, как прошлого, так и настоящего; владеть практическими умениями и навыками, теоретическими знаниями в объёме данной программы; приобрести общую эстетическую и танцевальную культуру; научиться самостоятельно пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями.

Первый год

Должны знать и уметь выполнять:

- позиции ног классического танца (1, 2, 6);
- простейшие перестроения (круг, линии, колонны);

- движения в соответствии с характером музыки;
- стойку на полупальцах;
- прыжки ритмично по 1 и 2 позициям;
- марш в такт музыке с участием рук.

Второй год

Должны знать и уметь выполнять:

- позиции ног классического танца (1 - 6);
- позиции рук классического танца (1 - 3);
- основные положения рук («на поясе», «в кулачки», «вдоль корпуса», «на юбке»);
- танцевальные движения согласно французской терминологии;
- перестроения из рисунка в рисунок;
- ходы и проходки с правильной постановкой корпуса;
- прыжки по 1, 2 и 3 позициям;
- марш и выученные комбинации в такт музыке;
- шаг польки, шаг галопа, подскоки.

Программа является адаптированной. В её основу положены программы хореографического объединения «Мозаика» МОУ ДОД ЦДТ «Россияне» г. Ярославля и хореографической студии «Конфетти» при Центре дополнительного образования на базе МОУ «Средняя школа № 99» г. Ярославля.

Формой подведения итогов реализации программы предполагаются: открытые занятия, тестовые и творческие задания, концертная деятельность.

2. Учебно – тематический план программы

№	Раздел	Год обучения					
		1 год обучения			3 год обучения		
		Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие. Техника безопасности.	2	0	2	2	0	2
2	Музыкально– ритмическое воспитание	-	24	24	2	8	10
3	Элементы народного танца	-	12	12	2	12	14
4	Элементы классического танца	-	12	12	2	12	14
5	Элементы историко- бытового и эстрадного танца	-	12	12	2	12	14
6	Постановочная и репетиционная работа. Концертная деятельность	-	12	12	2	16	18
	Всего	-	72	72	12	60	72

3. Содержание программы

3.1. Содержание первого года обучения (5 – 6 лет)

К основным *задачам первого года обучения* относятся:

- работа над осанкой, координацией, чувством ритма и развитием двигательной памяти;
- развитие музыкальности, пластичности движения, эмоциональности выражения движения;
- начало работы над выворотностью и пластичностью;
- изучение сценического пространства и основ сценической культуры.

Важным является изучение первоначальных упражнений для усвоения принятых в танцевальном искусстве постановки корпуса, рук, ног и головы.

Музыкально–ритмическое воспитание:

Упражнения на развитие чувства ритма и определение законченности музыкальных фраз:

а) разучивание различных стихов и считалок с ударением на сильную долю при работе под музыку;

б) всевозможные ритмические рисунки с хлопками и притопами на разные музыкальные доли, на начало и конец музыкальной фразы, сочетание хлопков и притопов;

в) сочетание прыжков и шагов;

г) работа над умением ориентироваться в пространстве (деление зала по точкам; умение держать линию, колонну; соблюдать интервалы, строить круг; соблюдать интервалы во время движения; знать своё место в зале);

д) *parterre*: в положении сидя (руки на поясе) и лёжа на полу: работа над спиной; работа стоп по позициям ног; упражнения на натянутость ног; упражнения на развитие выворотности; растяжка; упражнения на развитие гибкости; упражнения на растягивание позвоночника;

Элементы народного танца:

а) положения рук (на поясе, вдоль корпуса, «в кулачки», «за юбочки» (девочки));

б) позиции ног (1, 2, 6 – свободные);

в) вынос ноги на каблук в сторону;

- г) притоп;
- д) шаг с притопом (вправо, влево, вперёд, назад).
- е) танцевальный шаг с носка;
- ж) шаг на полупальцах.

Элементы классического танца:

- а) позиции ног (1, 2, 3, 6);
- б) relevé (1, 2, 6 позиции);
- в) позиции рук классического танца (1, 2);
- г) поклон (6 позиция ног);
- д) приставной шаг с plié;
- е) прыжки по 6 позиции ног.

Элементы историко-бытового и эстрадного танца:

- а) ход с носка;
- б) мелкие шаги на полупальцах;
- в) бег;
- г) шаг с подъёмом колена (руки «на полочке»);
- д) покачивания;
- е) изучение шага галопа, подскоков;
- ж) марш в продвижении с участием рук (хлопки, кулачки).

Постановочная работа

Разучиваются танцевальные комбинации и этюды на взаимодействие. Танцевальные номера ставятся на основе изученных танцевальных движений. Музыкальный материал: эстрадная, народная музыка в соответствующей обработке для данного возраста, квадратное построение музыкальных фраз.

Ожидаемые результаты:

Должны знать и уметь выполнять:

- позиции ног классического танца (1, 2, 3, 6);
- позиции рук классического танца (1, 2);

- названия танцевальных движений согласно французской терминологии;
- перестроения из рисунка в рисунок;
- ходы и проходки с правильной постановкой корпуса;
- прыжки по 1 и 2 позициям;
- марш в такт музыке с участием рук.

3.2. Содержание второго года обучения (6 – 7 лет)

Задачами данного периода обучения является переход от освоения ритмики к изучению основ хореографии.

Данный этап обучения базируется на системе классического тренажа. Поэтому ритмика здесь представлена только упражнениями на полу (*parterre*). Основными *задачами занятий 3-го года обучения* являются: развитие натянутости ног, выворотности, подготовка танцевальных номеров.

Музыкально–ритмическое воспитание:

а) *parterre*: в положении сидя (руки на поясе) и лёжа на полу: работа над спиной; работа стоп по позициям ног; упражнения на натянутость ног; упражнения на развитие выворотности; растяжка; упражнения на развитие гибкости; упражнения на растягивание позвоночника;

Элементы народного танца:

- а) закрепление знаний, умений и навыков, полученных ранее;
- б) шаг с притопом;
- г) шаг с притопом на ускорение (вправо, влево, вперёд, назад);

Элементы классического танца:

- а) закрепление знаний, умений и навыков, полученных ранее;
- б) изучение 4 и 5 позиций ног;
- в) 3 позиция рук;
- б) *battement tendu* (из 1 позиции ног вперёд, назад, в сторону);
- г) *demi-plié* (1, 2, 3 позиции ног);
- д) *grandplié* (1, 2 позиции ног);

е) sauté (1, 2, 3 позиции ног);

Элементы историко-бытового и эстрадного танца:

а) закрепление знаний, умений и навыков, полученных ранее;

б) разучивание комбинаций (подскоки, шаг галопа, марш, притопы, хлопки);

в) шаг польки;

Постановочная и репетиционная работа

Танцевальные номера ставятся на основе изученных танцевальных движений. Музыкальный материал: эстрадная, народная музыка в соответствующей обработке для данного возраста.

Ожидаемые результаты:

Должны знать и уметь выполнять:

- позиции ног классического танца (1 - 6);
- позиции рук классического танца (1, 2, 3);
- основные положения рук («на поясе», «в кулачки», «вдоль корпуса», «на юбочке»);
- танцевальные движения согласно французской терминологии;
- перестроения из рисунка в рисунок;
- ходы и проходки с правильной постановкой корпуса;
- прыжки по 1, 2 и 3 позициям;
- марш и выученные комбинации в такт музыке;
- шаг польки, шаг галопа, подскоки.

4. Обеспечение программы

4.1. Методическое обеспечение программы

Основной формой организации образовательного процесса по программе является учебно-тренировочное занятие. Выбор методов обучения определяется с учётом возможностей обучающихся: возрастных и психофизических особенностей детей, с учётом специфики данного предмета.

Алгоритм построения занятия

Непременным условием правильной организации учебного процесса является тщательно продуманное планирование учебного занятия. Условно мы делим на связанные между собой 3 части. Каждая часть занятия имеет определённую цель, решает свои задачи.

1. Подготовительная часть.

Подготовительная часть направлена на концентрацию внимания, подготовку мышц, суставов и связок к интенсивной нагрузке. Включает в себя:

- организационный момент построения детей (марш по кругу, перестроение в линии);
- поклон;
- ознакомление с целью и задачами занятия;
- разминка

2. Основная часть.

Основная часть нацелена на формирование осанки (постановка корпуса, рук, ног и головы); развитие выносливости и силы; развитие координации; развитие танцевальности и выразительности. Включает в себя:

- экзерсис на середине;
- перестроение в диагональ и упражнения в диагонали;
- изучение основных ритмических и танцевальных элементов, комбинаций и движений;

3. Заключительная часть.

Основная задача заключительной части – снятие физического и эмоционального напряжения. Включает в себя:

- закрепление материала;
- поклон;
- рефлексия (словесное подведение итогов занятия);
- организованный уход из зала (маршем или на полупальцах).

4.2. Материально-техническое обеспечение программы:

- специально оборудованный зал;
- помещение для переодевания;
- фортепиано, аудио аппаратура.

5. Форма аттестации и оценочные материалы

Для оценки уровня освоения программного материала проводится мониторинг образовательной деятельности. Он помогает: выяснить, насколько грамотно и рационально организован образовательный процесс, своевременно обнаружить и решить наиболее острые проблемы, возникающие в процессе обучения, а также, способствует педагогическому анализу и своевременному внесению корректив, в случае необходимости.

Самые значимые показатели результативности реализации программы:

- знания, умения, навыки;
- степень удовлетворённости занятиями;
- уровень развития творческих способностей.

Методы и формы контроля результативности:

- 1) метод включённого педагогического наблюдения;
- 2) опрос и беседы по терминологии курса;
- 3) проведение контрольных занятий (конец полугодия);
- 4) анкетирование (на выявление творческого потенциала и отношение к танцам – *Приложения 1, 2*).

Критерии оценки эффективности результатов обучения:

- сформированность основных компетенций;
- наличие знаний теоретического материала и умение ими пользоваться на практике.

Результаты при проведении контрольных занятий оцениваются по единой десятибальной системе:

- 1 б. – отсутствие знаний и умений по данной теме;
- 2 – 3 б. – практическое задание не выполнено;
- 4 – 5 б. – допущено много ошибок при выполнении практического задания;
- 6 б. – с некоторыми практическими заданиями не справился;
- 7 б. – практическое задание выполнил, но несколько раз обращался к педагогу;
- 8 б. – практическое задание выполнил, но есть маленький недочёт;
- 9 б. – выполнил всё задание без ошибок;

10 б. – выполнил всё задание без ошибок, проявил творческий подход к заданию.

Уровень освоение воспитанниками образовательной программы:

9 – 10 б. – высокий уровень;

7 – 8 б. - достаточный уровень;

4 – 6 б. – средний уровень;

1 – 3 б. – низкий уровень.

Критерии оценки эффективности воспитательных результатов:

1. Сформированность эстетического потенциала обучающихся.

Показатели:

- развитость чувства прекрасного;
- сформированность других эстетических чувств.

2. Сформированность физического потенциала обучающихся.

Показатели:

- состояние здоровья обучающихся;
- развитость физических качеств личности.

3. Удовлетворенность обучающихся жизнедеятельностью в объединении.

Показатели:

- комфортность ребенка;
- эмоционально-психологическое положение учащегося.

4. Сформированность коллектива.

Показатели:

- состояние эмоционально-психологических отношений в коллективе;
- сформированность совместной деятельности

Методические рекомендации

1. На каждом этапе мониторинга рекомендуется анализировать причины положительной или отрицательной динамики развития объекта

мониторинга, вносить и реализовывать рекомендации по коррекции образовательного процесса и программы мониторинга.

2. Проводить диагностические исследования с учётом индивидуальных возрастных и психофизических особенностей каждого ребёнка.
3. Набор используемых методик и средств должен соответствовать уровню физической подготовки детей, тестовые задания должны быть реально выполнимыми и отвечать целям и задачам программного материала.
4. Диагностика как процесс должна иметь регулярный, плановый характер, проводиться сознательно, помогая тем самым педагогу решать поставленные задачи и своевременно вносить коррективы в образовательный процесс.

6. Список использованной литературы

1. Базарова Н.П., Мей В. П. Азбука классического танца: Первые три года обучения: Учебное пособие / - 3-е изд., испр. и доп. - СПб.: Лань, 2006.
2. Вайнер Э.Н. Валеология: Учебник для вузов. 2001. – М.: Флинта: Наука, 2001.
3. Гусев Г. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учеб. пособие для ВУЗов культуры и искусств. – М.: Гуманит. Изд. Центр Владос, 2003.
4. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу. Развитие художественно-творческих способностей детей 4-7 лет средствами ритмики и хореографии. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области. – М.: Издательский дом «Один из лучших», 2008.
5. Дополнительная общеразвивающая программа хореографического объединения «Мозаика» МОУ ДОД ЦДТ «Россияне». – Автор-составитель Грушина А. Э. – Ярославль, 2015
6. Дополнительная общеразвивающая программа хореографической студии «Конфетти» на базе Центра дополнительного образования МОУ «Средняя школа № 99». – Автор – Трофимова И. И.

7. Приложения

Приложение 1

ТЕСТ «МОЙ ТВОРЧЕСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ»

Ответь на вопросы – обведи нужный ответ кружочком и подсчитай сумму:

№	вопросы	да	нет
1	Любишь ли ты рисование, танцы, музыку, театр?		
2	Часто ли ты грустишь и тебе хочется побыть одной?		
3	Приукрашиваешь ли ты истории, рассказывая их друзьям?		
4	Проявляешь ли ты инициативу в работе или на занятиях?		
5	Ты сама выбираешь одежду или слушаешь советы других?		
6	Когда тебе скучно, ты рисуешь одни и те же фигурки?		
7	Когда слушаешь музыку, возникают ли у тебя образы?		
8	Любишь ли ты сочинять сказки?		
9	Снятся ли тебе необыкновенные красочные сны?		
10	Представляешь ли место, куда тебе хотелось бы попасть?		
11	Плачешь ли ты, когда смотришь мультики и фильмы с печальным концом?		

ответ ДА-1 балл, ответ НЕТ- 0баллов.

РЕЗУЛЬТАТЫ:

10 – 11 очков – у тебя буйная фантазия и высокий творческий потенциал, ты хорошо и умело ей пользуешься, жизнь может стать гораздо богаче и принести много радости и окружающим тебя людям.

6 - 18 очков – твои фантазия и творчество - не самое слабое звено, и только от тебя зависит, сумеешь ли ты развить их ещё больше.

1 – 5очков – ты реалистка, не витаешь в облаках, но радость творчества и фантазии ещё никому не навредила!

Анкета «Мир моих увлечений»

1. Нравится ли тебе заниматься танцами? _____
2. Нравятся ли тебе педагоги и почему? _____
3. Как ты оцениваешь атмосферу в коллективе во время занятий? _____
4. Получаешь ли ты удовольствие от занятий? _____

Благодарим тебя за ответ!