Управление образования администрации города Тулы
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества» (МБУДО ЦДТ)

Программа принята на заседании
Педагогического совета МБУДО ЦДТ
Протокол от 31.08 20 23 г. № 1

Утверждаю:
Директор МБУДО ЦДТ
_____ Заборонок В.Д.
Приказ от 01.09 20 23 г. № 107-а

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука танца»

Направленность: художественная
Уровень: стартовый
Возраст обучающихся: 5-7 лет
Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:
педагог дополнительного образования
Митяева Валерия Сергеевна

Тула, 2023 г.

Внутренняя экспертиза проведена.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука танца» рекомендована к рассмотрению на заседании педагогического совета МБУДО ЦДТ.

Методист
высшей квалификационной категории Т.И. Надеинская

26.05 20 23 г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука танца»

Направленность: художественная

Актуальность и педагогическая целесообразность.

Актуальность.

Программа «Азбука танца» направлена на приобщение детей к миру танца, ориентирует детей на понимании ценности красоты, гармоничности и выразительности движений, а также формирует их фигуру, развивает их физическую силу.

Таким образом разностороннее воздействие на детей хореографического искусства воспитывает не только гармонично развитую личность, но и вызывает у детей яркие эмоциональные впечатления, совершенствует их двигательные реакции, что в целом значительно усиливает радость и удовольствие от движения.

Разработка данной программы вызвана потребностью в создании условий для личностного развития, укрепления здоровья, а в дальнейшем и профессионального самоопределения обучающихся благодаря обучению хореографическому искусству.

Педагогическая целесообразность программы проявляется в воспитании внимания, трудолюбия, собранности у обучающихся. Благодаря регулярным занятиям хореографией осуществляется как процесс образования, так и воспитания на фоне которых дети приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, развивают танцевальные и музыкальные способности, учатся более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства.

Отличительные особенности и новизна

Отличительной особенностью данной программы является то, что содержание программы взаимосвязано как с физическим, так и музыкальным воспитанием обучающихся. В программе представлены разделы, включающие танцевально-ритмическую гимнастику, нетрадиционные виды упражнений. Предполагается, что освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем. Обучение по программе создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший уровень занятий. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

Новизна программы основывается на адаптации и совмещении различных танцевальных элементов и упражнений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку детей к дальнейшему обучению хореографии, развитию танцевальных способностей, а в дальнейшем и к концертной деятельности.

Уровень программы – стартовый

Адресат: обучающиеся 5-7 лет

Цель программы –создание условий для формирования эстетического вкуса и совершенствование физических возможностей как важных составляющих многосторонне развитой личности обучающихся **через** освоение основ хореографического искусства.

Задачи программы:

обучающие:

- ***познакомить с***
- ✓ основной терминологией предмета «хореография» и способами ориентации в ней;
- ✓ основными музыкальными жанрами;
- ***научить***
- ✓ использовать «язык движений» для выражения эмоционального состояния;
- ✓ использовать массовые и сольные этюды.
- ***привить*** чувство ритма и умение двигаться в такт музыке;

развивающие:

развивать:

- стремление к проявлению творческой инициативы;
- осмысленный подход к освоению хореографического искусства;
- чувство прекрасного;

укрепить здоровье обучающихся методами танцевальной терапии;

воспитательные:

воспитывать:

- стремление к активному образу жизни;
- чувство взаимопомощи;
- эстетический вкус.

Принципы реализации программы:

Принцип доступности и индивидуальности – учет возрастных особенностей и индивидуальных особенностей,

Принцип постепенности– подача материала от простого к сложному, постепенная постановка и выполнение ребенком более трудных заданий, постепенное увеличение объема и интенсивности нагрузки; последовательность, регулярность, чередование нагрузок с отдыхом.

Принцип системности – как один из ведущих (*непрерывность и регулярность занятий).*

Принцип преемственности - совокупность последовательных образовательных воздействий в ходе обучения.

Принцип гуманизации -создание комфортной атмосферы.

Принцип единства обучения, воспитания и развития - развитие ребёнка в процесс его обучения и воспитания на основе формирования индивидуальных качеств личности.

Принцип вариативности образования - выбор пути на саморазвитие личности.

Принцип социальной составляющей - обеспечение социальной защиты, помощи и поддержки, оздоровления, адаптации.

Срок и объём реализации программы: - 3 года, каждый год по 144 часа.

Режим занятий: два раза в неделю по два академических часа (30 мин) с 10-минутным перерывом

Форма деятельности: групповые, индивидуальные (сольные).

Форма занятий: практические, теоретические, концертные выступления.

Методы обучения

- **по источнику информации:**
  - словесные *(объяснение, рассказ, беседа,)*;
  - наглядные *(показ движений, танцевальных элементов, танцевальных композиций демонстрация тематических видеофильмов, презентаций);*
  - практической работы *(отработка движений, танцевальных элементов);*
- **по степени самостоятельности и активности познавательной деятельности обучающихся:**
  - репродуктивный *(передача и запоминание информации)*
  - объяснительно-демонстрационный (*закрепление показанных движений и композиций*);
  - самостоятельный (*репетиции, концертная деятельность, конкурсные выступления*).

Прогнозируемый результат:

После освоения программы у обучающихся сформируются:

1. Личные качества: наличие стремления к активному образу жизни, чувства взаимопомощи, эстетического вкуса.
2. Метапредметные достижения: развитая потребность в проявлении творческой инициативы, наличие осмысленности, чувства прекрасного.
3. Предметные результаты: наличие знаний и умений воспроизводить элементарные хореографические элементы, слышать и чувствовать музыку, проявлять творческую хореографическую фантазию.

Способы и формы отслеживания результатов освоения программы.

Важным элементом учебного процесса является систематический контроль успеваемости обучающихся. В данной программе осуществляются следующие виды контроля:

- текущий контроль;
- промежуточная аттестация;
- итоговая аттестация обучающихся.

Каждый из видов контроля успеваемости обучающихся имеет свои цели, задачи и формы.

Текущий контроль успеваемости направлен на **выявление природных задатков,** стартового уровня хореографических способностей, повышения уровня освоения текущего учебного материала **через регулярные наблюдения.** Этот вид контроля несёт в себе воспитательные цели и учитывает индивидуальные психологические особенности обучающихся.

Наиболее распространенной формой **промежуточной аттестации** обучающихся являются **открытые занятия.** Эти занятия направлены на выявление знаний, умений и навыков, обучающихся по конкретным темам занятий.

Итоговая аттестация определяет уровень освоения образовательной программы и осуществляется в формах:

- выступлений обучающихся на открытых мероприятиях;
- участия в тематических праздниках;
- открытых занятий для родителей;
- итоговых занятий;
- публичных выступлений.

Учебный план первого года

№ п/п	**Тема**	**Всего часов**	**Теоретических**	**Практических**	**Форма аттестации**
1	**Вводное занятие**	2	1	1	Наблюдение
2	**Комплекс развивающих упражнений**	17	2	15	Контрольные упражнения
	Комплекс хореографических упражнений	45	2	43	Проверочные упражнения
3	**Отработка поставленных хореографических композиций**	72	2	70	Закрепление композиций
4	**Игры, эстафеты**	4	-	4	Проведение игр
5	**Итоговое занятие**	4	1	3	Отчетный концерт
	Итого	144	8	136	

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие (2 часа).

Теория (1 час).

Цели и задачи объединения. Знакомство с санитарно - гигиеническими правилами и техникой безопасности. Правила поведения на занятиях. Форма одежды.

Практика (1 час).

Игры (танцевальные инсценировки, подвижные игры) на знакомство и сплочение группы: «Мяч по кругу», «Поздороваться за руку с максимальным количеством детей», «Снежный ком», «Я и моя тень».

Раздел 2. Комплекс развивающих упражнений. (17 часов).

Теория (2 часа).

Беседа на темы: «Что такое танец».

Практика (15часов).

Выполнение комплекса развивающих, общеукрепляющих упражнений:

Основные виды шагов:

- Маршевый танцевальный шаг под музыку 4/4 с различным темпом
- Марш с остановкой «хлоп», оставив сзади на носке правую или левую ногу
- Шаги с носка по кругу. Музыкальные размеры 4/4, 2/4.
- Шаги на полу пальцах.
- Шаги на пятках.
- Шаги на внутренней, внешней стороне стопы «гусиный шаг» по кругу
- Бег на месте и в продвижении «лошадки» (вперед колени).
- Галоп (лицом в круг, из круга)
- Бег по кругу
- Подскоки на правой ноге по диагонали
- Подскоки на левой ноге по диагонали
- Прыжки на вытянутых ногах по 6 позиции по диагонали
- Прыжки на согнутых ногах по 6 позиции по диагонали
- Поджатые прыжки по 6 позиции по диагонали
- Поджатые прыжки по 1 позиции по диагонали
- Колесо по диагонали
- Изолированные движения головой на середине зала
- Изолированные движения плечами на середине зала
- Изолированные движения корпусом на середине зала
- Изолированные движения тазобедренным суставом на середине зала
- Изолированные движение коленями на середине зала
- Изолированные движение голеностопного сустава на середине зала
- Приседания на середине зала

Раздел 3. Комплекс хореографических упражнений. (45 часов).

Теория (2 часа).

Общее представление о хореографии и назначении хореографических упражнений. Знакомство детей с хореографической азбукой: позиции ног (1-6), позиции рук (1-3) Понятие «Осанка». Постановка корпуса. Положения

головы. правилами выполнения приседаний, вытягивания, поднимания ноги, подъема на полупальцы.

Практика (43 часов)

Хореографическая разминка:

- техника построения в зале, перемещения по залу, смена положения на 180, 360 градусов;
- танцевальный счет;
- упражнения на постановку корпуса. Поклон-приветствие. Позиция ног - VI.

Хлопки в ладоши - простые и ритмические. Положение рук: перед собой, вверху, внизу, справа и слева на уровне головы.

Положения головы. Прямо, вверх-вниз; «уложить ушко» вправо и влево; повороты вправо и влево; упражнения «тик-так» - «уложить ушко» с задержкой в каждой стороне *(можно с ритмическим рисунком)*.

Музыкальные темпы: вальс, полька. Импровизационные движения в соответствии с каждым темпом.

«Пружинка» - легкое приседание, темп умеренный. Приседание на два такта, потом на один такт и два приседания, на один такт.

«Мячик» - прыжки по VI позиции. Темп умеренный. Прыжок на два такта, затем на один такт и четыре и более прыжков на один такт.

Упражнения для рук и кистей. Руки поднять вперед на уровень грудной клетки, затем развести в стороны, поднять вверх и опустить вниз в исходное положение. В каждом положении кисти делают «фонарики» - это круговые движения кистей с раскрытыми пальцами и «кивание» - сгибание и разгибание кистей.

Упражнение для плеч. Оба плеча поднять вверх и опустить, изображая «удивление». Поочередное поднятие плеч. Положение рук: на поясе и внизу. «Мельница» - круговые движения прямыми руками вперед и назад, двумя - поочередно и по одной.

Понятия: «птичка», «утюжок», «флажок». «Птичка» - оттянутый носок вперед, в стороны. «Утюжок» - стопа сокращена, вынос ноги на пятку вперед и в стороны. «Флажок» - поднимание ноги до колена с натянутой стопой.

Упражнение «Улыбнемся себе и другу». Наклоны корпуса вперед и в стороны с поворотом головы вправо и влево. Исполняться поклоны могут как по VI позиции, так и по II позиции.

Раздел 4. Отработка поставленных танцевальных композиций. *(72)*

Теория (2 часа).

Правила отработки танцевальных композиций: вслушивание в музыку *(проговаривание эмоций),* уточняется структура танцевальной композиции.

Практика (70 часов).

Отработка танцевальных композиций под счет, музыку. Отработка переходов от одной танцевальной композиции к другой. Ввод сольных композиций, в групповом танце, из ранее изученных движений. Основной

метод работы —метод повторения, применяется для совершенствования, закрепления танцевальных навыков, а также, для того чтобы, их не утратить.

Раздел 5. Игры (4 часа)

Практика (4 часа).

Игры на развитие подвижности и ориентации в зале:

«День и ночь», «Кошки-мышки», «Паровоз», «Пчелки», «Летчики», «Кошки и мышки», «Рыбак».

Игры сопровождаются музыкой.

Раздел 6. Итоговое занятие. (4 часа).

Практика (3 часа).

Выступление с танцевальными номерами, подготовленными за год

После освоения программы каждый обучающийся должен:

знать:

- основные требования по ТБ;
- основные позиции рук и ног;
- основные хореографические элементы.

уметь:

- исполнять движения в соответствии с музыкальным ритмом;
- исполнять основные хореографические элементы;
- различать динамические изменения в музыке.

приобрести навыки:

- сценического движения;
- хореографической пластики.

Учебный план второго года

№ п/п	**Тема**	**Всего часов**	**Теоретических**	**Практических**	**Форма аттестации**
1	**Вводное занятие**	2	1	1	Наблюдение
2	**Комплекс развивающих упражнений**	10	-	10	Контрольные упражнения
	Комплекс хореографических упражнений	47	2	45	Проверочные упражнения
3	**Отработка поставленных хореографических композиций**	77	2	75	Закрепление композиций
4	**Игры, эстафеты**	4	-	4	Проведение игр
5	**Итоговое занятие**	4	-	4	Отчетный концерт
	Итого	144	5	139	

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие (2 часа).

Теория (1 час).

Цели и задачи объединения. Знакомство с санитарно - гигиеническими правилами и техникой безопасности. Правила поведения на занятиях. Форма одежды.

Практика (1 час).

Игры (танцевальные инсценировки, подвижные игры) на знакомство и сплочение группы: «Мяч по кругу», «Поздороваться за руку с максимальным количеством детей», «Снежный ком», «Я и моя тень».

Раздел 2. Комплекс развивающих упражнений. (10 часов).

Практика (10 часов).

1. Выполнение комплекса развивающих, общеукрепляющих упражнений:

1. Ходьба:
- шаги с одновременной работой рук;
- шаги с работой корпуса;
- шаги с работой головы.

2. Бег:
- бег с захлёстом голени назад;
- бег с выбросом ног вперёд;
- лёгкий бег на полупальцах;
- бег с высоко поднятыми коленями;
- бег с ускорением;
- бег с замедлением;
- бег с остановками.

3. Галоп:
- по кругу;
- по прямой линии;
- вокруг себя;
- по одному;
- парой;
- с хлопками;
- с притопами.

4. Прыжки:
- в различных ритмических комбинациях;
- в разных темпах;
- на месте;
- с продвижением вперёд;
- назад;
- в сторону;
- в двух ног на одну;
- с одновременным движениями рук и головы;
- в исполнении по одному и в парах.

5. Проскоки:

- вперёд;
- назад;
- в сторону на двух ногах;
- на одной ноге;

6. Упражнения для рук:
- резкие – мягкие;
- короткие – длинные.

7. Упражнения на ориентировку в пространстве:
- диагональ;
- простейшие перестроения: колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре;
- «звездочка»;
- «корзиночка»;
- «ручеек»;
- «змейка».

8. Движение головы:

Активно вводится практически во все танцевальные элементы, придают законченность движениям и большую выразительность.

Раздел 3. Комплекс хореографических упражнений. (47 часов).

Теория (2 часа).

Общее представление о хореографии и назначении хореографических упражнений.

Практика (45 часов)

Хореографические упражнения:

Исходное положение для всех вариантов (если не оговаривается дополнительно): ноги в основной стойке, руки в любой позиции.

«Качель маленькая» - дети стоят, взявшись за руки и слегка качая ими из стороны в сторону.

«Качель большая – то же, только сильно раскачивают руками из стороны в сторону.

«Пружинка» - стоя на месте, легко, часто, непрерывно приседать. Колени при этом слегка разводятся в стороны. Спина – прямая. Это движение можно выполнять из 6-й позиции ног (на «узкой дорожке»). В этом случае колени ног не разводятся.

Притоп – стоя на левой ноге, ритмично притоптывать правой, чуть пружиня обеими.

«Три притопа» (исходное положение – «Узкая дорожка») – на месте шаг правой ногой, затем левой и снова правой, чуть притопнув. Повторяется с левой ноги. Движение выполняется ритмично.

Притоп поочередно двумя ногами – техника та же, только на «раз, и» - притоп правой (левой) ногой, а на «два, и» - левой (правой) ногой.

Притоп в сочетании с «точкой» - пяткой, носком неопорной ноги рядом с опорной или на расстоянии небольшого шага впереди.

Приседание – техника та же, только на «раз» - приседание, на «два» - возвращение в исходное положение. Амплитуда зависит от возраста детей. Полное приседание выполняется только в подготовительной группе. При этом пятки ног отрываются от пола, а колени разводятся в стороны, спина прямая, крепкая.

Полуприседание – выполняется в сочетании с «точкой» - каблуком или носком правой (левой) ноги на расстоянии небольшого шага вперед.

Полуприседание с поворотом корпуса – сделать полуприседание, поворачивая корпус вправо (влево) на 90^0. Разворачивая корпус прямо, принять исходное положение.

«Ковырялочка»:

1-й вариант: правая нога ставится назад на носок, затем выносится вперед на пятку и на месте – три притопа.

2-й вариант: правую (левую) ногу согнуть в колене и поставить в сторону на носок невыворотно (пяткой вверх); одновременно слегка согнуть колено левой (правой) ноги. Вытягивая прямую правую (левую) ногу, поставить ее на пятку. Сделать тройной притоп, начиная с правой (левой) ноги.

«Распашонка» - на «раз» полуприседание с хлопком «ладушки» согнутыми в локтях руками впереди-вверху. На «два» - выпрямиться и поставить правую (левую) ногу в «точку» впереди-справа на пятку. Одновременно вытянуть руки по диагонали: правая – в сторону-вниз, левая – в сторону-вверх. На 2-й такт то же с другой ноги.

«Самоварчик» - на «раз» - полуприседание и хлопок-«ладушки» согнутыми в локтях руками перед грудью. На «два» - выпрямиться, левую руку вытянуть в сторону-вверх, правой – хлопнуть по внутренней стороне голени левой ноги, согнутой в колене и поднятой вверх под углом 90^0.

«Елочка» - исходное положение: ноги – «узкая дорожка», руки – «полочка», «поясок» и др. На «раз» - повернуть ступни ног (отрывая носки от пола) вправо под углом 45^0. на «два» - то же пятки. Движение можно выполнять как на прямых ногах, так и на «пружинке». Спина прямая.

«Большая гармошка» - ноги вместе. На «раз» - разведение носков в стороны, на «два» - разведение пяток, на «три» - снова разведение носков и на «четыре – разведение пяток. Затем возвращение в исходное положение в таком же порядке.

«Топотушки» - исходное положение – ноги вместе, чуть присев, руки сжаты в кулачки на поясе (подбоченившись). Часто поочередно топать ногами на месте.

«Рычажок» - ноги на «узкой дорожке». На «раз» - правая рука сгибается в локте и рукой достает вверх, сгибаясь в коленке, поднимается первая нога. На «и» - в исходное положение.

Все на «пружинке».

Поворот вокруг себя (кружение) – стоя лицом к зрителям начинать движение вправо. Легко на носочках повернуться на месте вокруг себя и остановиться в исходном положении.

«Расческа» - дети стоят в шахматном порядке. На расстоянии друг от друга лицом в одном направлении.

1-й вариант: вначале вторая шеренга проходит вперед сквозь первую, останавливаясь чуть впереди. Затем первая (оказавшись позади) проходит вперед сквозь вторую, останавливаясь чуть впереди, и т.д.

2-й вариант: первая шеренга идет назад, одновременно вторая – движется вперед. Проходя друг через друга – шеренги меняются местами.

«Играть платочком» - держа платок (сложенный по диагонали) за два угла перед собой на уровне груди, приподнимать поочередно то один, то другой уголок платочка.

• Танцевальные движения для мальчиков 6-7лет:

«Козлик» - исходное положение – правая нога стоит перед левой, руки скрещены перед грудью. Это движение выполняется на прыжке. Прыгая на левой ноге, сильно притоптывать правой. На счет «раз» - руки по дуге раскрываются в стороны-вверх (кулачки слегка сжаты и подняты вверх), на счет «два» - возвращаются в исходное положение.

«Веселые ножки» - положение упор-присев сзади. Ноги часто, резко «выбрасываются» поочередно вперед. Возвращаясь в исходное положение, нога опирается носком об пол.

«Гусиный шаг» - исходное положение – в полуприсяде, ноги на «узкой дорожке» широко шагать в полуприсяде на «пружинке». Руками, согнутыми в локтях, махать вперед-назад. Следить за осанкой. Продолжительность движения не более 8-ми тактов.

«Волчок» - опираясь о пол ладонью правой руки, вытянув корпус и ноги влево по диагонали, двигаться «семенящим» бегом вокруг своей оси (как циркулем описывая полный круг). Левая рука – произвольно.

Встать на колено – опуститься на правое колено, левая нога согнута в виде стульчика. Ступня левой ноги стоит у колена правой ноги.

<u>Поклон</u>

«Русский поклон» - исходное положение ног: 4-я позиция.

Согнув правую руку в локте, коснуться пальцами правой руки левого плеча. Выпрямляя правую руку, опустить ее вниз пред собой по траектории дуги, одновременно наклоняя корпус вперед.

<u>Построения</u>

Колонна – дети стоят друг за другом, в одном направлении, соблюдая интервалы между собой.

Шеренга – дети стоят рядом друг с другом, в одном направлении, соблюдая интервалы между собой.

Цепочка – дети стоят вполоборота друг за другом, держась за руки.

Раздел 4. Отработка поставленных танцевальных композиций. *(77 часов)*

Теория (2 часа).

Правила отработки танцевальных композиций: вслушивание в музыку *(проговаривание эмоций),* уточняется структура танцевальной композиции.

Практика (75 часов).

Работа над техникой исполнения движений. Отработка танцевальных комбинаций. Отработка ансамблевого исполнения. Работа над выразительным и эмоциональным исполнением танца. Репетиции в костюмах.

Раздел 5. Игры. (4 часа)

Практика (4 часа).

Игры на развитие чувства ритма, подвижности и ориентации в зале:

«Жар - птица», «Горошинки цветные», «Зимние забавы», «Добрый жук», «Маугли», «Рыбка»;

«Партнёрская гимнастика». Игры сопровождаются музыкой.

Раздел 6. Итоговое занятие. (4 часа).

Практика (4 часа).

Содержание данного раздела предполагает работу во время открытых занятий, концертных выступлений на тематических праздниках, где обучающиеся показывают свои навыки, умения и творческие достижения, приобретенные за время обучения.

К концу 2-ого года обучения дети должны

знать:

• азы партнёрских отношений;

• значение хореографии для укрепления здоровья человека;

• основы элементов классического танца.

уметь:

• воспринимать музыкально-танцевальный материал по словесному описанию;

• создавать посредством мимики, пластики, жеста характер и образ героев танца;

• самостоятельно исполнять программные танцы;

• координировать танцевальные движения, ориентируясь в пространстве музыкального зала;

• уметь выполнять танцевальную связку из нескольких элементов под музыку;

Учебный план третьего года

№ п/п	Тема	Всего часов	Теоретических	Практических	Форма аттестации
1	**Вводное занятие**	2	2	-	Наблюдение
2	**Комплекс развивающих**	8	-	8	Контрольные упражнения

	упражнений				
3	**Элементы классического экзерсиса**	23	2	21	Проверочные упражнения
4	**Элементы народного экзерсиса**	23	2	21	Проверочные упражнения
5	**Отработка поставленных хореографических композиций**	80	2	78	Закрепление композиций
6	**Игры, эстафеты**	4	-	4	Проведение игр
7	**Итоговое занятие**	4	-	4	Отчетный концерт
	Итого	144	8	136	

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие (2 часа).

Теория (2 час).

Цели и задачи объединения. Знакомство с санитарно - гигиеническими правилами и техникой безопасности. Правила поведения на занятиях. Форма одежды. Игры на знакомство. Расписание занятий (количество часов, время занятий). Точки хореографического класса.

Раздел 2. Комплекс развивающих упражнений. (8 часов).

Практика (8 часов).

Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево.

Пространственные музыкальные упражнения: продвижения в различных рисунках по одному, в паре, перестроения: из колонны в шеренгу и обратно, из одного круга в два и обратно, продвижения по кругу (внешнему и внутреннему), «звёздочка», «конверт».

Музыкально-ритмические упражнения: на практическое усвоение понятий: «Темп», «Ритм», «Динамика», «Музыкальная фраза», «Акцент». Оформление урока музыкой с ярко выраженным ритмическим рисунком.

Танцевальные шаги: с носка, с подъёмом ноги, согнутой в колене, на месте и в продвижении, на полупальцах с вытянутыми коленями, со сменой положения рук. Лёгкий бег с пальцев вытянутой стопы, бег с отбрасыванием назад ног, согнутых в коленях, на месте и в продвижении, бег с подниманием вперёд ног, согнутых в коленях, на месте и с продвижением.

Прыжки: понятие маленьких и больших прыжков; по разным длительностям. Подскоки: на месте; с продвижением. Упражнения для рук и кистей: являются частью разминки, а также включаются в танцевальные комбинации и этюды.

Комбинирование различных видов шагов, различных видов бега между собой; прыжки в различных ритмических рисунках на месте и с

продвижением по разным направлениям с одновременным движениям головы и рук

Раздел 3. Элементы классического экзерсиса. (47 часов).

Теория (2 часа).

Общее представление о классической хореографии и её назначении. Просмотр образцов классической хореографии.

Практика (21 часов)

Постановка корпуса. Постановка рук – подготовительная, 1, 2, 3 позиции. Позиции ног – 1, 2, 3. Plie – складывание, сгибание, приседание. Изучается demi plie по 1, 3 позициям. Музыкальный размер 3/4 или 4/4, темп – andante. Battement tendu – движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъёме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног (изучается по 1 позиции вначале в сторону, вперёд, затем назад). Музыкальный размер 2/4, темп – moderato.

Battement tende jete- отведение с броском на высоту 25°, 30° или 45° и приведение вытянутой ноги. Музыкальный размер 2/4, темп – moderato.

Rond de jam par tere-круговое движение ноги по полу. Музыкальный размер ¾.

Раздел 4. Элементы народного экзерсиса. *(23 часов)*

Теория (2 часа).

Общее представление о народно-сценической хореографии и её назначении. Просмотр образцов русской народной хореографии.

Практика (21 часов).

Основа-Русский танец. Позиция рук – 1, 2, 3 на талии.

Шаги танцевальные с носка: простой шаг вперёд, переменный шаг вперёд. Притоп – удар всей стопой, шаг с притопом в сторону, тройной притоп.

Припадание на месте: исходная свободная третья позиция; поднявшись на полупальцы поставленной назад ноги, упасть на другую ногу в полуприседание, затем опять подняться на полупальцы. То же с продвижением в сторону. Выведение ноги на каблук из свободной первой позиции, затем приведение её в исходную позицию.

Ковырялочка – поочерёдные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении и ребром каблука в открытом положении, без подскоков.

Хлопушки – в ладоши, по бедру: в простых ритмических рисунках.

Гармошка – одновременные повороты обеих стоп из свободной позиции в 1 закрытую и обратно, с продвижением в сторону.

Молоточки – удар полупальцами в пол, от колена в прямом положении, с подскоком на другой ноге; на месте, с продвижением.

Верёвочка (простая) – подряд, с переступанием.

Раздел 5. Отработка поставленных хореографических композиций. (4 часа)

Теория (2 часа).

Правила отработки танцевальных композиций: вслушивание в музыку *(проговаривание эмоций)*.

Практика (78 часов).

Работа над техникой исполнения движений. Отработка танцевальных комбинаций. Отработка ансамблевого исполнения. Работа над выразительным и эмоциональным исполнением танца. Репетиции в костюмах.

Раздел 6. Игры, эстафеты. (4 часа).

Теория (4 часа).

Игры на развитие чувства ритма, музыкальной памяти и слуха, детского творчества, гибкости и пластики, коммуникативные игры.

Раздел 7. Итоговое занятие. (4 часа).

Практика (4 часа).

Содержание данного раздела предполагает работу во время открытых занятий, концертных выступлений на тематических праздниках, где обучающиеся показывают свои навыки, умения и творческие достижения, приобретенные за время обучения.

К концу 3-ого года обучения дети должны

знать:

- основные термины, используемые в хореографии;
- технику выполнения упражнений и перестроений;
- рисунки танца.

уметь:

- правильно исполнять основные элементы классического и народно-сценического экзерсиса;
- выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок;
- быстро переключать внимание, проявлять такие качества, как терпение, аккуратность, уметь общаться со своими сверстниками в коллективе;
- исполнять хореографические композиции, поставленные педагогом, в соответствии с программой обучения
- импровизировать с использованием оригинальных и разнообразных движений.

Условия реализации программы

Организационное обеспечение:

- условия набора в объединение: принимаются дети в возрасте от 5 - 7 лет *(допускается приглашение родителей на некоторые занятия)*;
- условия формирования групп: разновозрастные группы;
- количественный состав группы: не более 15 человек.
- необходимые документы для зачисления: заявление, договор, анкета, копия паспорта родителей, копия свидетельства о рождении ребёнка, справка из ОУ (ДОУ)
- место проведения занятий: Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского творчества».

Методическое обеспечение

- *дидактический материал*: динамические пособия, обучающие игры, развивающие игры;
- *техническое оснащение:* аудио и видео средства – ноутбук, колонка, музыкальный центр.

Материально-техническое обеспечение

- *оборудование:* хореографический класс с зеркальным оформлением стен и со специальным покрытием пола *(паркет, линолеум, ковровое покрытие),* станки, трапики; раздевалка для обучающихся
- *реквизит для выступлений:* танцевальные костюмы.
- *специальная танцевальная форма:* купальник, балетные тапочки, балетная юбочка;

Противопоказания к освоению программы.

В рамках программы противопоказанием могут быть:

- тяжелые формы задержки психического развития;
- умственная отсталость;
- выраженные проявления агрессивного поведения.

При зачислении обучающихся на данную программу необходимо наличие медицинского заключения *(справка)* об отсутствии противопоказаний к занятиям **хореографией**.

Электронные образовательные ресурсы

http://www.ballet/classical.ru/ «Маленькая балетная энциклопедия»

http://window.edu.ru/resource/438/51438 «Хореографическое искусство»

http://www.russianballet.ru/ Журнал «Балет»

http://rusfolklor.ru Русский фольклор: электронная коллекция

http://ppt4web.ru/istorija/istorija-russkogo-nacionalnogo-kostjuma.html Презентация на тему: История русского национального костюма

http://lib-zm.ru/folklore-art/ фольклор и искусство (Дети Кавказа – за мир на Кавказе!).

Список используемой литературы:

Нормативно-правовые документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);
- Постановление Правительства Российской Федерации от 26.12.2017 № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» на 2018–2025 годы»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.11.2014 № 2403-р «Об утверждении Основ государственной молодежной политики РФ на период до 2025 года»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006 № 06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей» (рассматривается только как методические рекомендации);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 «Об утверждении санитарных правил СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»
- СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания";
- Постановление правительства Тульской области от 01.02.2019 № 39 «Об утверждении Государственной программы Тульской области «Развитие образования Тульской области»;
- Постановление администрации города Тулы от 29.04.2022 № 268 «Об утверждении административного регламента предоставления муниципальной услуги «Запись на обучение по дополнительным общеразвивающим программам».

Локальные акты МБУДО ЦДТ:

- Устав МБУДО ЦДТ;
- Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся;

- Положение о правилах приёма граждан в МБУДО ЦДТ на обучение по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам;
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе, рабочей программе, календарном учебном графике педагогических работников МБУДО ЦДТ.

Список литературы для педагога

1. Артанова Л. В. Театральные игры. Методическое пособие №5. – М.: Просвещение, 1991.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети. – М Айрис-пресс, 2000.
3. Дункан Айседора. Танец будущего. Моя жизнь. – Центрполиграф, 2020.
4. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. – Ростов-на-Дону «Феникс», 2003.
5. Захаров. Р. Слово о танце. Станки, –СПб ТОО "Респект», 1980.
6. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С. Библиотека учителя. Физическая культура. Ритмические упражнения, хореогафия и игры: Методическое пособие. Дрофа. – М., 2003г.
7. Котеев Г. Грим и сценический образ, М.: Сов. Россия, 1981.
8. Лукьянова Е.А. Дыхание в хореографии. – М.: Искусство, 1990
9. Михайлова М.А., Воронин И.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. – Ярославль, 2004.
10. Под ред. Мякинченко Е.Б., Шестакова М.П. Аэробика.Теория и методика проведения занятий. – М.: «СпортАкадемПресс»,2002.
11. Роот З.Я. Танцы с нотами для детского сада. – Айрис-Пресс, 2008.
12. Сосина В.Ю. Хореография в гимнастике/ В.Ю. Сосина. – М.: Олимпийская литература, 2009.
13. Степанова Л. Народные сюжетные танцы. - М.: Сов. Россия, 1986

Литература для обучающихся и родителей

1. Богаткова Л. Хоровод друзей. – М.: Детгиз, 2007.
2. Казанцева Л. Крошки-ладошки – Санкт-Петербург, 2009.
3. Каплунова И., Новосельцева И. Потанцуй со мной, дружок из серии «Ладушки» – 2014;
4. Науменко Т.И. В веселом хороводе – Издательский дом «Музыка», 2005.

Приложение

Контрольно-оценочные средства

1. Критерии оценки результативности

Соответствуют данной программе и отражают:

- уровень теоретических знаний - знание хореографических терминов, понятий, позиций, элементов;
- уровень практической подготовки обучающихся – умение выполнять основные танцевальные движения, элементы, композиции.

2. Индикативные показатели и задания - соответствуют установленной бальной оценке и определяют уровень освоения материала: ***минимальный, продвинутый, повышенный, максимальный*** *(в случае наличия высоких показателей способных обучающихся).*

Основные виды выполняемых заданий:

- умение исполнять простые танцевальные движения;
- знание основных позиций рук, ног;
- умение ориентироваться на сценической площадке;
- умение перестраиваться из одной фигуры в другую.

Баллы	**Уровень выполнения задания**
1	Задание не выполнено. Нет четкости в исполнении позы, не знает позиции рук, ног;
2-3	Задание выполнено частично. Требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка. Допущено более 6 ошибок
3-4	Задание выполнено частично. Требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка. Допущено более 5 ошибок;
5	Задание выполнено частично. Требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка. Допущено более 4 ошибок. Обучающийся старается выполнять упражнения
6-7	Задание выполнено, но допущены ошибки (не более 3) в выполнении движений и комбинаций. Упражнения выполнены в характере, стиле музыкального сопровождения.
8-9	Задание выполнено полностью, требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка. Есть 1-2 ошибки и небольшие погрешности.
10	Упражнения выполнены полностью, безошибочно, самостоятельно, в характере, стиле и манере исполнения в полном объеме.
Сумма баллов	

Минимальный уровень - 1-5 баллов
Продвинутый уровень – 6-8 баллов
Повышенный уровень - 9-10 баллов