

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
ЧЕБУЛИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Чебулинский центр дополнительного образования»

Принята на заседании  
Методического совета  
От «12» 08 2021 г.  
Протокол № 1

Утверждаю:  
Директор МБУДО «ЦДО»  
(ФИО)  
«13» 08 2021 г.



Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа художественной направленности  
по ритмике и азам хореографии «Танцевальная мозаика»  
Стартовый уровень  
Возраст учащихся: 5-7 лет  
Срок реализации: 1 год

Разработчик:  
Андраханова Ольга Альбертовна,  
педагог дополнительного  
образования

Чебулинский муниципальный округ, 2021

## Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик программы» Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Танцевальная мозаика» имеет художественную направленность. Вид деятельности – хореография.

Танец - это музыкально-пластическое искусство, специфика которого состоит в том, что, отражая окружающую жизнь в художественных образах, танец воплощает их с помощью выразительных движений исполнителей без каких-либо словесных пояснений.

Именно в детстве ребенок особенно восприимчив к прекрасному - музыке, танцу. Чем раньше ребенок приобщается к миру искусства, тем богаче становится его внутренний мир. И этот факт позволяет смотреть на хореографическое воспитание детей данной возрастной группы как на важный и нужный фактор в процессе развития детей.

Данная программа **направлена** на художественное развитие детей старшего дошкольного возраста, посредством изучения ритмики и основ хореографии. Но так как хореография искусство синтетическое, она позволяет решать так же задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического и психического развития детей.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная мозаика» разработана на основе следующих документов:

- Федеральным законом от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р);
- Указом Президента Российской Федерации от 07.05.2018 N 204 "О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года";
- Государственная программа РФ «Развитие образования» на 2018 – 2025 гг. (постановление Правительства РФ от 26.12.2017 №1642);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Закон «Об образовании в Кемеровской области» редакция от 03.07.2013 №86-ОЗ;
- Государственная программа Кемеровской области «Развитие системы образования Кузбасса» на 2014 – 2025 годы. Утверждена постановлением Коллегии Администрации Кемеровской области от 4 сентября 2013 г. N 367;
- Распоряжением Коллегии Администрации Кемеровской области от 26.10.2018 N 484-р "О реализации мероприятий по формированию современных управленческих и организационно-экономических механизмов в системе дополнительного образования детей в Кемеровской области";
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г. № 28, вступившие в силу 01.01.2021 г. «Об утверждении СанПиН 2.4 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Правилами персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Кемеровской области-Кузбассе от 05.05.2019 г. No 740;
- Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Чебулинский центр дополнительного образования»;
- Годовой календарный график МБУДО «Чебулинский центр дополнительного образования».

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцевальная мозаика» осуществляется на русском языке – государственном языке РФ.

Программа модифицированная, подготовлена на основе авторской программы хореографического обучения дошкольников Слуцкой С.Л., старшего преподавателя Самарской государственной академии культуры и искусства, научного руководителя работы по хореографии АНО ДО «Планета детства «Лада» (г. Тольятти) и авторского видеокурса «От 2 до 6 лет. Танец-игра для маленьких. Методика и постановки» Анны Уфимцевой действующего хореографа, г. Калининград.

**Актуальность** данной программы определяется запросом детей и родителей на программы художественной направленности. В частности, обучение по данной программе, помогает формировать социально значимые знания, умения и навыки, оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровьесберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает к

творчеству. Кроме того, с помощью программы возможно решение такой социально значимой проблемы, как занятие досуга детей интересным делом.

**Новизной** дополнительной общеразвивающей программы является включение в структуру содержания программы раздела танцевально-игровой тренинг. Данный раздел состоит из игр направленных на достижение целей хореографии: развитие музыкальности, ритмичности, мышечного чувства и игр, включающих в себя элементы арт-терапии, которые призваны оказывать эмоциональную поддержку учащимся, способствуют выработке гумано-ориентированных моделей поведения и достижению желательных психических изменений.

**Педагогическая целесообразность** данной программы продиктована:

- желанием родителей развить интерес их детей к новой деятельности с раннего возраста;

- возможностью успешного решения проблем социализации личности учащегося;

- важностью художественного образования и значимостью познавательных и воспитательных возможностей, предоставляемых занятиями по хореографии;

- необходимостью формирования знаний и навыков в области укрепления здоровья и развития физических данных детей старшего дошкольного возраста.

В программе используются современные достижения педагогики и хореографии, что повышает ее ценность.

**Отличительные особенности** данной программы:

1. Данная программа разработана для детей, учащихся на подготовительном отделении хореографической студии «Ронд» Чебулинского центра дополнительного образования детей. После завершения данного курса учащиеся имеют возможность перейти на следующую ступень обучения, так как, обучаясь по данной программе, очевидными станут танцевальные способности детей. Программа так же может быть абсолютно самодостаточна.

2. Акцентирование внимания педагогов не столько на внешней стороне обучения детей музыкально-ритмическим движениям (т.е. формировании двигательных умений), сколько на анализе тех внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движения под музыку. Это, прежде всего сенсорные, мыслительные, эмоциональные процессы, а так же их подвижность. Так как движение является как бы видимым айсбергом глубинных психических процессов, то по двигательной реакции под музыку можно с достаточной степенью достоверности провести диагностику как музыкального, так и психомоторного развития ребенка.

**Адресат программы.** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная мозаика» ориентирована на детей 5-7 лет и нацелена на приобщение к движению под музыку - не только способных и одаренных в музыкальном и двигательном отношении, но и

неловких, неповоротливых, которым нужно помочь обрести чувство уверенности в своих силах.

**Объем и срок освоения программы.** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная мозаика» рассчитана на 1 год обучения. Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения и необходимых для освоения программы, составляет 144 часа, 9 месяцев.

**Форма обучения** очная

**Уровень освоения программы:** стартовый

**Особенности организации образовательной деятельности:** зачисление в группы производится с обязательным условием – написание заявления родителями (законными представителями); подписание согласия на обработку персональных данных. Допуск к занятиям производится только после обязательного проведения и закрепления инструктажа по технике безопасности по соответствующим инструкциям и предъявления медицинской справки об отсутствии противопоказаний для занятий хореографией. При наборе у учащихся не требуется специальной подготовки и знаний. То есть набор происходит в свободной форме. Оптимальное количество детей в группе 8-10 человек. При большем количестве детей возможно создание подгрупп.

Программа по ритмике и азам хореографии подразумевает под собой занятия, которые проводятся в игровой форме с правильным музыкальным сопровождением.

Такие музыкально-двигательные уроки включают в себя следующие компоненты:

- партерная гимнастика, стретчинг
- ритмика и логоритмика
- основы классического танца
- контроль над правильным дыханием
- танцевально-игровой тренинг
- сюжетные танцы
- упражнения с мячом
- упражнения для развития актерской выразительности и т.д.

Во время занятий особое внимание уделяется умению владеть телом, формированию правильной осанки и координации, развитию гибкости и плавности движений, а так же умению взаимодействовать друг с другом и сольному выражению.

Дети, обучающиеся по данной программе, участвуют в мероприятиях и концертах своего учреждения, поселкового и муниципального уровней.

Подведение итогов реализации программы проводится в конце года. Обычно в форме открытого занятия для родителей или участия в отчетном концерте Чебулинского центра дополнительного образования перед родителями и жителями поселка.

**Режим занятий.** Данная программа рассчитана на 1 год обучения, с количеством 144 часа.

Возраст детей:

– от 5 до 7 лет.

Количество занятий в неделю: 2 раза в неделю по 2 часа.

**Цель и задачи программы.**

Занимаясь в детском творческом коллективе по данной программе, ребенок с раннего детства учится коммуникабельности. Занятия ритмикой и хореографией развивают музыкальность, эмоциональность, творческое воображение, способность к импровизации в движении под музыку, артистизм, пластичность, воспитывают эстетический вкус, закладывают основу художественного развития и творческой активности личности. Для детей, которые с 6-летнего возраста начали заниматься основами хореографии, характерна правильная осанка, высокая работоспособность, целеустремленность и, что не менее важно, интерес к познанию. Если учесть, что через год ребенок пойдет в школу, то абсолютно очевидна

целесообразность занятий хореографией для детей старшего дошкольного возраста, ведь эти занятия делают их более подготовленными к учебной деятельности.

**Цель:** выявление и развитие танцевальных, творческих способностей детей дошкольного возраста.

В ходе достижения этой цели решаются следующие **задачи:**

*образовательные:*

- обучить дошкольников азам танцевального и актерского мастерства;
- обучить элементарной терминологии в области хореографии;
- дать учащимся первоначальную хореографическую подготовку, обучать детей исполнять танцевальные движения, передавая различные образы и характер музыки

*развивающие:*

- развивать познавательный интерес и потребность в занятиях танцами;
- выявлять и развивать творческие способности учащихся;
- развивать двигательную активность и физические качества учащихся;
- способствовать формированию мотивации к ведению здорового образа жизни;

*воспитательные:*

- содействовать формированию художественного вкуса и эстетических ценностей;
- создавать условия для становления ребенка как социально-активной личности;
- создать детский сплоченный коллектив с благоприятным социально-психологическим климатом и яркой концертной программой.

## Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Введение</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Входящее, промежуточн ое и конечное тестирование.
<b>2.</b>	<b>Ритмика</b>	<b>24</b>	<b>6</b>	<b>18</b>	
2.1	Темп	4	1	3	
2.2	Метр	4	1	3	
2.3	Передача ритмического рисунка	4	1	3	
2.4	Коллективно-порядковые упражнения	4	1	3	
2.5	Ритмическая разминка	4	1	3	
2.6	Логоритмика	4	1	3	
<b>3</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>24</b>	<b>6</b>	<b>18</b>	Наблюдение
3.1	Упражнения для развития выворотности	8	2	6	
3.2	Упражнения для исправления недостатков осанки	8	2	6	
3.3	Игровой стретчинг	8	2	6	
<b>4</b>	<b>Танцевально-игровой тренинг</b>	<b>18</b>	<b>4</b>	<b>14</b>	Входящее, промежуточн ое и конечное тестирование.
4.1	Игры для развития музыкальности.	4	1	3	
4.2	Игры для развития мышечного чувства	4	1	3	
4.3	Игры для группового взаимодействия.	6	1	5	
4.4	Игры для снятия мышечного и эмоционального напряжения	4	1	3	
<b>5</b>	<b>Танц-класс</b>	<b>36</b>	<b>9</b>	<b>27</b>	Входящее, промежуточн ое и конечное тестирование.
5.1.	Экзерсис на середине зала				
5.1.1	Позиции ног (6,1,2,3)	4	1	3	
5.1.2	Позиции рук (подг.,1,2,3)	4	1	3	
5.1.3	Релеве на полупальцах по всем позициям ног	4	1	3	
5.1.4	Первое пордебра	4	1	3	
5.1.5	Деми и гранд плие	4	1	3	
5.2.	Разминка по кругу				
5.2.1	Танцевальный шаг с носка	4	1	3	
5.2.2	Па галопа	4	1	3	
5.2.3	Приставные шаги	4	1	3	
5.2.4	Подскоки	4	1	3	
<b>6</b>	<b>Репетиционно - постановочная работа</b>	<b>40</b>	<b>5</b>	<b>35</b>	Открытое занятие
6.1.	Обсуждение номера	2	2	-	
6.2.	Разучивание лексики танца	14	2	12	
6.3.	Постановка танца	12	1	11	
6.4.	Репетиции	10	-	10	
6.5.	Итоговое занятие	2	-	2	

	<b>Итого</b>	<b>144</b>	<b>31</b>	<b>113</b>	
--	--------------	------------	-----------	------------	--

## **Содержание программы.**

### **Раздел 1. Введение**

#### **Теория**

1. Знакомство с предметом «Танцевальная мозаика».
2. Инструктаж по технике безопасности.

#### **Практика**

1. Тестирование
2. Игры на знакомство, снятие эмоционального напряжения.  
(Приложение 1)

### **Раздел 2. Ритмика**

#### **Тема 2.1. Темп**

##### **Теория**

1. Знакомство с терминами.
2. Прослушивание музыки.
3. Методика выполнения игр и упражнений.

##### **Практика**

- музыкальные темпы: быстро, медленно, замедление, быстро-быстро, очень медленно и др. Импровизационные движения в соответствии с каждым темпом;
- устойчивость в темпе; (многократное повторение различных танцевальных движений в разных темпах, чтобы дети лучше могли уловить разницу, например между темпом «быстро» и «быстро-быстро»);
- переключение с одного темпа на другой;
- постепенное замедление или ускорение темпа.

#### **Тема 2.2. Метр**

##### **Теория**

1. Знакомство с терминами.
2. Прослушивание музыки
3. Методика выполнения игр и упражнений

##### **Практика**

- отражение в движении динамических оттенков;
- движение, отмечающее начало такта;
- движение, отмечающее конец такта, «точка».

#### **Тема 2.3. Передача ритмического рисунка**

##### **Теория**

1. Знакомство с терминами.
2. Прослушивание музыки
3. Методика выполнения игр и упражнений

##### **Практика**

- синкопированным движением;
- хлопками, шагами;



- соблюдением пауз.

## **Тема 2.4. Коллективно-порядковые упражнения**

### **Теория**

1. Знакомство с терминами.
2. Прослушивание музыки
3. Методика выполнения игр и упражнений

### **Практика**

- перестроение из круга в колонну, или в шеренгу, в диагональ;
- шахматный порядок;
- шаги на месте и по кругу;
- повороты направо и налево, кругом.

## **Тема 2.5. Ритмическая разминка**

### **Теория**

1. Знакомство с терминами.
2. Прослушивание музыки
3. Методика выполнения игр и упражнений

### **Практика**

- набор упражнений на координацию;
- упражнения для разминки шеи, плеч, рук, диафрагмы, стоп;
- прыжки;
- ходьба и бег с разными положениями рук - на поясе в стороны, за спиной;
- ходьба и бег в разных темпах с разными положениями рук.

## **Тема 2.6. Логоритмика**

### **Теория**

1. Знакомство с терминами.
2. Прослушивание музыки
3. Разучивание стихов и песенок.
4. Методика выполнения игр и упражнений

### **Практика**

- речевые игры с движениями, направленные на развитие чувства ритма и артистизма;
- упражнения, направленные на формирование и развитие правильного физиологического дыхания;
- упражнения, направленные на развитие мимических мышц;
- пальчиковые игры и упражнения с речевым сопровождением, направленные на развитие мелкой и крупной моторики. (Приложение 2).

## **Раздел 3. Партерная гимнастика**

### **Тема 3.1 Упражнения для развития выворотности.**

#### **Теория**

1. Знакомство с терминами.
2. Прослушивание музыки
3. Методика выполнения упражнений.

#### **Практика**

- упражнения для развития выворотности ног (Приложение 3)

### **Тема 3.2. Упражнения для исправления недостатков осанки**

#### **Теория**

1. Знакомство с терминами.
2. Прослушивание музыки
3. Методика выполнения упражнений.

#### **Практика**

- упражнения для исправления недостатков осанки  
(Приложение 4)

### **Тема 3.3. Игровой стретчинг**

#### **Теория**

1. Знакомство с терминами.
2. Прослушивание музыки
3. Методика выполнения упражнений.

#### **Практика**

- упражнения для растяжки (Приложение 5)

## **Раздел 4. Танцевально - игровой тренинг**

### **Тема 4.1. Игры для развития музыкальности**

#### **Теория.**

1. Знакомство с терминами.
2. Прослушивание разножанровой музыки
3. Методика выполнения упражнений.

#### **Практика**

- Игры для развития музыкальности (Приложение 6)

### **Тема 4.2. Игры для развития мышечного чувства**

#### **Теория**

1. Знакомство с терминами.
2. Прослушивание музыки
3. Методика выполнения упражнений.

#### **Практика**

- Игры для развития мышечного чувства (Приложение 7)

### **Тема 4.3. Игры для группового взаимодействия**

#### **Теория**

1. Знакомство с терминами.
2. Прослушивание музыки
3. Методика выполнения упражнений.

#### **Практика**

- Игры для группового взаимодействия (Приложение 8)

### **Тема 4.4. Игры для снятия мышечного и эмоционального напряжения**

#### **Теория**

1. Знакомство с терминами.
2. Прослушивание музыки
3. Методика выполнения упражнений.

#### **Практика**

- Игры для снятия мышечного и эмоционального напряжения (Приложение 9)

## **Раздел 5. Танц-класс**

### **Тема 5.1. Экзерсис на середине зала**

#### **Теория.**

1. Терминология и перевод.
2. Прослушивание музыки.
3. Методика исполнения упражнений.

#### **Практика**

- позиции ног (1,2,3,6)
- позиции рук (подготовительная, 1, 2, 3)
- релеве на полупальцах по всем позициям ног
- первое пордебра
- деми и гранд плие.

### **Тема 5.2. Разминка по кругу**

#### **Теория**

1. Терминология и перевод.
2. Прослушивание музыки
3. Методика выполнения упражнений.

#### **Практика**

- танцевальный шаг с носка
- приставные шаги
- па галопа
- подскоки

## **Раздел 6. Репетиционно -постановочная работа**

### **Тема 6.1. Обсуждение номера**

#### **Теория.**

1. Обсуждение номера
2. Прослушивание музыкального материала.

#### **Практика.**

- прослушивание музыки

### **Тема 6.2. Разучивание лексики танца**

#### **Теория**

1. Методика исполнения танцевальных движений.

#### **Практика**

- разучивание лексики танца

### **Тема 6.3. Постановка танца**

#### **Теория**

1. Методика построения сценических рисунков

#### **Практика**

- постановка танца

### **Тема 6.4. Репетиции**

#### **Практика**

- отработка готового танцевального номера в зале и на сцене.

## **Тема 6.5 Итоговое занятие**

### **Практика**

- открытое занятие
- концертное выступление.

### **Предполагаемые результаты**

В результате прохождения программного материала учащиеся *знают*:

- простейшие хореографические термины («темп», «ритм», «характер музыки», «интервал» и др.);
- требования техники безопасности и правила поведения в танцевальном зале, на сцене;
- позиции ног и рук в классическом танце.

### **Умеют:**

- слушать и выполнять указания педагога во время занятия,
- выполнять упражнения под музыку с определенным чувством ритма.
- исполнять изученные танцевальные движения,
- работать в группе, в паре, «соло»;
- контролировать и координировать свое тело;
- сопереживать и чувствовать музыку.

**По окончании обучения по программе, учащимися могут быть получены следующие личностные, метапредметные и предметные результаты:**

### **Предметные:**

- сформированные музыкальность, чувство ритма, исполнительские навыки в танце и художественный вкус у учащихся;
- владение учащимися простейшими хореографическими терминами;
- развитые выносливость, гибкость, ловкость, координацию движений;
- сформированные осанка, красивые манеры, походка, выразительность телодвижений и поз;

### **Личностные:**

- сформированное чувство коллектива, взаимопонимание и взаимовыручка при работе в группе, толерантное отношение к окружающим;
- развитые коммуникативные способности учащихся;
- сформированные ценностные ориентиры на здоровый образ жизни;
- проявление таких черт личности как характер, воля, чувство ответственности, целеустремленность, работоспособность;
- снижение стеснительности, зажатости, комплексов;

### **Метапредметные:**

- выраженный интерес к художественному творчеству и к искусству в целом;
- сформированная мотивация к познанию и сотворчеству;
- сформированная мотивация к самовыражению, самореализации и творческой активности.

## **Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»**

## 2.1. Календарный учебный график:

**Количество учебных недель:** 36 недель.

**Количество учебных дней:** 72 дня.

**Продолжительность каникул:** 1 неделя.

**Даты начала и окончания учебных периодов / этапов :** с 1 сентября по 31 декабря / 11 января по 31 мая.

### «Календарный учебный план»

№ п/п	Месяц	Неделя	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь	1	2	<b>Введение</b>	Зал хореографии	Беседа, наблюдение, мониторинг
		2	2	<b>Ритмика. Темп</b>		
		3	2	<b>Партерная гимнастика.</b> Упражнения для развития выворотности		
2	октябрь	4	2	<b>Ритмика. Метр.</b>		
		5	2	<b>Партерная гимнастика.</b> Упражнения для развития выворотности		
		6	2	<b>Танцевально- игровой тренинг.</b> Игры для развития музыкальности		
		7	2	<b>Танц-класс. Позиции ног (6,1,2,3)</b>		
3	ноябрь	8	2	<b>Постановочная работа.</b> Обсуждение номера		
		9	2	<b>Ритмика.</b> Передача ритмического рисунка		
		10	2	<b>Партерная гимнастика.</b> Упражнения для исправления недостатков осанки		
		11	2	<b>Танцевально- игровой тренинг.</b> Игры для развития мышечного чувства		
4	декабрь	12	2	<b>Танц-класс. Позиции рук.</b> (подготовительная, 1,2, 3)		
		13	2	<b>Постановочная работа.</b> Разучивание лексики танца.		
		14	2	<b>Ритмика.</b> Коллективно-порядковые упражнения		
		15	2	<b>Партерная гимнастика.</b> Упражнения для исправления недостатков осанки		
5	январь	16	2	<b>Танцевально- игровой тренинг.</b> Игры для группового взаимодействия		
		17	2	<b>Танц-класс. Релеве на полупальцах по всемпозициям.</b>		
		18	2	<b>Ритмика.</b> Ритмическая		

				разминка	Сцена	
		19	2	<b>Партерная гимнастика.</b> Игровой стретчинг		
6	февраль	20	2	<b>Танцевально-игровой тренинг.</b> Игры для снятия эмоционального и мышечного напряжения.		
		21	2	<b>Танцкласс.</b> Первое пордебра		
		22	2	<b>Постановочная работа.</b> Разучивание лексики		
		23	2	<b>Ритмика.</b> Логоритмика		
7	март	24	2	<b>Партерная гимнастика.</b> Игровой стретчинг		
		25	2	<b>Танцкласс.</b> Деми и гранд плие		
		26	2	<b>Постановочная работа.</b> Разучивание лексики		
		27	2	<b>Постановочная работа.</b> Постановка танца		
8	апрель	28	2	<b>Танцкласс.</b> Танцевальный шаг с носка		
		29	2	<b>Танц-класс.</b> Па галопа		
		30	2	<b>Постановочная работа.</b> Постановка танца		
		31	2	<b>Постановочная работа.</b> Постановка танца		
		32	2	<b>Постановочная работа.</b> Постановка танца		
9	май	33	2	<b>Танцкласс.</b> Приставные шаги.		
		34	2	<b>Танц-класс.</b> Подскоки		
		35	2	<b>Постановочная работа.</b> Репетиции		
		36	2	<b>Постановочная работа.</b> Репетиции		

--	--	--	--	--	--	--

### **Методическое обеспечение программы**

При реализации программы используются различные методы обучения:

- словесные: рассказ, объяснение методики выполнения тех или иных упражнений, движений; беседа, диалог, прослушивание и обсуждение музыкального материала и т.д.
- наглядные: показ, демонстрация видео-материалов;
- практические: выполнение различных упражнений: ритмических, танцевальных и т.д.
- игровые: игры для знакомства и эмоционального раскрепощения; игры для развития музыкальности, мышечного чувства, группового взаимодействия и т.д.
- импровизационный: самостоятельная творческая деятельность учащихся;

На всех занятиях используется такой методический прием как музыкальное сопровождение.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности: учебный (теоретический), игровой (практический).

Начало занятия включает в себя:

- введение, направленное на сбор внимания учащихся;
- введение нового материала;
- повторение пройденного и нового материала с условием, что динамические игры и упражнения переключаются со спокойными;
- финал (игры для снятия эмоционального и физического напряжения)
- поклон или любая другая форма окончания занятия для того, чтобы была стабильная точка в конце занятия;
- подведение итогов занятия, рефлексия.

В качестве дидактических материалов при реализации программы используются игры, перечисленные в приложении.

На занятиях используются следующие формы работы:

1. Традиционные:

- беседа
- диалог
- показ

## 2. Нетрадиционные:

- танцевально – игровой тренинг: игры – импровизации, игры для актерской выразительности, игры для развития чувства коллективизма и др.
- совместные занятия родителей и детей

### **Условия реализации программы**

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

Для успешной реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцевальная мозаика» необходимы следующие условия:

1. Картотека DVD и CD- дисков, аудиокассет с музыкой для занятий ритмикой и хореографией.
2. Картотека специальной литературы.
3. Музыкальный центр.
4. Коврики для партерной гимнастики
5. Зеркала и станки в хореографическом зале.
6. Мячи для проведения занятий по ритмике.
7. Демонстрационные материалы по теме «Основные позиции рук и ног в классическом танце».
8. Диагностический материал по темам:
  - «Диагностика уровня музыкального и психомоторного развития детей»
  - «Тесты для определения специальных хореографических данных»
9. Конспект открытого занятия по теме «Танец «Берлинская полька»».
10. Лекционный материал по темам:
  - «Влияние занятий хореографией на психическое и физическое развитие детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста».
  - «Педагог дополнительного образования как субъект педагогической поддержки».
  - «Педагогическая поддержка ребенка и процесса его развития».
  - «Факторы, способствующие созданию комфортного психологического климата на занятиях в учреждении дополнительного образования».
11. Методические разработки:
  - Мастер-класс по теме «Парный стретчинг на занятиях по хореографии для детей старшего дошкольного возраста и их родителей в учреждении дополнительного образования».
  - Мастер –класс по теме «Игры на занятиях по хореографии для детей дошкольного возраста и их родителей в учреждении дополнительного образования».
  - Мастер-класс по теме «Использование мяча на уроках ритмики для детей дошкольного возраста».
  - «Сборник игр для занятий хореографией»;



- «Сборник упражнений для логоритмики»;
- «Сборник упражнений для логопластики»;
- «Сборник упражнений для игрового стретчинга».

#### 12. Видеоматериалы

- «Танец-игра для маленьких. Методика. Дети от 4 до 6 лет.» Танц-отель. Анна Уфимцева. Новосибирск 2009г. 12 уроков.

### **Формы подведения итогов и реализации программы.**

Программа предусматривает использование различных видов контроля, который может осуществляться в форме наблюдения или анализа результатов специальной диагностики (Приложение №1,2). Результативность освоения программы можно также проследить по участию коллектива в концертах, конкурсах.

Педагогический анализ (диагностика) проводится 3 раза в год:

1. Вводный. В начале каждого учебного года все вновь прибывшие обучаются по данной программе проходят тестирование для того, чтобы выяснить индивидуальные особенности физиологического, музыкального и психомоторного развития участников группы.

2. Промежуточный. Проводится в январе для отслеживания динамики развития детей.

3. Итоговый. В конце года с помощью таких тестов педагог может диагностировать музыкально-ритмические навыки и умения детей и определить, какие изменения произошли у учащихся.

Результаты тестирования педагог заносит в таблицы. Анализируя их, педагог планирует свою индивидуальную и групповую работу с детьми на будущий учебный год.

Формы подведения итогов:

1. Подведение итогов в конце каждого занятия.
2. Контрольный урок в начале, середине и в конце года.
3. Открытый урок в конце года.
4. Выступления на отчетных концертах ЦТ.
5. Участие в конкурсах.

### **Список литературы для педагогов**

1. Амонашвили, Ш. Как живете, дети? пособие для учителя /Ш. Амонашвили.- Москва: «Просвещение»,1986. -176 с.- Текст: непосредственный.
2. Ваганова, А.Я. Основы классического танца / А.Я.Ваганова.- Ленинград., 1980.-288с. – Текст: непосредственный;
3. Васильева-Рождественская, М.Е. Историко-бытовой танец/ М.Е.Васильева-Рождественская. – Москва., 1963.- 268 с. – Текст непосредственный;
4. Выгодский, Л. С. Воображение и творчество / Л.С. Выготский.- Москва: Просвещение, 1991. -52 с. – Текст: непосредственный;
5. Григорьянц, Т.А. Сценическое движение. Пластический тренинг/ Т.А. Григорьянц.- Кемерово, 2004.- 96с. – Текст: непосредственный;
6. Крутецкий, В.А. Психология: учебник для учащихся педучилищ /В.А.Крутецкий.-Москва: Просвещение, 1980.-352с. – Текст непосредственный;
7. Климов, А.Н. Основы русского народного танца/ А.Н. Климов.- Москва: Просвещение, 1981.-390с. – Текст: непосредственный;
8. Лебедева, О.Е. Дополнительное образование детей: учебное пособие для студентов высших уч. Заведений / О.Е.Лебедева.- Москва: ВЛАДОС, 2003.-256 с. – Текст: непосредственный;
9. Лук, А.Н. Мышление и творчество/ А.Н.Лук.- Москва: Политиздат, 1976. - 144 с. – Текст: непосредственный;
- 10.Новицкая, М.,Науменко, Г. Раз, два, три, четыре, пять, мы идем с тобой играть/ М.Новицкая, Г. Науменко. – Москва: 1995.- 165 с. – Текст: непосредственный;
- 11.Руднева, С.Н., Фиш С. Ритмика. Музыкальное движение/ С.Н. Руднева, Фиш С. – Москва:1972. – 155 с. – Текст: непосредственный;
- 12.Раздрокина, Л.Л. Танцуйте на здоровье! Танцевально-игровые тренинги/ Л.Л. Раздрокина.- Ростов н/Д: Феникс, 2007.- 157 с. – Текст: непосредственный;
- 13.Слущкая, С.Л. Танцевальная мозаика/ С.Л. Слущкая.- Москва: ЛИНКА-ПРЕСС, 2006.- 272 с. – Текст: непосредственный.

#### **Список литературы для учащихся**

1. Барышникова, Т. Азбука хореографии/ Т.Барышникова: серия – Внимание: дети!. – Москва: ВЛАДОС, 2000. – 180с. Текст: непосредственный;
2. Веденева, И. Будь молодой и грациозной/ И.Веденева. – Москва: ЛИНКА-ПРЕСС, 1986.-115с. – Текст: непосредственный;
3. Демкова, И. Загадки Терпсихоры/ И.Демкова: рассказы для детей – Москва: Просвещение,1989. – 60с. – Текст: непосредственный;
4. Дункан, А. Моя жизнь / А. Дункан: мемуары. – Москва, 1992. – 200с. – Текст: непосредственный;

5. Лисицкая, Т. Хореография в гимнастике/ Т.Лисицкая.– Москва: ЛИНКА-ПРЕСС,1993. – 71с. – Текст: непосредственный;
6. Медова, М.Л. Классический танец/ М.Л. Медова. – Москва: Просвещение, 2004. – 25с. – Текст: непосредственный;
7. Тимофеева, М. Мир балета/ М.Тимофеева.– Москва: ВЛАДОС, 1993. - 365с. – Текст: непосредственный;
8. Федоров, В. Образы балета. Живопись и графика В. Косорукова /И.Федоров.– Москва: ВЛАДОС, 1988. – 68с. – Текст: непосредственный.

## Список используемых терминов и понятий

### 1. Названия разделов.

**Логоритмика** - это система двигательных упражнений, в которых различные движения сочетаются с произнесением специального речевого материала. Такие занятия не только помогают совершенствовать речь, но и способствуют укреплению мышечного аппарата, формированию правильной осанки, а также активному моторному и сенсорному развитию, развитию слуха и памяти.

**Партерная гимнастика** – система специальных упражнений направлена на концентрацию внимания, регуляцию работы ЦНС, включает в себя особые техники дыхания и релаксации. Урок способствует укреплению опорно - двигательного аппарата, профилактике нарушения осанки. Вспомогательные корригирующие упражнения выполняются лежа на спине, животе, сидя, стоя на коленях. Упражнения, исполняемые лежа на полу, освобождают позвоночник от той дополнительной нагрузки, которую ребенок испытывает, когда находится в вертикальном положении. Они позволяют с наименьшей затратой энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, увеличить силу мышц.

**Репетиционно-постановочная работа.** В течение второго и третьего года обучения идет постановочная работа, которая приобщает учащихся к коллективному творческому процессу, способствует общению и творческому росту каждого ребенка. Репетиционно-постановочный процесс включает в себя: обсуждение номера, прослушивание музыкального материала, разучивание лексики к танцу, постановку танца или этюда, репетиции, выступления.

**Ритмика** – занятие, направленное на развитие у учащихся общей музыкальности и чувства ритма. Имеет целью активизировать восприятие детьми музыки через движение и помочь выявить их музыкальные способности. Делая музыкальный ритм организатором и регулятором движения, ритмика активизирует внимание, требует внутренней собранности, помогает ориентироваться в пространстве. Передача в движении ритма сменяющихся разнохарактерных тем – ведущий метод ритмической тренировки. Характерная черта ритмических занятий - большое количество заданий для коллективного выполнения - помогает детям ориентироваться в пространстве.

**Танцевально-игровой тренинг**– комплекс специально подобранных танцевальных игр для вовлечения обучающихся в творческий, строящий взаимоотношения опыт. Танец в сочетании с игрой помогает в свободной импровизации переработать напряжение чувств, музыка помогает выражению радости движения. При создании благоприятной располагающей обстановки на занятии в процессе танцевальной игры может раскрыться природный талант, о котором прежде никто не подозревал. Занятие с использованием игр и игровых упражнений различного характера и

интенсивности, направлено на развитие быстроты, ловкости, координации движений, внимания, саморегуляции, а также на формирование умений распознавать эмоции другого человека, выражать свои собственные чувства и эмоции приемлемыми способами, сопереживать, устанавливать взаимоотношения, сотрудничать со сверстниками.

**Танцкласс** – это обучение несложным танцевальным упражнениям под музыку, развитие у детей чувства ритма, музыкального восприятия, постановка правильной осанки, развитие координации. В рамках данной дисциплины дети осваивают основы классического танца.

## 2. Специальные хореографические термины

**Апломб** (aplomb) – устойчивость.

**Ан фас** (enface) – прямо; прямое положение корпуса, головы и ног.

**Выворотность** (ног) – специфическая особенность хореографического развития, способность развернуть ноги (тазобедренный сустав, коленный, голеностопный) «наружу», соответственно одной из 5 позиций ног в классическом танце.

**Гранд плие** (фр. grandplie) - глубокое, большое «приседание».

**Демиплие** (фр. demiplie) неполное «приседание».

**Партер** (фр. parterre (на земле)) – комплекс корригирующих упражнений, выполняемых сидя, лежа на полу.

**Па галопа** (фр. pas (шаг) gallop (нести вскачь)) – основное движение польки, боковое продвижение по кругу с подбиванием ноги.

**Пордебра** (pordebras) – упражнения для туловища, рук, головы.

**Препарасьон** (preparation) – приготовление, подготовка.

**Релеве** (фр. relevé) - «поднимание», поднимание в стойку на носках с опусканием в ИП в любой позиции ног.

**Стретчинг** - комплекс упражнений для растяжки.

**Экзерсис** - (фр. exercise) — «упражнение», — комплекс всевозможных тренировочных упражнений, составляющих основу урока классического танца, способствующий развитию силы мышц, эластичности связок, воспитанию выворотности, устойчивости и правильной координации движений у учащихся.

**ДИАГНОСТИКА УРОВНЯ МУЗЫКАЛЬНОГО И ПСИХОМОТОРНОГО  
РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ.**

Педагогический анализ (диагностика) проводится 3 раза в год (вводный – в сентябре, промежуточный в январе, итоговый – в мае).

**Цель диагностики:** выявление уровня музыкального и психомоторного развития детей (начального уровня и динамики развития), эффективности педагогического воздействия

**Метод диагностики:** наблюдение за детьми в процессе выполнения специально подобранных заданий.

**Критерии диагностики:**

**Музыкальность** — способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения — без показа педагога).

Для каждого возраста определяют разные критерии музыкальности в соответствии со средними возрастными показателями развития ребенка.

Пример оценки детей 4-го года жизни:

**5 баллов** — умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движения на каждую часть музыки;

**4-2 балла** — в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального сопровождения и движения совпадают не всегда;

**0-1 балл** — движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом музыкального произведения.

Оценка детей 7-го года жизни:

**5 баллов** — движения выражают музыкальный образ и совпадают с тонкой нюансировкой, фразами;

**4-2 балла** — передают только общий характер, темп и метроритм;

1

**0-1 балл** — движения не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентированы только на начало и конец звучания, а также на счет и показ взрослого.

**Эмоциональность** — выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что - то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная,

движения невыразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (Э-1, Э—5).

По тому, какое место ребенок занимает в зале (если предлагается встать на любое место) и насколько этот выбор постоянен, можно оценивать проявление экстраверсии или интроверсии. Если ребенок постоянно встает поближе к педагогу, чтобы его было видно, то это характеризует его как экстраверта, и наоборот, если ребенок всегда старается спрятаться за спину других, то, скорее всего, его можно определить как интроверта. При сопоставлении этих наблюдений с другими проявлениями детей педагог может делать важные выводы о внутреннем мире ребенка (благополучии или наличии тревожности в эмоциональном фоне), о его состоянии на данный момент по типичности или нетипичности поведения и т.д.

Можно условно оценить проявление данных характерологических особенностей детей: зрительно разделить пространство зала на 5 зон по степени удаленности от педагога и посмотреть, какое место выбирает ребенок на занятии.

Примечание: при подсчете баллов этот параметр не учитывается в среднем показателе.

**Творческие проявления** — умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные "па". Оценка конкретизируется в зависимости от возраста и обученности ребенка. Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку. Творчески одаренные дети способны выразить свое восприятие

2

и понимание музыки не только в пластике, но также и в рисунке, в слове.

Степень выразительности, оригинальности также оценивается педагогом в процессе наблюдения.

**Внимание** — способность не отвлекаться от музыки и процесса движения. Если ребенок правильно выполняет ритмическую композицию от начала до конца самостоятельно - это высокий уровень, оценка — 5 баллов. Если выполняет с некоторыми подсказками, то от 4-х до 2-х баллов. В случае больших затруднений в исполнении композиции из-за рассеянности внимания — оценка 0-1 балл.

**Память** — способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная. Как правило, детям необходимо 6-8 повторений композиции вместе с педагогом для запоминания последовательности упражнений. Это можно оценить как норму. Если ребенок запоминает с 3-5 исполнений по показу, то это высокий уровень развития памяти — оценка 5 баллов. Неспособность запомнить последовательность движений или потребность в большом количестве повторений (более 10 раз) оценивается в 2-0 баллов.

**Подвижность** (лабильность) нервных процессов проявляется в скорости двигательной реакции на изменение музыки. Норма, эталон — это соответствие исполнения упражнений музыке, умение подчинять движения темпу, ритму, динамике, форме и т.д.

Запаздывание, задержка и медлительность отмечаются как заторможенность. Ускорение движений, переход от одного движения к последующему без четкой законченности предыдущего (перескакивание, торопливость) отмечаются как повышенная возбудимость.

Оценки выставляются следующим образом: N — норма (5 баллов); В (возбудимость), З (заторможенность) — от 1 до 4 баллов (В-1, В-2, З-1, З-2 и т.д. — в зависимости от степени выраженности данного качества).

Координация, ловкость движений — точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе (а также и в других общеразвивающих видах движений).

### 3

**Гибкость, пластичность** — мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные акробатические упражнения ("рыбка", "полушпагат" и др. — от 1 до 5 баллов).

В результате наблюдений и диагностики педагог может подсчитать средний суммарный балл для общего сравнения динамики в развитии ребенка на протяжении определенного периода времени, выстроить диаграмму или график показателей развития.



### **Правильная осанка.**

Основа осанки – позвоночник и его соединения с тазовым поясом. Позвоночник имеет изгибы: шейный (вперед), грудной (назад), поясничный (вперед), крестцово-копчиковый (назад). При нормальной осанке изгибы позвоночника выражены умеренно, причем правая и левая части симметричны: углы лопаток на одной высоте и на одном расстоянии от позвоночника, ось тела, проходя через общий центр тяжести, проецируется на середину опоры, что обеспечивает устойчивое равновесие.

#### **Осанка с отклонениями.**

- Сутулость (кифоз)
- Прогиб в пояснице (лордоз)
- Асимметрия лопаток (незначительный сколиоз)
- Х-образные ноги (внутренние связки коленей длиннее, а наружные короче)
- О-образные ноги (внутренние связки коленей сокращены, а бедра удалены друг от друга)
- Плоскостопие (выраженное уплощение стопы)

Незначительные формы плоскостопия, как и погрешности в осанке, могут быть исправлены при помощи специальных упражнений.

Успешность занятий хореографией и пластикой во многом определяется рядом анатомо-физиологических особенностей ребенка, таких как выворотность ног, наличие подъема стопы, танцевальный шаг, гибкость, прыгучесть – все это называют профессиональными данными.

#### **Тесты для определения специальных хореографических данных.**

1. Определение выворотности ног
  - в коленных и голеностопных суставах (деми-плие)
  - в тазобедренном суставе (гранд-плие)
2. Определение свода и подъема стопы. Осторожными усилиями рук педагог проверяет гибкость стопы. При наличии подъема стопа податливо изгибается.
3. Высота прыжка. Прыжки выполняются несколько раз подряд. Следует обращать внимание на эластичность ахиллова сухожилия, силу толчка и мягкость приземления.
4. Гибкость тела. Гибкость – это степень прогиба назад и вперед. При хорошей гибкости корпус свободно наклоняется.
  - стоя наклонить ребенка назад, не сгибая коленей, руки наклоняются тоже назад
  - стоя наклонить ребенка вперед, руки опустить вниз до пола, голову стараться прижать к выпрямленным коленям
  - проверка гибкости позвоночного столба и эластичности подколенных связок выполняется сидя на полу, наклоняя корпус грудью вперед на выпрямленные ноги, вытянув руки перед собой.

5. Высота шага. Его высота определяется при выворотном положении ног в трех направлениях: в сторону, вперед и назад. Необходимо обращать внимание на то, насколько легко поднимается нога.

Результаты теста заносятся в специальные таблицы.

Тесты проводятся в начале, середине и в конце учебного года, чтобы убедиться в улучшении тех или иных данных.