

Государственное образовательное автономное учреждение  
дополнительного образования Ярославской области  
«Центр детей и юношества»

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГОАУ ДО ЯО

«Центр детей и юношества»

Дубовик Е.А.

2020 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
**«Танцевальная группа «Радуга». Шаг 2»**

направленность – художественная

возраст детей 7 – 8 лет

срок реализации 1 год

Автор-составитель:

Занегина Анна Викторовна,

Галдеева Евгения Дмитриевна,

педагоги дополнительного образования

Ярославль, 2020 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

I. Пояснительная записка	3
II. Учебно-тематический план	6
III. Содержание программы	7
IV. Обеспечение программы	9
V. Информационные источники	11
Приложения	
1. Примерный календарный учебный график на 2020-2021 учебный год	12

## **I. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная группа «Радуга». Шаг 2» (далее – программа) направлена на обучение детей основам хореографического искусства, развитие общефизических, артистических, исполнительских способностей.

Наше время стремительных и изменяющихся процессов, новых информационных технологий заставляет все больше задумываться о физическом и психическом здоровье человека, особенно ребенка. Хореография – это вид искусства, который положительно влияет на детей, помогает снять психологические и мышечные зажимы, выработать уверенность в себе. Движение и музыка выполняют релаксационную функцию, помогают добиться эмоциональной разрядки, нейтрализуют умственную перегрузку и снимают утомление.

Занятия танцем развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника). Танец способствует обучению правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству. Содержание программы создаёт условия для самореализации личности, раскрытия её творческого потенциала.

Программа создаёт условия для дальнейшего обучения детей хореографическому искусству.

**Режим занятий.** Для занятий формируются группы учащихся в возрасте от 7 до 8 лет, по 10-20 человек. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Всего 144 часов в год. Продолжительность учебного часа 30 минут. Зачисление детей в объединение осуществляется в установленные учреждением сроки при наличии медицинских заключений о состоянии здоровья и по заявлению родителей, и на основе конкурсного просмотра.

**Форма организации** деятельности детей – групповая, основная форма проведения занятий – урок. Группа может делиться на подгруппы:

- мальчиков и девочек, в зависимости от педагогической задачи;
- в зависимости от специфики концертного номера или спектакля формируются разновозрастные подгруппы;
- кроме того, подгруппы формируются и по количеству участников, необходимых для данного конкретного номера.

**Методы обучения.** Организация и сам процесс осуществления учебно-познавательной деятельности предполагают передачу, восприятие, осмысливание, запоминание учебной информации и практическое применение получаемых при этом знаний и умений. Исходя из этого, основными методами обучения являются:

- метод словесной передачи учебной информации (рассказ, объяснение, беседа и др.);
- методы наглядной передачи и зрительного восприятия учебной информации (иллюстрация, демонстрация, показ и др.);
- методы передачи учебной информации посредством практических действий.

**Цель программы** – создание условий для развития танцевальных, исполнительских способностей детей, посредством освоения хореографического искусства.

**Задачи программы:**

**Обучающие:**

- обучение танцевальным движениям, комбинациям движений, этюдам;

- привитие учащимся умения слышать и слушать музыку, передавать ее содержание в движении;
- совершенствование двигательных навыков через танцевальные движения;
- обучение элементам классического, народного и современного танца, соединение их в связки и комбинации, применение их в разных последовательностях.

#### **Развивающие:**

- развитие природных способностей ребенка (слуха, чувства ритма, пластичности);
- активизация творческих способностей;
- развитие эмоциональности в исполнении танцевальных движений;
- развитие двигательной и музыкально – ритмической координации;
- укрепление опорно – мышечного аппарата, формирование правильной осанки.

#### **Воспитывающие:**

- воспитание таких качеств личности как трудолюбие, чувство долга, самодисциплина, доброта;
- воспитание художественного вкуса, интереса к танцевальному искусству;
- воспитание в детях чувства ответственности за коллектив и самого себя.

#### **Ожидаемые результаты**

##### **Учащиеся должны знать:**

- основные понятия и термины начальной хореографии;
- основные понятия и термины партерной гимнастики;
- начало и конец музыкального вступления;
- названия танцевальных элементов и движений;
- правила исполнения движений в паре;
- откликаться на динамические оттенки в музыке;
- выполнять простейшие ритмические рисунки;
- красиво и правильно исполнять танцевальные элементы;
- давать характеристику музыкальному произведению.

##### **Учащиеся должны уметь:**

- правильно исполнять основные элементы упражнений;
- выразительно двигаться под музыку;
- реагировать на музыкальное вступление;
- слышать ритмический рисунок мелодии;
- правильно исполнять ритмические комбинации;
- ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- исполнять движения в парах, в группах;
- держаться правильно на сценической площадке.

##### **Предметные результаты:**

- развиты природные хореографические данные учащихся;
- освоены навыки сценического движения;
- знание различных направлений танца;
- привита культура, свобода выразительности движений;
- сформированы координация, чувство ритма, ориентации в сценическом пространстве;
- развиты артистизм и эмоциональность.

##### **Личностные результаты:**

- выработаны самостоятельность, культура общения, дисциплина, добросовестное отношение к труду, общественной собственности;
- развиты чувства товарищества и взаимопомощи, активной жизненной позиции;

### **Формы аттестации и контроля**

Вводный контроль (первичная диагностика) проводится в начале учебного года для определения уровня развития и подготовки учащихся. Форма проведения – педагогическое наблюдение.

Текущая диагностика результатов осуществляется систематическим наблюдением педагога за практической работой учащихся, их умением применять полученные знания.

В качестве методов контроля на занятиях применяются просмотры, сдача танцевальных комбинаций, творческие зачеты.

Текущий контроль осуществляется в течение всего учебного года с тем, чтобы определить степень усвоения учащимися учебного материала, готовность к усвоению нового материала, выявить уровень ответственности и заинтересованности в обучении; выявить учащихся, отстающих и опережающих обучение.

Промежуточный контроль проводится по окончании изучения темы с целью определения степени усвоения учащимися материала программы, определения промежуточных результатов обучения, а также осуществляется по результатам практической деятельности в соответствии со степенью их усвоения. Для этого используются просмотры и контрольные упражнения, взаимооценка, оценка педагогом, выполненной учащимся работы.

Промежуточная аттестация проводится один раз в год (декабрь) в форме открытого занятия.

Итоговый контроль проводится в конце учебного года, а также по завершению всего периода обучения с целью определения изменения в показателях уровня развития личности учащегося, его творческих способностей, определения результатов обучения, ориентирования учащихся на дальнейшее (в том числе, самостоятельное) обучение, получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

Текущий контроль уровня теоретических знаний, практических навыков и умений

Формы выявления полученных знаний: собеседование, практические задания, творческие задания, открытые занятия, концерты, участие в конкурсах и фестивалях различного уровня.

## II. Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем	всего часов	в том числе:	
			теория	практика
1.	Вводное занятие «Друг другу скажем мы ПРИВЕТ!». Инструктаж по ТБ	2	1	1
2.	Партерная гимнастика	26	4	22
3.	Ориентационно - пространственные упражнения	12	2	10
4.	Ритмика	14	2	12
5.	Работа над репертуаром	70	-	70
6.	Участие в массовых мероприятиях	16	-	16
7.	Аттестация	4	-	4
<b>Всего:</b>		<b>144</b>	<b>9</b>	<b>135</b>

### III. Содержание программы

#### 1. Вводное занятие «Друг другу скажем мы ПРИВЕТ!».

**Теория:** знакомство учащихся с учебным классом (залом хореографии), оборудованием, правилами поведения в учреждении и на занятии. Цели и задачи года обучения, план работы. Инструктаж по технике безопасности в танцевальном классе. Введение в программу.

**Практика:** игры на знакомство, задания на хореографию и тренинг на сплочение коллектива. Учебная эвакуация.

#### 2. Партерная гимнастика.

**Теория:** правила исполнения движений, правила техники безопасности при выполнении движений.

**Практика:** знакомство с новыми элементами партерной гимнастики:

- образные движения;
- танцевальные этюды на полу.

Выполнение изученных упражнений партерной гимнастики на растяжку и гибкость:

- упражнения для развития гибкости;
- упражнения для стоп;
- упражнения для развития растяжки;
- упражнения для позвоночника.

Выполнение тренировочных упражнений на полу. Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.

#### 3. Ориентационно - пространственные упражнения.

**Теория:** просмотр детско-познавательного фильма «Что такое координация и зачем она нужна?»

**Практика:**

- упражнения для развития зрительно-двигательной ориентации;
- упражнения для совершенствования центрального и периферического зрения;
- упражнения на координацию.

#### 4. Ритмика.

**Теория:** прослушивание и анализ танцевальной музыки, импровизация под разные стили музыки. Правила выполнения упражнений. Последовательность.

**Практика:** ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по прослушиванию и анализу танцевальной музыки:

- упражнения для головы: наклоны головы вперед, назад, в стороны, по полукругу;
- упражнения для плеч: спокойные или быстрые подъемы плеч вверх и опускания их вниз;
- упражнения для рук, кистей, пальцев; работа над выразительностью подъема рук в стороны или вверх;
- упражнения с предметами;
- упражнения на развитие полученных навыков игры с мячом.

Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой головы.

Выполнение изученных упражнений танцевальной азбуки. Ознакомление с новыми элементами танцевальных движений:

- равномерный бег с захлестом голени;
- легкие, равномерные, высокие прыжки;
- перескоки с ноги на ногу;
- простой танцевальный шаг, приставной шаг;
- шаги на полупальцах и пятках;
- притопы: удары стопы в пол равномерно и по три.

Выполнение изученных элементов танцевальных движений. Закрепление танцевальных элементов: полуприседания, повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук.

Ознакомление детей с танцевальными рисунками. Проведение игр для развития ориентации детей в пространстве. Выполнение изученных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве.

#### **5. Работа над репертуаром.**

**Практика:** репетиционная работа. Постановка танцевальных этюдов. Отработка данных постановок и перестроений в творческих номерах: «Тимошка», «Крокодил», «Зарядка».

#### **6. Участие в массовых мероприятиях.**

**Практика:** участие учащихся в концертах различного уровня, конкурсах и фестивалях по профилю обучения.

#### **7. Аттестация.**

**Практика:** анализ результатов участия учащихся в концертах, конкурсах и фестивалях. В середине и конце учебного года открытое занятие для родителей обучающихся.

#### IV. Обеспечение программы

##### Методическое и материально-техническое обеспечение программы

Тема	Форма занятия	Используемые приёмы и методы	Дидактическое и материально-техническое оснащение	Форма подведения итогов
Вводное занятие «Друг другу скажем мы ПРИВЕТ!»	Учебно-тренировочное занятие	Беседа, творческие задания, наблюдение во время учебного занятия	Учебная аудитория, музыкальная аппаратура	Беседа
Партерная гимнастика	Учебно-тренировочное занятие	Беседа, упражнения, наблюдение во время учебного занятия	Учебная аудитория, зал, музыкальная аппаратура	Задания для самостоятельного выполнения
Ориентационно-пространственные упражнения	Учебно-тренировочное занятие	Беседа, упражнения, наблюдение во время учебного занятия, творческое задание для самостоятельного выполнения	Учебная аудитория, зал, музыкальная аппаратура	Задания для самостоятельного выполнения
Ритмика	Учебно-тренировочное занятие	Беседа, упражнения, наблюдение во время учебного занятия, музыкальная игра	Учебная аудитория, зал, музыкальная аппаратура	Наблюдение
Работа над репертуаром	Учебно-тренировочное занятие	Упражнения, постановка концертных номеров	Зал. Музыкальная аппаратура	Проверка выученного материала. Наблюдение
Участие в массовых мероприятиях	Концерт, конкурс, участие в фестивале и открытом уроке.	Наблюдение	Зал, костюмы	Участие в концертах, конкурсах и фестивалях
Аттестация	Концерт, конкурс, участие в фестивале и открытом уроке.	Наблюдение	Зал (учебная аудитория), костюмы	Беседа. Позитивная оценка проделанной работы

##### Структура проведения занятий

1. Вводная часть (приветствие, беседа, постановка цели и задачи данного урока).
2. Основная часть:
  - разминка (Голова: наклоны вправо, влево, вперед, назад; повороты вправо, влево; круговые движения. Плечи: вверх, вниз; поочередно вверх, вниз; круговые движения назад, вперед; круговые движения поочередно назад, вперед. Руки: разминка пальчиков; круговые движения кистью, с подниманием и опусканием рук; вращения от локтя вперед, назад, поочередно; «мельница» от плеча. Грудная клетка: смещение вправо, влево, вперед, назад; круговые движения. Талия: наклоны вправо, влево, вперед, назад; круговые движения. Бедра: смещение вправо, влево, вперед, назад; круговые движения; «восьмерка». Ноги: шаг вправо, сгибаем левое колено достаем до противоположного локтя, повторить в другую сторону;

наклон вперед, согнуть колени, выпрямить колени, поднять туловище; подняться на носочки, поочередно опускаем пятки на пол; прыжки ноги вместе, быстрые, затяжные.);

– партерная гимнастика (вытягивание и сокращение стопы; круговые движения стопой; «лодочка»; «складочка»; «колючка»; «ножницы»; «Неваляшка»; «Passe' с разворотом колена»; «Боковая растяжка»; «Растяжка с наклоном вперед»; «Шпагат»);

– ритмика («Геометрия» (спираль); «Цифры»; «Болтушка»; «Веревочка» (петельки); «Змейка за столбиком»; «Нырок под палочку»)

– разучивание танцевальных движений;

– ориентационно-пространственные упражнения (изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных (шеренга, колонна), объёмных (круг, «цепочка»); линейных (плоскостных) - шеренга горизонтальная; колонна горизонтальная; объёмных - круг; «цепочка»; из шеренги горизонтальной в шеренгу горизонтальную; из круга в горизонтальную шеренгу; из круга в горизонтальную колонну; из горизонтальной шеренги в круг; из колонны горизонтальной в «цепочку»);

– работа над репертуаром, постановка концертных номеров;

– творческое задание для самостоятельного выполнения (в том числе задания по группам).

3. Подведение итогов:

– творческое самостоятельное задание;

– беседа, позитивная оценка проведенной работы.

### **Оценочные материалы**

С момента поступления ребенка в объединение проводится педагогический мониторинг с целью выявления уровня обучения и развития, формирования хореографических способностей, определения задач индивидуального развития учащихся:

– первичная диагностика;

– промежуточная аттестация;

– итоговая аттестация.

Результаты педагогического мониторинга фиксируются в журнале и оцениваются по 10-балльной системе:

Минимальный уровень: 1 – 4 балла.

Средний уровень: 5 – 8 баллов.

Максимальный уровень: 9 – 10 баллов.

Минимальный уровень (1 – 4 балла) – учащийся овладел менее 1/2 объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.

Средний уровень (5 – 8 баллов) – учащийся овладел не менее 1/2 объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой, грамотное исполнение с небольшими недочетами, как в техническом плане, так и в художественном.

Максимальный уровень (9 – 10 баллов) – учащийся показывает высокий уровень знаний теоретического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой, технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения.

## **V. Информационные источники**

1. Елисеева Е. Г., педагог дополнительного образования МБОУ № 604 города Зеленограда, автор образовательной программы «Хореография».
2. Кочанова Т. А., педагог дополнительного образования МОУ Усть - Куломского районного Дома детского творчества, автор образовательной программы «Основы танца».
3. Пуляева Л.Е. Некоторые аспекты методики работы с детьми в хореографическом коллективе: Учебное пособие. Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2001г.
4. Пуртова Т.В. Учите детей танцевать. - М. Владос. – 2003г.
5. Рутберг И. Пантомима. Движение и образ. М., 1981г.
6. Региональный приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей в Ярославской области» (Региональный ведомственный комитет по основному направлению стратегического развития Российской Федерации «Образование». Протокол от 24 июля 2017 года №1).
7. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года от 29 мая 2015 года № 996-р.
8. Хореографическое искусство. Справочник. – М.: Искусство. – 2005. с ил.
9. Янковская О.Н. «Учить ребенка танцам необходимо». Начальная школа. – 2000г.
10. Янаева Н.Н. Хореография. Учебник для начальной хореографической школы. – М.: Релиз. - 2004. – 340 с.

Примерный календарный учебный график на 2020-2021 учебный год

первый год обучения, группа № \_\_\_\_\_

место занятий: кабинет 116

ЗСВ – задание для самостоятельного выполнения

№	дата	Тема занятия	Кол-во часов	Форма контроля
1.		Вводное занятие «Друг другу скажем мы ПРИВЕТ!»	2	Беседа
2.		Ритмика	2	Наблюдение
3.		Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
4.		Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
5.		Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
6.		Партерная гимнастика	2	ЗСВ
7.		Ориентационно - пространственные упражнения	2	ЗСВ
8.		Партерная гимнастика	2	ЗСВ
9.		Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
10.		Ритмика	2	Наблюдение
11.		Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
12.		Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
13.		Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
14.		Партерная гимнастика	2	ЗСВ
15.		Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
16.		Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
17.		Партерная гимнастика	2	ЗСВ
18.		Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
19.		Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
20.		Ритмика	2	Наблюдение
21.		Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
22.		Партерная гимнастика	2	ЗСВ
23.		Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
24.		Участие в массовых мероприятиях	2	Участие в концертах, конкурсах и фестивалях
25.		Ориентационно - пространственные упражнения	2	ЗСВ
26.		Ритмика	2	Наблюдение
27.		Партерная гимнастика	2	ЗСВ

28.	Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
29.	Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
30.	Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
31.	Участие в массовых мероприятиях	2	Участие в концертах, конкурсах и фестивалях
32.	Партерная гимнастика	2	ЗСВ
33.	Партерная гимнастика	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
34.	Ориентационно - пространственные упражнения	2	ЗСВ
35.	Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
36.	Аттестация	2	Наблюдение
37.	Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
38.	Участие в массовых мероприятиях	2	Участие в концертах, конкурсах и фестивалях
39.	Партерная гимнастика	2	ЗСВ
40.	Ритмика	2	Наблюдение
41.	Ориентационно - пространственные упражнения	2	ЗСВ
42.	Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
43.	Партерная гимнастика	2	ЗСВ
44.	Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
45.	Ориентационно - пространственные упражнения	2	ЗСВ
46.	Участие в массовых мероприятиях	2	Участие в концертах, конкурсах и фестивалях
47.	Ритмика	2	Наблюдение
48.	Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
49.	Партерная гимнастика	2	ЗСВ
50.	Ритмика	2	Наблюдение
51.	Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
52.	Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
53.	Ориентационно - пространственные упражнения	2	ЗСВ
54.	Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
55.	Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
56.	Участие в массовых мероприятиях	2	Участие в концертах, конкурсах и фестивалях
57.	Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
58.	Участие в массовых мероприятиях	2	Участие в концертах, конкурсах и фестивалях
59.	Ориентационно - пространственные	2	ЗСВ

		упражнения		
60.		Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
61.		Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
62.		Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
63.		Партерная гимнастика	2	ЗСВ
64.		Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
65.		Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
66.		Участие в массовых мероприятиях	2	Наблюдение
67.		Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
68.		Партерная гимнастика	2	ЗСВ
69.		Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
70.		Работа над репертуаром	2	Проверка выученного материала. Наблюдение.
71.		Участие в массовых мероприятиях	2	Участие в концертах, конкурсах и фестивалях
72.		Аттестация	2	Беседа. Позитивная оценка проделанной работы.