

Управление образования администрации Находкинского городского округа
муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Арт-Центр» г. Находка

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБУ ДО
«Арт-Центр» г. Находка

И.В. Аверьянова



2022 г.

«Азбука танца»
(ритмика)

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
Возраст обучающихся 5 - 7 лет
Срок реализации программы: 2 года

Леонтьева Елена
Ивановна
педагог дополнительного
образования

г. Находка
2022 г.

Раздел № 1. Основные характеристики программы

1.1. Пояснительная записка

Актуальность дополнительной общеобразовательной программы «Азбука танца» заключается в значительной популярности хореографии среди детей дошкольного возраста. Обучение по программе направлено на гармоничное развитие обучающегося, на формирование у него танцевальных навыков, что способствует повышению общей культуры ребенка. Дети смогут усвоить правильную постановку корпуса, укрепить и развить мышечный аппарат (особенно поясницы, брюшного пресса, укрепление глубоких мышц спины, передних связок грудного отдела позвоночника); научиться дифференцировать работу различных групп мышц, владеть центром тяжести тела, ориентироваться в пространстве, чувствовать ракурс, развить прыгучесть, чувство ритма, уметь отражать в движениях характер музыки.

Направленность программы - художественная.

Язык реализации программы – государственный язык РФ – русский.

Уровень освоения – общекультурный.

Адресат программы - программа предназначена для детей 5 - 7 лет, проживающих на территории Находкинского городского округа.

Особенности организации образовательного процесса

Условия набора и формирования групп

На обучение по программе набираются все желающие дети без предварительного отбора. Обучение проводится в группах с учетом формирования их в количестве 15-20 человек.

Режим занятий

Занятия проводятся два раза в неделю по одному учебному часу. Продолжительность одного занятия составляет 30 минут.

Продолжительность образовательного процесса

Срок обучения по программе – 2 года, 70 учебных часа в год, 140 часов составляет весь курс обучения.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: формирование творческих способностей дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики (ритмики) и умения выражать свои чувства, эмоции в свободном танце.

Задачи:

Воспитательные:

- воспитывать умение эмоционального самовыражения;
- раскрепощаться и импровизировать в движениях;
- воспитывать в учащихса умение взаимодействовать друг с другом и с педагогом;
- воспитывать чувство свободы и творческого самовыражения.

Развивающие:

- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания;
- умения согласовывать движения с музыкой;
- развивать мелкую моторику; развивать мышление, воображение.

Обучающие:

- формировать навыки самостоятельного ритмичного выражения движений под музыку;
- формировать правильную осанку, гибкость и координацию движений, лёгкую, ритмичную походку;
- формировать навык слушания и выполнения указаний педагога;
- умение самостоятельного выражения своих эмоций и настроения в движениях, в танце, выразительность движений, свое чувствование музыкального произведения;
- уверенность во время исполнения задания.

1.3. Содержание программы

Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы аттестации
1	Ознакомление с курсом	1	1	-	Опрос
2	Игроритмика	5	1	4	Игра
3	Игрогимнастика	10	1	9	Игра, анализ работы детей
4	Игротанцы	8	1	7	Игра
5	Танцевально – ритмические упражнения	20	2	18	Выполнение практических заданий педагога, анализ
6	Игропластика	8	1	7	Игра
7	Пальчиковая гимнастика	4	1	3	Выполнение практических заданий педагога, анализ
8	Музыкально подвижные игры	6	1	5	Игра
9	Игры - путешествия	8	1	7	Наблюдение и анализ работы детей
	Всего	70	10	60	

Содержание учебного плана

1. Тема: Ознакомление с курсом

Теория. Вводная часть. Беседа по ТБ.

2. Тема: Игроритмика

Теория. Построения в колонны. Правила выполнения упражнений.

Практика. Хлопки в такт музыке, ходьба, акцентированная ходьба, движения руками в различном темпе, выполнение упражнений под музыку.

3. Тема: Игροгимнастика

Теория. Правила выполнения упражнений.

Практика. Строевые упражнения, упражнения с предметом, упражнения без предмета, упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление мышц спины.

4. Тема: Игротанцы

Теория. Правила выполнения упражнений.

Практика. Хореографические упражнения, танцевальные шаги, ритмические танцы.

5. Тема: Танцевально-ритмическая гимнастика

Теория. Правила выполнения упражнений.

Практика. Специальные композиции и комплексы упражнений (хлопки, петушки, пингвины, деревца, виды поскоков, притопов и другие).

6. Тема: Игропластика

Теория. Правила выполнения упражнений.

Практика. Специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных, игровых и двигательных действиях и заданиях; игры «Карлики и великаны», «Передай мяч», «Шеренга», «Зайцы и совы», «День и ночь», «Сколько можно петушиться?» и др.

7. Тема: Пальчиковая гимнастика

Теория. Правила выполнения упражнений.

Практика. Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях; игры «Лягушки», «Два друга», «Дождик», «Скоморохи», «Две бочки» и др.

8. Тема: Музыкально-подвижные игры

Теория. Правила игры.

Практика. Разучивание игр и их практическое творческое воплощение в музыкальное произведение; игры «Часики», «В лесу», «Паровозик», «Веночек», «Пингвины», «Домики», «Гномы».

9. Тема: Игры-путешествия

Теория. Правила игры.

Практика. Путешествия в различные области русского классического и современного танца, демонстрация танцевальных умений в данной области; игры «Девочки и мальчики», «Современный танец», «Русские танцы» и «Появление танца».

Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы аттестации
1	Ознакомление с курсом	1	1	-	Опрос
2	Игроритмика	5	-	5	Игра
3	Игрогимнастика	10	1	9	Игра, анализ работы детей
4	Игротанцы. Танцы - полька, галоп, весёлые пары	8	1	7	Наблюдение и анализ работы детей
5	Танцевально - ритмические гимнастика	5	-	5	Выполнение практических заданий педагога, анализ
6	Игропластика	8	1	7	Игра
7	Пальчиковая гимнастика	4	0,5	3,5	Выполнение практических заданий педагога, анализ
8	Музыкально подвижные игры	6	0,5	5,5	Игра
9	Игры - путешествия	8	1	7	Наблюдение и анализ работы детей
10	Ритмика, партерный экзерсис	15	1	14	Выполнение практических заданий педагога, анализ
	Всего	70	7	63	

Содержание программы

1. Тема: Ознакомление с курсом

Теория. Вводная часть. Беседа по ТБ

2. Тема: Игроритмика

Практика. Хлопки в такт музыке, ходьба, акцентированная ходьба, движения руками в различном темпе, выполнение упражнений под музыку.

3. Тема: Игрогимнастика

Теория. Зачем нужны упражнения дыхательные и укрепляющие.

Практика. Строевые упражнения, упражнения с предметом, упражнения без предмета, упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление мышц спины.

4. Тема: Игротанцы. Танцы - полька, галоп, весёлые пары

Теория. Танцы - полька, галоп, весёлые пары.

Практика. Хореографические упражнения, танцевальные шаги, ритмические танцы (полька, галоп, весёлые пары, утятка и др.)

5. Тема: Танцевально-ритмическая гимнастика

Практика. Специальные композиции и комплексы упражнений (хлопки, петушки, пингвины, деревца, виды поскоков, притопов и другие).

6. Тема: Игропластика

Теория. Мышечная сила и гибкость. Правила игры.

Практика. Специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных, игровых и двигательных действиях и заданиях.

7. Тема: Пальчиковая гимнастика

Теория. Зачем нужна пальчиковая гимнастика.

Практика. Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях; игры «Лягушки», «Два друга», «Дождик», «Скоморохи», «Две бочки» и др.

8. Тема: Музыкально-подвижные игры

Теория. Правила игры.

Практика. Разучивание игр и их практическое творческое воплощение в музыкальное произведение; игры «Часики», «В лесу», «Паровозик», «Веночек», «Пингвины», «Домики», «Гномы».

9. Тема: Игры-путешествия

Теория. Русский классический и современный танец.

Практика. Путешествия в различные области русского классического и современного танца, демонстрация танцевальных умений в данной области; игры «Девочки и мальчики», «Современный танец», «Русские танцы» и «Появление танца».

10. Тема: Ритмика, партерный экзерсис

Теория. Понятия - темп и ритм мелодии.

Практика. Слушание музыки с восприятием её характера, определять темп и ритм мелодии. Упражнения на развитие координации движений, формирование танцевальной и мышечной памяти. Упражнения на повышение гибкости суставов, улучшение эластичности мышц и связок, исправление физических недостатков (сутулость, косолапость).

1.4. Планируемые результаты

В результате 1-го года обучения обучающиеся будут знать:

- правила поведения на занятии;
- позиции рук и ног.

Уметь:

- ориентироваться в пространстве;
- различать характер музыки, темп, ритм;
- иметь простые навыки двигательной координации и памяти;
- ритмично выполнять движения;
- держать осанку.

Планируемые результаты 2-го года обучения:

Личностные результаты:

- у обучающихся будут сформированы ценностные ориентиры в области движений под музыку, воспитано умение эмоционального самовыражения;
- будет развита самостоятельность в музыкальных импровизациях, воспитано чувство свободы и творческого самовыражения.
- будут сформированы навыки самостоятельной и групповой работы.

Метапредметные результаты:

- обучающиеся будут уметь согласованно работать в группе, синхронно исполнять движения с музыкой;

- у обучающихся будет повышен уровень развития чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, мышления, воображения;
- обучающиеся будут уметь взаимодействовать друг с другом и с педагогом.

Предметные результаты:

В результате освоения программы у детей будут сформированы:

- навыки самостоятельного ритмичного выражения движений под музыку;
- правильная осанка, гибкость и координация движений, лёгкая, ритмичная походка;
- умение самостоятельного выражения своих эмоций и настроения в движениях, в танце, выразительность движений, свое чувствование музыкального произведения;
- уверенность во время исполнения задания.

Раздел № 2. Организационно-педагогические условия

2.1. Условия реализации программы

Материально – техническое обеспечение

- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи,
- специальная форма и обувь для занятий (для занятий в партере – коврик);
- костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями).

Учебно-методическое и информационное обеспечение

Нормативно-правовая база:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (принят ГД ФС РФ 21.12.2012) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://graph-kremlin.consultant.ru/page.aspx?1646176>

2. Приказ Министерства просвещения России от 09 ноября 2018 г. N 196 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. N 1726-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://government.ru/docs/14644/>
5. Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. N 1726-р) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://gov.garant.ru/SESSION/PILOT/main.htm>
6. Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р «Об утверждении стратегии развития воспитания на период до 2025 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://government.ru/docs/18312/>

2.2. Оценочные материалы и формы аттестации

В процессе обучения детей по данной программе применяются три вида контроля:

1. Текущий. Цель – выявление ошибок и успехов в работе обучающихся. Применяются формы контроля: опрос - проводится с целью определить глубину освоения знаний (индивидуальный, фронтальный); педагогическое наблюдение и анализ работы детей - при помощи наблюдения педагог составляет суждение об отношении ученика к предмету, доступности в понимании, осильности для него в изучении материала; выполнение заданий педагога – ученикам дается индивидуальное или групповое задание, в конце занятия определяется качество выполнения задания; концерт – отчет деятельности обучающихся.

2. Промежуточный. Проверяется уровень освоения детьми программы за полугодие. Открытое мероприятие для родителей, в конце каждого

полугодия, даёт полное представление о творческом росте ребёнка и выявляют наиболее характерные недостатки, над которыми нужно работать.

3. **Итоговый.** Определяется уровень умений, знаний и навыков, которые получил обучающийся по освоению всего курса обучения по программе. Выявление достигнутых результатов осуществляется через анализ деятельности ребёнка на занятиях, на открытом мероприятии.

Контроль над овладением универсальными учебными действиями проводится по окончании каждого учебного года через мониторинг результатов обучения по дополнительной образовательной программе. Для определения метапредметных результатов могут использоваться методики: Г.А. Цукерман «Рукавичка», «Линеечки», «Ковёр» Овчарова Р.

Итоговое занятие

Во время проведения итогового занятия (один раз в полугодие) определяется, прежде всего, практические умения и навыки обучающихся, которые заносятся в таблицу, позволяющую фиксировать данный аспект освоения программы. Оценка осуществляется по уровням:

- **высокий** – обучающийся выполнил программу в полном объёме.
- **средний** – в работе по программе есть незначительные недочёты.
- **низкий** – работа по программе выполняется при помощи педагога, самостоятельность обучающегося практически отсутствует.

Таблица 1

Контроля практических умений и навыков обучающихся

№ п/п	Фамилия, имя ребёнка	Раздел программы			Замечания, рекомендации

Для учёта участия детей в фестивалях, конкурсах используется следующая таблица:

Таблица 2

Творческие достижения обучающихся

Дата	Фамилия,	Группа	Название	Название номера	Результат
------	----------	--------	----------	-----------------	-----------

	имя ребёнка		мероприятия, конкурса		

Данная таблица показывает творческий рост ребёнка по мере прохождения им образовательной программы.

2.3. Методические материалы

Структура занятий включает в себя три основные части: организационно-подготовительный, процессуальный, рефлексивно-оценочный.

Организационно-подготовительный этап занятия. Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения исполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Методические особенности. Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

Процессуальный этап занятия. Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций и т.д. Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление (экзерсис); хореографические упражнения; элементы

современного, народного танца; танцевальные композиции; постановочная работа.

Методические особенности. На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

Рефлексивно-оценочный этап занятия. Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени. Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

Методические особенности. В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

Приемы, принципы и методы организации образовательного процесса

Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические принципы:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;

- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов классического танца;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности обучающихся;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

Для реализации программы в работе с обучающимися применяются следующие методы:

- метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы;
- метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.;
- метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям;
- метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков.

Этапы работы над новым упражнением

Целостный процесс обучения упражнениям можно условно разделить на три этапа:

- начальный этап-обучение отдельному движению;
- этап углубленного разучивания;

-этап закрепления и совершенствования упражнения (введение упражнения в танец).

1. Начальный этап – характеризуется созданием предварительного представления об упражнении (название упражнения, показ, объяснение, опробование).

2. Этап углубленного разучивания характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к пониманию движения, уточнению закономерностей движения, усовершенствованию ритма, свободного и слитного выполнения упражнения.

3. Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его в умение высшего порядка.

Одновременно педагог на каждом занятии обращает внимание детей на музыку, которая сопровождает движения, при этом развивается чувство ритма, умение слышать паузы, вступления и конец мелодии. Техническое и дидактическое обеспечение занятий.

2.4. Календарный учебный график

Этапы образовательного процесса		1 год	2 год
Продолжительность учебного года, неделя		35	35
Количество учебных дней		35	35
Продолжительность учебных периодов	1 полугодие	01.09.2022-28.12.2022	01.09.2022-28.12.2022
	2 полугодие	09.01.2023-31.05.2023	09.01.2023-31.05.2023
Возраст детей, лет		5-6	6-7
Продолжительность занятия, час		1	1
Режим занятия		2 раз/нед	2 раз/нед
Годовая учебная нагрузка, час		70	70

2.5. Календарный план воспитательной работы

Дата	мероприятие	Направление воспитательной работы	Контингент участников
ноябрь	Каникулярные мероприятия по отдельному плану	Организация развивающего досуга	Учащиеся студии
январь	Каникулярные мероприятия по отдельному плану. Рождественская неделя	Организация развивающего досуга	Учащиеся студии
февраль	Экологический час, приуроченный к всемирному дню защиты морских млекопитающих	Экологическое воспитание	Учащиеся студии
	«Масленичная неделя», мероприятия, посвященные празднованию Масленицы	Духовно-нравственное воспитание	Учащиеся студии
март	Цикл мероприятий, посвященных международному женскому Дню 8 марта	Духовно-нравственное воспитание	Учащиеся студии
	Каникулярные мероприятия по отдельному плану	Организация развивающего досуга	Учащиеся студии
апрель	Цикл мероприятий, посвященных Дню космонавтики	Гражданско-патриотическое воспитание	Учащиеся студии
май	Праздничные мероприятия, посвященные 1 мая	Гражданско-патриотическое воспитание	Учащиеся студии
	Цикл праздничных мероприятий, посвященных Дню Победы	Гражданско-патриотическое воспитание; Духовно-нравственное	Учащиеся студии
	Цикл праздничных мероприятий, посвященных Дню города Находка	Гражданско-патриотическое воспитание; Духовно-нравственное.	

Список использованной литературы.

1. Цорн А.Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии. 2-е изд., испр. – СПб.: Издательство «Планета музыки»; Издательство «Лань», 2018.
2. Шарова Н.И. Детский танец. – СПб.: «Издательство Планета музыки»; Издательство «Лань», 2019.