

АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА  
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
**«ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ «ЗОЛОТОЙ КЛЮЧИК»**

Программа принята на заседании  
Педагогического совета  
протокол № 1 от 01.09.2020г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУ ДО  
Центр внешкольной работы «Золотой ключик»  
\_\_\_\_\_ Т.А. Рудникова  
«01» 09. 2020 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
танцевального кружка  
«Непоседы»**

Составитель: педагог дополнительного образования  
Волкова Наталья Андреевна

Программа рассчитана на 1 год  
Возраст детей от 5 лет

Нижний Новгород,  
2020 г.

## **1. Пояснительная записка**

### **1.1. Направленность дополнительной образовательной программы**

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа танцевального кружка «Непоседы» по содержанию соответствует художественной направленности.

### **1.2. Новизна дополнительной образовательной программы**

Новизна программы состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей дошкольного возраста основные элементы хореографии включающие: танцевальные этюды, элементы музыкальной грамоты, ритмика, партерная гимнастика.

### **1.3. Актуальность дополнительной образовательной программы**

Искусство танца – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия потенциальных возможностей ещё маленького человека. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым.

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

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

### **1.4. Педагогическая целесообразность**

Педагогическая целесообразность состоит в целенаправленной работе по расширению возможностей творческой реализации детей, соответствующей их духовным и интеллектуальным потребностям, посредством приобщения к миру хореографии.

Программа направлена на:

- приобщение детей к основам хореографического искусства;
- развитие общефизических, артистических, исполнительских способностей;
- развитие музыкальности;
- повышение уровня общего образования и культуры учащихся;

### **1.5. Цели и задачи программы**

**Цель** - Развитие творческих способностей учащихся средствами хореографического искусства.

**Задачи программы:**

### **Обучающие:**

- привить детям любовь к танцу;
- соразмерно сформировать их танцевальные способности;
- развить чувство ритма;
- танцевальную выразительность;
- координацию движения;
- ориентировку в пространстве;
- обучить полноценно, воспринимать произведения танцевального искусства.

### **Воспитательные:**

- воспитать художественный вкус;
- воспитать культуру поведения в социуме.

### **Развивающие:**

- развитие творческой активности;
- развитие смекалки и изобретательности;
- развивать выносливость и координацию движений;
- развитие физических данных ребенка.

## **1.6. Отличительные особенности данной программы**

**Отличительная особенность** данной программы заключается в том, что в неё включены танцевальные постановки, ритмика, музыкальная грамота, гимнастика, что позволяет осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся.

## **1.7 Возраст детей, участвующих в реализации данной программы**

Программа ориентирована на детей дошкольного возраста 4-6 лет.

В хореографическом кружке занимаются дети 4-6 лет, что соответствует младшей возрастной группе.

Дети дошкольного возраста отличаются эмоциональностью, впечатлительностью и неусидчивостью. Занятия с ними требуют от педагога большого терпения. Для этого необходимо детей заинтересовать яркими и увлекательными занятиями. Упражнения и танец должны проходить в игровой форме. Занятия должны быть не только приятными, но и полезными.

## **1.8. Сроки реализации дополнительной образовательной программы**

Данная программа рассчитана на 1 год обучения.

## **1.9. Формы и режим занятий**

**Форма занятий:** Занятия проводятся по группам.

**Режим занятий:** 2 занятия по 30 минут с переменой 10 минут, 3 раза в неделю.

## **1.10. Ожидаемые результаты и способы определения их результативности**

### **К концу первого года обучения дети должны:**

#### **знать:**

- правила гигиены тела, требования к тренировочной одежде;
- терминологию партерного экзерсиса;
- танцевальные элементы польки (подскок, галоп).

**уметь:**

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- двигаться по кругу, взявшись за руки, друг за другом или парами, располагаться по залу в рассыпную и собираться в круг или в линию;
- выполнять элементы партерной гимнастики;
- выполнять прыжки по VI и II позиции;
- правильно координировать свои движения;
- тянуть носочек, ровно держать спину;
- .

**1.11.Формы подведения итогов реализации программы**

Итоги реализации программы подводятся по результатам промежуточной диагностики в форме контрольного занятия.

**2.Учебный план**

№	Наименование раздела	1 год	<b>ИТОГО по программе</b>
1.	Хореографическая подготовка	106	106
2.	Промежуточная аттестация (в форме контрольного занятия)	2	2
<b>ИТОГО:</b>		<b>108</b>	<b>108</b>

**Учебно-тематический план  
Первый год обучения**

№	Наименование раздела	1 год	<b>Итого по программе</b>
1	Танцевальная азбука.	42	42
2	Танцевальные постановки (танцы, этюды)	44	44
3	Партерные упражнения (гимнастика, пластика)	12	12
4	Ориентирование в пространстве.	4	4
5	Выступления и мероприятия.	4	4
6	Промежуточная аттестация (в форме выступлений, открытых уроков)	2	2
<b>Итого:</b>		<b>108</b>	<b>108</b>

**Поурочное планирование  
Первый год обучения**

№	Тема занятия	Всего часов	теория	практика
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	1	1	-
2	Знакомство с VI позицией Разучивание поклона	1	-	1
3	Ориентация в пространстве: - построения в линию; - в колонну; - в круг.	2	-	2
4	Импровизация под музыку Придумывание музыкальных образов	4	-	4
5	Ознакомление с танцевальной азбукой: - постановка корпуса; - упражнения для рук, кистей.	4	-	4
6	Построения: - в колонну по одному; - в колонну по двое.	2	-	2
7	Движения на осанку Ходьба на полупальцах. Понятие правая и левая сторона, повороты	4	-	4
8	Шаг с носка Шаг с подъемом колена	4	-	4
9	Бег с подъемом колена Равномерный бег с захлестом голени Бег с выносом ноги в перед	2	-	2
10	Развитие координации движения: - движения плечами; - наклоны головы направо, налево, вверх, вниз.	4	-	4
11	Знакомство с плие: - шаг с плие по VI позиции; - приставной шаг.	4	-	4
12	Ознакомление с элементами партерной гимнастики: - упражнения для развития гибкости; - упражнения для стоп.	4	-	4
13	Этюд «Снежинки» Постановка экспозиции	2	-	2
14	Развитие действия	2	-	2

15	Развязка финал	2	-	2
16	Отработка этюда	2	-	2
17	Движения на координацию и ритм Знакомство со II позицией	4		3
18	Новые элементы партерной гимнастики: «кошечка», «лягушка», «березка»	2	-	2
19	Прыжки по VI и II позиции.	4	-	4
20	Боковой галоп с правой и левой ноги Подскоки	4	-	4
21	Этюд польки «Хлопушка» Постановка экспозиции	2	-	2
22	Развитие действия	2	-	2
23	Развязка финал	2	-	2
24	Отработка этюда	4	-	4
25	Положения рук, I и III позиция Шаг на полупальцах с руками	2	-	2
26	Ознакомление с шоссэ с правой и левой ноги.	4	-	4
27	Элементы пластики. Образные движения: - «птички», «пружинка», «кошечка»	4	-	4
28	Работа с предметом. Движения с мячом	4	-	4
29	Работа с предметом. Движения с помпонами	4	-	4
30	Составление этюдов с предметом на основе изученных танцевальных элементов	4	-	4
31	Пластические элементы: -«змейка», «дельфин»	4	-	4
32	Разучивание танца «Радуга»	2	-	2
33	Развитие действия	2	-	2
34	Развязка, финал	2	-	2
35	Отработка танца	4	-	4
36	Зачетное занятие	2	1	1
37	Первые концертные выступления	2	1	3
38	Посещение концертов, театров	2	-	4
39	<b>Итого:</b>	<b>108</b>	<b>3</b>	<b>105</b>

### 3. Календарный учебный график

Год обучения	сентябрь					октябрь					ноябрь					декабрь					январь					февраль					март					апрель					май					июнь					июль					август					Всего учебных часов/недель
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52									
1 год обучения	01.09 – 06.09	07.09 – 13.09	14.09 – 20.09	21.09 – 27.09	28.09 – 04.10	05.10 – 11.10	12.10 – 18.10	19.10 – 25.10	26.10 – 01.11	02.11 – 08.11	09.11 – 15.11	16.11 – 22.11	23.11 – 29.11	30.11 – 06.12	07.12 – 13.12	14.12 – 20.12	21.12 – 27.12	28.12 – 03.01	04.01 – 10.01	11.01 – 17.01	18.01 – 24.01	25.01 – 31.01	01.02 – 07.02	08.02 – 14.02	15.02 – 21.02	22.02 – 28.02	01.03 – 07.03	08.03 – 14.03	15.03 – 21.03	22.03 – 28.03	29.03 – 04.04	05.04 – 11.04	12.04 – 18.04	19.04 – 25.04	26.04 – 02.05	03.05 – 09.05	10.05 – 17.05	17.05 – 23.05	24.05 – 30.05	31.05 – 06.06	07.06 – 13.06	14.06 – 20.06	21.06 – 27.06	28.06 – 04.07	05.07 – 11.07	12.07 – 18.07	19.07 – 25.07	26.07 – 01.08	02.08 – 08.08	09.08 – 15.08	16.08 – 22.08	23.08 – 29.08	108/36								

#### Условные обозначения:

 Каникулярный период

 Ведение занятий

 Промежуточная аттестация

## **4. Рабочая программа курса**

### **Содержание программы**

#### **Тема 1. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.**

##### **Ознакомление детей с танцевальной азбукой:**

- постановка корпуса;
- упражнения для рук, кистей, и пальцев;
- упражнения для плеч;
- упражнения для головы;
- упражнения для корпуса;
- движения на пластику рук;

Выполнение упражнений танцевальной азбуки.

##### **Ознакомление детей с элементами танцевальных движений:**

- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- прыжки: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой;
- приставной шаг, выставление ноги на носок перед собой;
- хлопки;
- танцевальные комбинации с атрибутами (мяч, помпоны, цветы).

Выполнение проченных элементов танцевальных движений.

##### **Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве:**

- упражнения и игры по ориентации в пространстве;
- построение в круг;
- построение в линию;
- построение в две линии;
- построение в диагональ.

Выполнение упражнений по ориентации в пространстве.

#### **Тема 2. Партерная гимнастика (упражнения на полу)**

Ознакомление с элементами партерной гимнастики:

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

Выполнение тренировочных упражнений на полу.

#### **Тема 3. Танцевальные этюды, игры, танцы**

- составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов;
- сочинение с детьми танцевальных этюдов;
- ознакомление детей с играми;
- применение игр на занятиях.

#### **Тема 4. Итоговое занятие.**

- открытое занятие для родителей.

### 5. Оценочные материалы (диагностика и мониторинг)

Промежуточная аттестация учащихся проводится с периодичностью 2 раза в год (по окончанию полугодия в декабре и мае).

Промежуточная аттестация осуществляется педагогом дополнительного образования по соответствующей образовательной программе в форме зачета. Оценка (зачет, незачет) заносится в «Журнал учета работы педагога дополнительного образования».

По итогам промежуточной аттестации учащихся педагог дополнительного образования оформляет справку в следующей форме:

#### ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ по результату освоения учащимися программы танцевального кружка «Непоседы» 1-й год обучения

Ф.И. ребёнка	Критерии оценки								
	Знать правила гигиены тела, требования к тренировочной одежде	Знать терминологию партерного экзерсиса	знать танцевальные элементы польки (подскок, галоп)исполнять	Уметь двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки	Уметь двигаться по кругу, взявшись за руки, друг за другом или парами, располагаться по залу вращающую и собираться в круг или в линию	Уметь выполнять элементы партерной гимнастики	Уметь выполнять прыжки по VI и II позиции	Уметь правильно координировать свои движения;	Уметь тянуть носочек, ровно держать спину

## **6. Методическое обеспечение**

### **СТРУКТУРА ЗАНЯТИЯ**

Занятие состоит из подготовительной (вводной), основной и заключительной частей и начинается с поклона.

Вводную часть составляют упражнения и движения динамического характера, воздействующие на весь организм: ходьба, бег, прыжки. Затем следует основная часть, в которой реализуются задачи этапов обучения. Третья часть занятия - музыкально-ритмическая – наиболее динамична. Здесь включены танцевальные движения, творческие задания, танцевальные композиции, хороводы, задания на построение и перестроение. В этой части задания дети самостоятельно могут создавать музыкальные образы.

Упражнения распределяются с учетом возрастания физиологической нагрузки в основной части занятия: в подготовительной части объединяются упражнения простые по координации, малые по амплитуде и выполняемые в медленном умеренном темпе; постепенное увеличение этих параметров движения и темпа приводит к усилению нагрузки в основной части; в заключительной части нагрузка постепенно снижается.

Музыка на занятии доступна восприятию ребенка. Используются детские песни, песни из мультфильмов, эстрадные и классические произведения.

Музыкальные стили и темп на протяжении занятия меняются, но основной темп – умеренный.

На каждом занятии проводится работа по следующим направлениям:

- 1) музыкально-ритмические упражнения на освоение, закрепление музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения;
- 2) игры;
- 3) пластика движения;
- 4) построения и перестроения;
- 5) упражнения с предметами;
- 6) творческие задания;
- 7) прыжки;
- 8) разучивание этюдов.

### **7. Техническое обеспечение**

1. Хореографический класс с зеркальным оформлением стен.
2. Нотно-методическая литература.
3. Учебники, методические пособия по всем разделам хореографической деятельности.
4. Аудиокассеты, CD – диски.
5. Аппаратура для озвучивания занятий: магнитофон, музыкальный центр.
6. Фортепиано.
7. Танцевальный реквизит (мячи, искусственные цветы, помпоны, фонарики, зонтики)
8. Коврики.
9. Костюмы для концертной деятельности.

## **8. Список литературы**

### **8.1.Список литературы для педагогов**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание дети. Москва 2000г.
2. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение (упражнения, игры и пляски для детей 5-6 лет) Москва 1983г
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. Москва 1980г.
4. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. Ростов - на -Дону «Феникс» 2003г.
5. Лукьянова Л.А. Дыхание хореографии. М.: Искусство 1979г.
6. Ладыгин Л.А. Музыкальное оформление уроков танца-М.: ЗНУИ 1980г.
7. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. Москва 1998г.
8. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г.

### **8.2.Список литературы для учащихся**

1. Великович Э. Здесь танцуют.- М.: Изд-во Просв, 1989.
2. Зайцева О.Г. Маленьким артистам, танцорам, вокалистам.- Ярославль: Изд-во Академия развития, 2005.
3. Слонимский Ю. «В честь танца», М. – «Искусство», 1968.;
4. Богуславская А.Г., Головкина С.Н., и др. «Там, где рождается танец», М. – «Московский рабочий», 1977.;