

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДЕТСКИЙ ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР «РОДНИК»

Согласовано  
Проектно-методический совет  
от «28» августа 2018г.  
Протокол № 1

Директор МОУ ДО ДЭЦ «Родник»

А.В.Киселева

«03» сентября 2018г.

Принято на заседании Педагогического совета

Протокол № 1

«28» августа 2018г.



**Художественная направленность**

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**

**«Детская хореография»**

**Начальный уровень**

**Возраст детей: 7 – 9 лет**

**Срок реализации: 1 года**

Автор-составитель:

педагог дополнительного образования

**Вепрева Наталия Викторовна**

Ярославль, 2018 г.

## Содержание

1.	Пояснительная записка .....	3
2.	Цель и задачи программы.....	4
3.	Учебно – тематический план и календарный учебный график.....	7
4.	Содержание программы.....	10
5.	Обеспечение программы .....	12
6.	Мониторинг образовательных результатов .....	16
7.	Список использованной литературы .....	17

## 1. Пояснительная записка

Хореография — один из древнейших видов искусства. Танец, это волшебный мир, в котором с помощью языка тела и музыки можно выразить любое чувство. Танец, как литература и музыка раскрывает многогранность национальных традиций народа. С помощью танцевальной лексики можно раскрыть историю народа, его настоящее и будущее, показать добрые и злые стороны человеческой души. Танец повышает эмоциональное и физическое здоровье человека, т.е. гармоничное единство тела, разума и души, помогает раскрыть внутренний мир человека, сформировать в детях уверенность в себе, упорство и трудолюбие, помогает оценить красоту музыки и движения.

**Актуальность.** Современный танец — это зрелищное представление, вызывающее огромный интерес у молодого поколения. В данном виде искусства лаконично соединены в одно целое многообразие танцевальных стилей и элементы сценических трюков.

Занятия современной хореографией помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитать в себе выносливость. Скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом. Через изучение основ хореографии дети приобщаются к танцевальной и музыкальной культуре, формируется эстетический вкус.

**Направленность программы** Данная программа имеет художественно-эстетическую направленность. Программа направлена не на предоставление возможности ребенку выразить себя в танце, развитие умения добиваться творческого выражения эмоций через пластику.

Программа разработана на основе образовательных программ дополнительного образования «Хореография» Заболотской М.А. и «Основы обучения современным направлениям танца в системе дополнительного образования» Никитина В.Ю.

**Новизна.** Дополнительная образовательная программа «Детская хореография» своевременна и актуальна, так как в настоящее время из-за большой нагрузки в школах и длительных занятиях на компьютере, дети стали мало двигаться, у многих из-за сидячего образа жизни наблюдается искажение осанки и неправильное развитие мышечного аппарата. А как раз в этом возрасте необходима интенсивная двигательная активность для гармоничного и полноценного развития детского организма.

У детей младшего школьного возраста наиболее подходящая физиологическая база для занятий хореографией.

Мышечный аппарат достаточно сформирован к 7 годам, что дает возможность полноценно задействовать все природные данные. Занятия хореографией помогают детям наилучшим образом скоординировать свои достижения.

Хореография благотворно влияет на всестороннее развитие как физическое, так и культурно-эстетическое. Занимаясь в коллективе, дети учатся общению и самовыражению через движения, так же воспитывают в себе организованность и трудолюбие. Участвуя в праздниках и концертах, дети получают навыки исполнительской культуры, навыки правил поведения в обществе.

Ведущими ориентирами при составлении данной программы стали: стремление к развитию творческой активности ребёнка, поддержание постоянного интереса к занятиям хореографией, стимулирование самовыражения и развитие актерского мастерства, формирование музыкальной восприимчивости.

## **2. Цель и задачи программы.**

**Цель:** Содействие развитию творческих и танцевально-ритмических способностей у детей средствами хореографии.

### **Задачи:**

1. Обучить основам танцевального искусства.
2. Развивать осознанное отношение к музыке через движение.
3. Развивать эмоциональную сферу ребенка, учить выражать свои чувства в движении; воспитание артистичности.
4. Формировать у детей исполнительскую и зрительскую культуру через парные, ансамблевые танцы, участие в праздниках и концертах.

### **Отличительные особенности программы.**

Отличительной особенностью данной программы является комплексный подход к обучению:

– чередование видов деятельности (стрейчинг; экзерсис у станка, на середине зала; музыкальные игры; актёрский тренинг);

– обучение сразу по нескольким танцевальным направлениям: народно-сценический танец, балльный танец, классический танец.

**Формы и режим занятий.** Основной формой организации учебно-воспитательного процесса является учебное занятие, которое строится в зависимости от возраста и опыта обучающихся:

- репетиция;
- тренинг;
- беседа;
- игра.

1 год обучения– 2 раза в неделю по 2 часа с перерывом на 5-10 минут

### **Структура занятий**

Занятие состоит из нескольких разделов:

1. Организационная часть (5 мин.): построение, переключки, планирование работы, объявления, поклон-приветствие.
2. Подготовительная часть(15 мин.): разминка.
3. Основная часть (25 мин.):
  - ритмические упражнения;
  - танцевальный экзерсис;
  - отработка учебного материала.
4. Постановочная часть (20 мин.).
5. Заключительная часть (20 мин.):
  - танцевальная гимнастика;
  - музыкальные игры;
  - сюжетно-ролевые игры;
  - актерский тренинг.
6. Итоговое построение: прощальный поклон, анализ деятельности(5мин)

### **Организация образовательного процесса**

Программа предназначена для детей в возрасте 7-9 лет.

Срок реализации программы - 1 год.

Количество детей– 12-14 человек.

Занятия проводятся два раза в неделю по 2 часа. Длительность занятия для детей школьного возраста – два часа по 45 минут перерыв 5-10 мин.

Диагностика в начале, в середине и в конце учебного года осуществляется педагогом. При необходимости к диагностике привлекаются специалисты учреждения (психолог).

Специальный отбор для обучающихся не предусмотрен. Дети уже

имеющие начальную хореографическую подготовку могут быть переведены в группу второго или третьего года обучения, в зависимости от опыта и способностей ребенка.

### **Принципы программы**

1. Личностно-ориентированный подход: индивидуальный подход к каждому ребёнку.
2. Доступность содержания: подбор содержательной части и методов обучения в соответствии с возрастом обучающегося.
3. Демократичность: взаимосвязь педагога, ребёнка и родителя.
4. Диагностика: постоянное отслеживание результатов.
5. Системность и последовательность: взаимосвязь тем.

### 3. Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование раздела	Всего часов	Часы	
			Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	2	-
2.	Ритмика, элементы музыкальной грамоты.	20	5	15
3.	История хореографического искусства	4	4	-
4.	Танцевальная азбука: – в характере классического танца; - в характере бального танца; – в характере народного танца.	35	-	35
5.	Танцевальная гимнастика	30	-	30
6.	Музыкальные игры. Сюжетно-ролевые игры. Актерское мастерство.	10	-	10
7.	Этюдно-постановочная деятельность.	27	-	27
8.	Коллективные мероприятия	16	6	10
<b>ИТОГО:</b>		<b>144</b>	<b>17</b>	<b>127</b>



## Календарный учебный график.

Дата		№	Тема занятия	Колич-во часов
По плану месяц	По факту дата			
сентябрь		1	Инструктаж по ТБ . Вводное занятие.	2
сентябрь		2	Танцевальная азбука.(Разминка, поклон)	2
сентябрь		3	Танцевальная гимнастика. Ритмика	2
сентябрь		4	Танцевальная гимнастика.Ритмика	2
сентябрь		5	Танцевальная гимнастика.Ритмика	2
сентябрь		6	Танцевальная азбука классического танца.	2
сентябрь		7	Танцевальная азбука классического танца.	2
сентябрь		8	Танцевальная азбука классического танца.	2
октябрь		9	Танцевальная азбука классического танца.	2
октябрь		10	Танцевальная азбука классического танца.	2
октябрь		11	Танцевальная азбука русского народного танца.	2
октябрь		12	Танцевальная азбука русского народного танца.	2
октябрь		13	Танцевальная азбука русского народного танца..	2
октябрь		14	Танцевальная гимнастика.	2
октябрь		15	Танцевальная гимнастика	2
октябрь		16	Танцевальная гимнастика	2
октябрь		17	Ритмика.	2
ноябрь		18	Ритмика.	2
ноябрь		19	Этюдно-постановочная деятельность.	2
ноябрь		20	Этюдно-постановочная деятельность.	2
ноябрь		21	Этюдно-постановочная деятельность.	2
ноябрь		22	Этюдно-постановочная деятельность.	2
ноябрь		23	Актёрское мастерство.	2
ноябрь		24	Актёрское мастерство.	2
ноябрь		25	Первичная диагностика.	2
ноябрь		26	Ритмика.	2
декабрь		27	Танцевальная азбука бального танца. Постановка.	2
декабрь		28	Танцевальная азбука бального танца	2
декабрь		29	Танцевальная азбука бального танца	2
декабрь		30	Этюдно-постановочная деятельность.	2
декабрь		31	Этюдно-постановочная деятельность.	2
декабрь		32	Актёрское мастерство	2
декабрь		33	Участие в Новогоднем мероприятии.	2
декабрь		34	Участие в Новогоднем мероприятии.	2
январь		35	Ритмика. Музыкальные игры.	2
январь		36	Танцевальная гимнастика	2
январь		37	Танцевальная гимнастика	2
январь		38	Танцевальная гимнастика	2
январь		39	Танцевальная гимнастика	2
январь		40	Ритмика	2
январь		41	Танцевальная азбука классического танца	2
февраль		42	Танцевальная азбука классического танца	2
февраль		43	Танцевальная азбука бального танца	2
февраль		44	Танцевальная азбука бального танца	2

февраль		45	Танцевальная азбука народного танца	2
февраль		46	Танцевальная азбука народного танца	2
февраль		47	Промежуточная диагностика	2
февраль		48	Этюдно-постановочная деятельность.	2
февраль		49	Танцевальная гимнастика	2
март		50	Танцевальная гимнастика	2
март		51	Ритмика	2
март		52	Танцевальная гимнастика .	2
март		53	Танцевальная гимнастика	2
март		54	Танцевальная гимнастика	2
март		55	Танцевальная гимнастика	2
март		56	Ритмика	2
март		57	Актёрское мастерство	2
апрель		58	Танцевальная азбука классического танца	2
апрель		59	Танцевальная азбука классического танца	2
апрель		60	Танцевальная азбука классического танца	2
апрель		61	Танцевальная азбука народного танца	2
апрель		62	Танцевальная азбука народного танца	2
апрель		63	Танцевальная азбука народного танца	2
апрель		64	Танцевальная азбука бального танца	2
апрель		65	Танцевальная азбука бального танца	2
апрель		66	Танцевальная азбука бального танца	2
май		67	Этюдно-постановочная деятельность	2
май		68	Этюдно-постановочная деятельность	2
май		69	Этюдно-постановочная деятельность	2
май		70	Итоговая диагностика.	2
май		71	Коллективное мероприятие «Огонёк»	2
май		72	Музыкальные игры	2
Общее количество часов				144

#### 4. Содержание дополнительной образовательной программы

##### Ритмика, элементы музыкальной грамоты.

###### Тема 1.

1. Характер музыкального произведения.
2. Ритм.
3. Темп.
4. Динамические оттенки.

##### История хореографического искусства.

###### Тема 1.

1. Что такое танец.
2. Язык танца.
3. Рисунки в танце.

##### Танцевальная азбука.

##### Элементы классического танца.

###### Тема 1. Постановка корпуса.

1. Позиции рук – подготовительная I, II.
2. Позиции ног – VI, I – полувыворная, III.
3. Положение головы, туловища.

###### Тема 2. Экзерсис у станка.

1. Releve.
2. Plie (demi, grand).
3. Battement tendu.
4. Подготовка к sotte.

###### Тема 3. Экзерсис на середине зала.

1. Port de bra в стороны
2. Прыжки sotte

##### Элементы народного танца

###### Тема 1.

1. Постановка корпуса.
2. Позиции рук – подготовительная I, II.
3. Позиции ног – VI, I – полувыворная, III.

###### Тема 2. Танцевальный экзерсис на середине зала.

1. Повороты вправо, влево, кругом.
2. Легкий бытовой шаг с носка по VI позиции ног.
3. Шаги на полупальцах.

4. Шаги с каблучка.
5. Переменный шаг по VI позиции ног.
6. Приставной шаг вперед, приставной боковой шаг вперед по VI позиции ног.
7. Шаги «ёлочкой» по III позиции ног с носка.
8. Шаг с поскоком.
9. Галоп.
10. Па-польки.
11. Прыжки с поворотом на 90°, 180°, 360°.
12. Легкий бег на полупальцах вперед, назад.
13. Бег захлестывая голени назад.

Элементы бального танца.

Тема 1.

1. Положения рук.
2. Положения ног.
3. Постановка корпуса.

Тема 2.

1. Шаги, основные движения и комбинации сольно и в паре (па-польки, па-рельеф).
2. «Приглашение» - композиция.
3. «Страшок» - композиция (см. Приложение).

Танцевальная гимнастика.

Тема 1. Упражнения на напряжение и расслабление мышц.

Тема 2. Упражнение стретчинг (растяжка мышц, упражнения на выворотность суставов).

Тема 3. Силовые упражнения, укрепляющие мышечный аппарат.  
(см. Приложение).

Музыкальные игры.

Тема 1.

1. «По дорожке вдоль пруда ...».
  2. «Кот и мыши».
  3. «Птички в клетке».
  4. «Дождик».
- (см. Приложение).

Сюжетно-ролевые игры.

Тема 1. Сказка «Теремок» - образы героев.

Тема 2. Тематические занятия «Времена года»: «На лесной опушке»  
(см. Приложение), «Зимняя прогулка», «Весна».

### Актерское мастерство.

Тема 1. Создание танцевальной композиции (индивидуальных и коллективных) «Шарик», «Одуванчик» и т.д. (см. Приложение).

Тема 2. Упражнения на индивидуальную импровизацию и создание сценического образа:

- «День рождения»;
- «День игрушки» (см. Приложение);
- «Зеркало».

### Этюдно-постановочная работа.

Тема 1. Работа над выразительностью исполнения этюдов, танцев, композиций.

### Коллективные мероприятия.

Родительские собрания, собрания родительского комитета, участие в праздниках, концертах с последующим обсуждением.

## **5. Обеспечение программы**

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

**Фортепиано, музыкальный центр, гимнастические коврики, скакалки, мячи.**

### **Методическое обеспечение программы**

Каждый вид деятельности, предусмотренный данной программой, имеет свои особенности и позволяет решить следующие развивающие и обучающие задачи:

Вид деятельности	Развивающие задачи	Обучающие задачи
Ритмика	Концентрирует внимание. Развивает чувство ритма, общую музыкальность, слух.	Знакомит с применением основ музыкальной грамоты в танце.
Танцевальная азбука	Концентрирует внимание. Развивает координацию движений, танцевальную память, внимание.	Учит, технически грамотно исполнять танцевальные движения сольно и в массовых танцах. Ориентироваться в пространстве.
Танцевальная	Развивает гибкость, силу	Даёт представление о

гимнастика	мышечного аппарата, выносливость.	танцевальной культуре, истории возникновения танца, особенностях разных направлений, законах драматического построения композиций.
Музыкальные игры	Развивают внимание, образное восприятие музыки.	Учат эмоциональному восприятию музыки.
Сюжетно-ролевые игры	Развивают образное мышление.	Учат индивидуальному и коллективному самовыражению.
Актерское мастерство	Развивает творческую активность, самовыражение.	Учит созданию сценического образа, взаимодействию с партнером.

### Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы

Перечень тем и разделов	Формы занятий	Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактическое оснащение	Техническое оснащение	Формы подведения итогов по теме, разделу
1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	Лекция. Заочное путешествие, экскурсия, беседа	Используются словесные, наглядные, практические методы воздействия.			Беседа
2. Ритмика	Практическое занятие	Объяснение материала. Сочетание теории и практики. Движения под магнитофон и фортепиано. Коллективная практическая	Схема этюдов	На занятиях используются мячи, бубны, погремушки	Результаты отслеживания в индивидуальном порядке на каждом занятии

		деятельность.			
3. Танцевальная азбука	Практическое занятие	Объяснение, практический демонстрационный показ, поэтапный разбор упражнений, отработка и закрепление навыков. Коллективная практическая деятельность. Систематизация знаний. Обобщение умений и навыков.		Танцевальный зал с зеркалами, станками, фортепиано, магнитофон	Результаты отслеживания индивидуально на каждом занятии, на игровых занятиях, открытых уроках
4. История хореографического искусства	Аудиторное занятие, рассказ, лекция, беседа.	Объяснение учебного материала. Творческие занятия.	Интернет ресурсы: видео, аудио, печатные издания.		Беседа
5. Танцевальная гимнастика	Практическое занятие	Поэтапное объяснение учебного материала от простого к сложному, практический демонстрационный показ, коллективная практическая деятельность.		Коврики для занятий на полу	Результаты отслеживания в индивидуальном порядке на каждом занятии, на итоговых занятиях
6. Музыкальные сюжетно-ролевые игры, актерское	Практические занятия, игра, сказка, тренинг	Творческое занятие. Объяснение учебного материала и характера работы,	Музыкальная литература		Результат отслеживания индивидуально на каждом

<p>мастерство</p>		<p>процесса деятельности. Организация работы, на доступном для детей уровне и темпе. Поэтапное объяснение учебного материала от простого к сложному. Демонстрационный показ. Отработка и закрепление навыков. Самостоятельная работа.</p>	<p>см. Приложение</p>		<p>занятии. Контроль педагога, взаимоконтроль, самоконтроль.</p>
<p>7. Этюдно-постановочная деятельность.</p>	<p>Практическое занятие</p>	<p>Поэтапное объяснение учебного материала от простого к сложному. Демонстрационный показ. Отработка и закрепление навыков. Коллективная практическая деятельность. Показательные выступления.</p>	<p>Методическая литература. Авторские работы. см. приложение.</p>		<p>На концертах, других мероприятиях.</p>



## 6. Мониторинг образовательных результатов.

Обучающиеся:

1. Умеют выполнять упражнения в заданном темпе, ритме, исполнять замедление движений, ускорение в зависимости от темпа музыки;
2. Останавливаются на конец музыкальной фразы;
3. Определяют характер музыки, динамические оттенки;
4. Знают формулировку и смысловые значения понятия «танец», «язык танца», «рисунки в танце»;
5. Умеют двигаться в заданном направлении, вперед, назад, в стороны, выполнять построения: колонна, шеренга, круг, линия;
6. Правильно и четко выполняют танцевальные упражнения у станка и на середине зала сольно и в массовом исполнении, в характере классического, народного, бального танца;
7. Могут осознанно напрягать и расслаблять мышечный аппарат;
8. Выполняют несложные упражнения на развитие гибкости;
9. Умеют выполнять простые силовые упражнения

Результаты наблюдений за детьми фиксируются в течение года в таблице, срезы проводятся три раза в год (ноябрь, февраль, май). Педагог фиксирует сформированность или несформированность того или иного умения

Примерная таблица отслеживания результатов обучения.

Ф.И. ребенка	1			2			3			4			5			6			7		
	н	ф	м	н	ф	м	н	ф	м	н	ф	м	н	ф	м	н	ф	м	н	ф	м
1	-	-	+	+	+	+	-	-	+	-	-	+	-	-	+	-	+	+	+	+	+
2	-	-	+	-	+	+	+	+	+	-	-	+	-	+	+	-	-	-	-	+	+

## Список литературы

2. гнВаганова А. Основы классического танца. – Л.; М., 1963; 2-е изд. – М., Васильева Е. Танец. – М., 1968.
3. Головкина Н.В. Уроки танца в младших классах. – М., 1992.
4. Ермалаева Н.В. Танец// Театр – студия «Дали»: Программы. Уроки. – М., 1997.
5. Картушина М.Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей. Издательство «ТЦ Сфера».
5. Кристерсон Х.Х. Танец спектаклях драматического актера. – М., 1957.
6. Никитиной.А.Б. Театр, где играют дети. Учебно-методическое пособие для руководителей детских театральных коллективов, «ВЛАДОС», 2001.
8. ПуртоваТ.В. , А.Н. Беликова, О.В. Кветная. Чите детей танцевать. Учебное пособие. Москва – гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003.
9. Проект программ по классическому танцу «Ритмика и танец» для хореографических школ и хореографических отделений школ искусств. Москва, 1984 .
- 10.Проект программы Народно-сценический танец для хореографических отделений ДМШ, ДШИ. Москва, 1987.
- 10.Ритмика. Методические рекомендации для преподавателей ДШИ, ДМШ. Москва, 1989.
- 11.Рутберг И. Пантомима, движение и образ. – М., 1963.

### Ритмика и развитие актерской выразительности

- 13.Ветлугина Н. Музыкальное развитие ребенка. – М., 1976.
- 14.Вербицкая А. основы сценического движения. – М., 1983.
- 15.Константиновский В. Учить прекрасному. – М., 1973.
- 16.Лисицкая Т. Хореография в гимнастике. – М., 1993.
- 17.Михайлова Э., Иванов Ю. Ритмическая гимнастика: Справочник. – М., 1987.
- 18.Руднева С., Фили Э. Ритмика. Музыкальное движение. – М., 1972.
- 19.Светинская В. Танцевальные постановки для детей. – М., 1966.

20. Шахматова Л. Сценические этюды. Учебное пособие. М., 1966.

### Классический танец

21. Базарова Н., Мэй В. Азбука классического танца. Изд. 2-е. Л., 1983.

22. Богатка Л. Хоровод друзей. – М., 1957.

22. Ваганова А. Основы классического танца. Изд. 5-е. – Л., 1980.

23. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии. – М., 1964.

24. Климов А. Основы русской народной хореографии. – М., 1981.

23. Мессерер Л. Уроки классического танца. – М., 1967

24. Ткаченко Т. Народные танцы. – М., 1975.

28. Устинова Т. Избранные русские народные танцы. – М., 1996.

29. Ярмолович Л. Классический танец. Методическое пособие. – Л., 1986.

### Историко-бытовой и бальный танец

30. Бальные танцы. – М. Ежегодный выпуск, 1963-1986.

31. Васильева Е. Танец. – М., 1968.

32. Разрешите пригласить. – М., 1976-1978.

33. Стриганова В., Уральская В. Современный бальный танец. – М., 1978.

34. Череховская Р. Танцевать могут все. – Минск, 1973.

34. Школьникова Л. Рассказы о танцах – М., 1966.