

Комитет по образованию города Барнаула  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр детского творчества №2» г. Барнаула

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «29» 08.2024  
Протокол № 1

Утверждаю  
Директор МБУДО «ЦДТ №2»  
г. Барнаула  
В.В. Панова  
«29» 08.2024



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА  
художественной направленности  
«Волшебный мир танца. Первый этап»  
хореографической студии «Вдохновение»

Возраст детей: 7-10 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Подколызина Наталья Алексеевна,  
педагог дополнительного образования

Барнаул, 2024

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. Пояснительная записка
2. Учебно-тематический план
3. Содержание программы
4. Методическое обеспечение программы
5. Список используемой и рекомендуемой литературы
6. Приложение

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа основывается на следующие нормативные документы:

Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. N273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. N 629);

Закон Алтайского края от 04.09.2013 №56-ЗС «Об образовании в Алтайском крае»;

Приказа Главного управления образования и молодёжной политики Алтайского края от 19.03.2015 г. №535 «Об утверждении методических рекомендаций по разработке дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ»;

Региональный проект Алтайского края «Успех каждого ребенка» от 14.12.2018 № 2;

Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества №2» г. Барнаула;

Положение о дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программах, реализуемых в МБУДО «ЦДТ №2» г. Барнаула.

**Вид программы:** модифицированная.

**Направленность:** художественная.

**Обучение включает в себя основные предметы:** ритмика и хореография.

**Актуальность:** данная программа соотносится с тенденциями развития дополнительного образования и способствует созданию необходимых условий для личностного развития учащихся, позитивной социализации и профессионального самоопределения; удовлетворению индивидуальных потребностей учащихся в художественно-эстетическом, нравственном развитии.

**Отличительной особенностью** программы является ориентирование образовательного процесса на различные виды деятельности: учебная, концертно-исполнительская, конкурсная, а также на использование как традиционных (метод танцевального показа, объяснительно-иллюстративный, упражнение, воспроизведение изученного), так и активных методов обучения (проект, самостоятельная работа в малых группах, метод танцевально-

практических действий, рефлексия, игровой танец, деловая игра, ролевая игра, творческое задание, методы информационно-коммуникативных технологий). В условиях сочетания традиционных и инновационных методов хореографической деятельности, осуществляется раскрытие творческих способностей личности, формируется потребность к постоянному совершенствованию, культивируется саморазвитие как одно из основных достоинств человека.

**Новизна:** новизной программы является адаптация и совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку детей к дальнейшему обучению в хореографической студии.

**Цель:** формирование интереса к хореографическому искусству, как средству физического и художественного самовыражения.

**Задачи:**

Обучающие:

- освоить элементы партерной гимнастики,
- изучить основы детского танца, русского танца.

Развивающие:

- развить координационные способности, укрепить опорно-двигательный аппарат; память, внимание, воображение;
- развить умение ориентироваться в пространстве.

Воспитательные:

- воспитать у учащихся интерес к хореографическому искусству;
- воспитывать чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

**Педагогическая целесообразность программы** заключается в том, что она обеспечивает физическое и социальное развитие личности. Занятия хореографией помогают учащимся 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.

**Адресат:** данная программа рассчитана на учащихся в возрасте 7-10 лет. Набор в студию носит добровольный характер. Организация образовательного процесса предполагает учет индивидуальных, возрастных, психологических и физиологических особенностей учащихся.

Возраст ребенка 7-10 лет наиболее благоприятный для развития умственных и физических способностей. Идёт пропорциональное увеличение роста и веса, мышцы становятся более крепкими, происходит активное развитие функций головного мозга. Занятия хореографией позволяют сочетать развитие понятийного и образного мышления. Задачи педагога-хореографа заключаются в развитии координации танцевальной выразительности, совершенствовании и усложнении танцевальной техники, формировании чувства мышечного самоконтроля.

**Срок и объем освоения программы:** программа рассчитана на один год обучения.

**Форма обучения:** очная.

**Режим организации занятий:** продолжительность занятия: 40 минут; по 2 часа (2 раза в неделю) - 144 часа в год.

**Организация образовательного процесса:** учебные группы формируются по 10-15 человек. Состав группы постоянный, разновозрастной.

**Календарный учебный график:**

*Таблица 1*

Начало учебных занятий	08 сентября
Окончание учебного года	27 мая
Продолжительность 1 полугодия	16 учебных недель
Продолжительность 2 полугодия	20 учебных недель
Продолжительность учебного года	36 учебных недель
Сроки промежуточной аттестации	по учебному плану

### **Ожидаемые результаты:**

В результате освоения программы учащиеся будут знать:

- особенности ритма и характера музыкального произведения;
- основные движения детского танца;
- основные движения русского танца;

уметь:

- определять размер музыкального произведения;
- ориентироваться в пространстве класса и относительно друг друга (держат интервалы, осуществлять перестроения);
- передвигаться по сценической площадке в определенном рисунке;

владеть:

- правильной постановкой корпуса;
- техникой исполнения основных движений русского танца;
- техникой исполнения простейших элементов детского танца.

### **Формы контроля реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

С целью определения уровня развития индивидуальных способностей и личностного роста учащихся проводится диагностика уровня освоения учащимися образовательной программы. Способом проверки результатов освоения образовательной программы является системное педагогическое наблюдение в процессе ведения образовательной деятельности.

Для отслеживания результативности образовательного процесса используются следующие этапы контроля:

- входной контроль
- текущий контроль (в течение всего учебного года),
- промежуточный контроль (по изучаемым темам);
- итоговый контроль (в конце обучения по программе).

Также в процессе обучения используется метод самодиагностики, самоанализа, что позволяет учащемуся самому отследить свои ошибки и работать над их исправлением.

**Система контроля основана на следующих принципах:**

1. Объективности (научно обоснованное содержание заданий, вопросов и т.д.).
2. Систематичности (проведение контроля на всех этапах обучения при реализации комплексного подхода к диагностированию).
3. Наглядности, гласности (проведение контроля всех обучаемых по одним критериям; оглашение и мотивация оценок).

Работа учащихся, оценивается по результатам освоения программы (высокий, средний и низкий уровни). По предъявлению знаний, умений, навыков.

Возможности практического применения в различных ситуациях – творческого использования.

**Высокий уровень освоения программы**

Учащийся демонстрирует высокую заинтересованность в учебной и творческой деятельности, которая является содержанием программы; показывает широкие возможности практического применения в собственной творческой деятельности приобретенных знаний умений и навыков.

**Средний уровень освоения программы**

Учащийся демонстрирует достаточную заинтересованность в учебной и творческой деятельности, которая является содержанием программы; может применять на практике в собственной творческой деятельности приобретенные знания умения и навыки.

**Низкий уровень освоения программы**

Учащийся демонстрирует слабую заинтересованность в учебной и творческой деятельности, которая является содержанием программы; не стремится самостоятельно применять на практике в своей деятельности приобретенные знания умения и навыки.

**Оценочные материалы**

*Таблица 2*

<b>Показатели качества реализации ДОП</b>	<b>Методики</b>
Уровень теоретической и практической подготовки учащихся	Мониторинг (Приложение 1)
Уровень удовлетворенности родителей предоставляемыми образовательными услугами	Анкета (Приложение 2)

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Таблица 3

№	Тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Водное занятие	2	2	-	Беседа
2.	Раздел «Ритмика»	46	14	32	
2.1	Характер и размер музыкальных произведений	2	1	1	Опрос
2.2	Выразительные средства музыки	2	1	1	Опрос
2.3	Построения, перестроения, интервалы	6	2	4	Педагогическое наблюдение
2.4	Основные движения детского и исторического танца	10	4	6	Показ
2.5	Танцевально – ритмические, образные игры	8	2	6	Показ
2.6	Исторические танцы (па де грас): переходный вальс, полька, полонез	18	4	14	Показ
3.	Раздел «Партерная гимнастика»	44	12	32	
3.1	Упражнения для гибкости стопы	6	2	4	Педагогическое наблюдение
3.2	Упражнения для выворотности стопы	6	2	4	Педагогическое наблюдение
3.3	Упражнения для гибкости позвоночника	6	2	4	Педагогическое наблюдение
3.4	Упражнения для выворотности в тазобедренном суставе	6	2	4	Показ
3.5	Упражнения для пресса	6	2	4	Педагогическое наблюдение
3.6	Растяжки	4	1	3	Педагогическое наблюдение
3.7	Броски ногами из положения: лёжа на спине, на животе, на боку	10	1	9	Педагогическое наблюдение
4.	Раздел «Русский танец»	48	12	36	
4.1	Основные шаги русского танца: - простой танцевальный шаг, - шаг "девичья поступь", - шаг с каблука, - шаг с подбивкой, - тройной русский ход, ход с вышаркиванием	10	2	8	Показ
4.2	Основные движения русского танца ("припадание", "моталочка"). "Гармошка", "Елочка", "Молоточки"	8	2	6	Показ
4.3	Постановка русского танца «Тимоня»: основные движения танца, перемещения в "тройках", в парах, композиция танца "Тимоня"	14	4	10	Показ

4.4	Отработка русского танца «Тимоня». Работа над чистотой рисунков. Работа над методикой и техникой исполнения движений танца	16	4	12	Педагогическое наблюдение
5.	Воспитательная работа	2	-	2	Фотоотчёт
6.	Итоговое занятие	2	-	2	Открытое занятие
	ИТОГО:	144	40	104	

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 1.«Вводное занятие. Знакомство с детьми».

Теория: задачи, перспективы, особенности хореографической деятельности.

Инструктаж по технике безопасности: пожарная безопасность, при чрезвычайных ситуациях, правила поведения в танцевальном классе и на сцене.

Практика: Планирование работы на год, выбор формы одежды.

### 2. Раздел «Ритмика»

#### 2.1 «Характер и размер музыкальных произведений»

Теория: 1. Основные понятия. От чего зависит размер музыкальных произведений. Понятия об акценте, метрической пульсации, паузах, длительностях, метре, ритмическом рисунке.

Практика: Движение как средство передачи характера и образа музыки. Ритмические упражнения («Ладушки», упражнение на музыку Бетховена «Контр-данс»). Воспроизведение в хлопках и шагах ритмического рисунка, состоящего из четвертей, восьмых, половинных, целых. Развитие творческой активности посредством упражнений, участием в игре, пляске, образных движениях.

#### 2.2 «Выразительные средства музыки»

Теория: Понятия о средствах выразительности музыки (характер музыки, темп, динамические оттенки).

Практика: Выбатывать умение определять движение по изменению темпа: очень медленно, медленно, умеренно быстро, убыстряя, замедляя. Примеры: Витлин «Бубенцы», Чайковский «Грустная песенка», Глинка «Чувство». Отрабатывать движения в различных темпах. Различать в музыке динамические оттенки: очень тихо, тихо, громко, очень громко, затихая, усиливая. Дать понятия: легатто-слитно, стокатто-отрывисто. Музыкальные примеры: русская народная песня «Ай, на горе-то пиво варили», Бетховен «Весело-грустно», Кабалевский «Легкие вариации».

#### 2.3 «Построения, перестроения, интервалы»

Теория: Понятия об интервале, хореографическом рисунке.

Практика: Основные движения: бег, ходьба, подскоки, гимнастические упражнения с предметами и без них. Перестроения: колонна по одному, по два, по четыре, круг, два круга, четыре круга, «веревочка», «змейка», «улитка», гимнастический комплекс на муз. Гречанинова из «Детского альбома»

#### 2.4 «Основные движения детского и исторического танца»

Теория: Ознакомление с основными движениями детского и исторического танца.

Практика: Ходьба: спокойно-сдержанная; неторопливая; высоко поднимая колени; бодрая; различного характера (высокий и осторожный шаг); с продвижением вперед и на месте; на полупальцах; плавная; топающий шаг на всей ступне; пружинный шаг; высокий и тихий шаг; решительный и настороженный шаг.

Бег: легкий; неторопливый танцевальный, стремительный, широкий; легкий пружинный, пружинный с прыжками; на месте и стремительный.

Прыжковые движения: подпрыгивание на двух ногах; поскоки с ноги на ногу; легкие поскоки; сильные поскоки.

2.5 «Танцевально – ритмические, образные игры».

Понятие об игре. Виды игр.

Практика: Развитие творческой активности посредством участия в игре, образных движениях. Образные движения: повадки животных и птиц. Музыкальная игра «Кто живет в лесу» муз. Туманяна. Музыкальная игра «Наша Армия». Уметь показать выразительные образы четырех родов войск: пехота, летчики, кавалеристы, танкисты.

2.6. Исторические танцы (переходный вальс, падеграс, полька, полонез).

Теория: Зарождение исторического танца. Практика: Положения рук в парах.

Практика: Положения рук в парах. Положение корпуса. Композиция танцев.

3. Раздел «Партерная гимнастика»

3.1 «Упражнения для гибкости стопы»

Теория: Значение стопы для танцевальной техники. Различные виды упражнений для гибкости стопы.

Практика: Сокращение и натягивание стопы в выворотном и не выворотном положении, круговое вращение стоп.

3.2 «Упражнения для выворотности стопы».

Теория: Различные виды упражнений для выворотности стопы.

Практика: Упражнения для выворотности стопы, в положении сидя на полу с помощью рук, упражнение «рычаг».

3.3 «Упражнения для гибкости позвоночника».

Теория: Значение спины для выразительности движений танца.

Практика: Упражнения для гибкости позвоночника, в положении лёжа на животе («самолёт», «лодочка», «коробочка», «лягушка») сидя на пятках («гусеница»), стоя на коленях («портрет», «арка»). Упражнение «кошечка».

3.4 «Упражнения для выворотности в тазобедренном суставе».

Теория: Понятие о «выворотности». Значение «выворотности» для техники танца.

Практика: Упражнения для «выворотности» в тазобедренном суставе, в положении сидя на полу, лёжа на животе («бабочка»), лёжа на спине (смена выворотного и невыворотного положения, ронды).

3.5 «Упражнения для пресса».

Теория: Понятия о прессе. Значение сильного пресса для танцевальной техники.

Практика: Упражнения для пресса, в положении лёжа на спине («ножницы», «велосипед», «насос»).

3.6 «Растяжки».

Теория: Виды растяжек. Значение «танцевального шага» для танцевальной техники.

Практика: Растяжки в положении сидя на полу, ноги в «верёвочке» (наклоны корпуса к правой, к левой ноге и между ног), лёжа на спине с помощью противоположной руки вытягиваем рабочую ногу вверх, к плечу.

### 3.7 «Броски ногами из различных положений».

Теория: Понятие натянутой ноги по всей длине. Виды движения ноги на 90 градусов и выше. Методика исполнения бросков.

Практика: Броски ногами из различных положений (лёжа на спине, на боку, стоя на четвереньках).

## 4. Раздел «Русский танец».

### 4.1 «Основные шаги, ходы русского танца».

Теория: Основные понятия: "шаги", "ходы". Методика исполнения шагов, ходов русского танца.

Практика: Исполнение основных шагов, ходов русского танца (простой танцевальный шаг, ход «девичья поступь», шаг с каблука, переменный русский шаг, шаг с подбивкой).

### 4.2 «Основные движения русского танца».

Теория: Особенности характера исполнения русского танца. Методика исполнения движений русского танца.

Практика: Исполнение основных движений русского танца («припадание», «моталочка», «молоточки», «гармошка», «ёлочка» и др.).

### 4.3 «Постановка русского танца «Тимоня».

Теория: Особенности хореографической композиции танца «Тимоня». Практика: Основные положения в парах, тройках. Положения рук, корпуса. Основные движения танца. Композиция танца.

### 4.4 «Отработка русского танца «Тимоня».

Теория: Методика исполнения движений танца «Тимоня».

Практика: Работа над методикой, техникой исполнения, чистотой рисунков, выразительностью исполнения русского танца «Тимоня».

## 5. «Воспитательная работа»

Практика. Воспитательная работа пронизывает все виды деятельности хореографического коллектива: учебную творческую, концертно-исполнительскую, конкурсную. Важное значение в воспитательной работе имеет взаимодействие с классными руководителями, родителями. Активную роль в этом возрасте играет игровой танец. Игровой танец, по мнению исследователей, способствует развитию детского интеллекта (логического и эмоционального), социализации (доверительности, раскрепощённости, общительности, личностному росту).

## 6. «Итоговое занятие»

Практика. Подведение итогов за год. Повторение пройденного материала. Открытый урок.

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Методологической основой программы являются труды теоретиков и практиков хореографического искусства: Вагановой А.Я., Базаровой Н.П., Мей В.П., Александровой Н.А., Домарк В.Ю, Костровицкой В.Н., Медовой М.Л., Шаровой Н.И., авторские идеи и опыт руководства ансамблем классического танца Силантьевой Л.С., Папашвилли Г.А., Лукиной М.М., Н.Н.

Методы обучения:

- словесные методы: лекция, объяснение, чтение, беседа, диалог, консультация;
- методы танцевально-практических действий: упражнения, репетиции; метод танцевального показа;
- наглядный метод обучения (видео-показ, демонстрация, презентация);
- самостоятельная работа в малых группах;
- творческое задание;
- деловая, сюжетно- ролевая игра.

Типы занятий: занятие-теория, занятие-практикум, комбинированное занятие, класс-концерт, концертное выступление.

Использование наглядного материала (фото, видео, презентация).

В зависимости от образовательных задач, которые ставит педагог, занятие может проводиться как с использованием одного метода обучения, так и комбинирования нескольких методов и приемов. Методы проведения занятий характеризуются постепенным смещением акцентов с репродуктивных на саморазвивающие, продуктивные.

Формы работы: групповые, индивидуальные, в малых группах.

Образовательная программа студии предполагает взаимодействие с другими творческими коллективами и организациями, как в пределах гимназии, так и города, края, региона.

Внешние связи определяются участием в праздниках, культурных мероприятиях, фестивалях, организуемых учреждениями культуры, учебными заведениями и общественными организациями на уровне города, края, региона.

**Педагогические технологии:** технология индивидуального обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимодействия, технология дифференцированного обучения, здоровьесберегающая технология.

**Дидактические материалы:** видео и аудиозаписи выступлений, правила поведения на сцене, словари терминов, подборка интернет ресурсов.

**Формы организации образовательной деятельности:** индивидуально-групповая, групповая, открытое занятие, мастер-класс, беседа, практическое занятие, игра, концерт.

**Материально-техническое обеспечение:** для занятий требуется танцевальный класс, музыкальная колонка (или музыкальный центр), музыкальные носители (flash-накопители).

## СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ И РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Литература для педагога:

1. Базарова, Н.П., Мей, В.П. Азбука классического танца / Н.П. Базарова, В.П. Мей - Санкт-Петербург: Изд.-ство «Лань», 2010.- 272 с.
2. Балет, танец, хореография: Краткий словарь танцевальных терминов и понятий./Составитель Н.А. Александрова. - Санкт-Петербург: Изд.-во «Лань», 2009.- 624 с.
3. Ваганова, А.Я. Основы классического танца /А.Я.Ваганова.- Санкт-Петербург: Изд.-во «Лань», 2011.-192 с.
4. Звездочкин, В.А. Классический танец. Учебное пособие. / В.А. Звездочкин.- Санкт-Петербург: Изд.-во «Лань», 2011.- 410 с.
5. Костровицкая, В.Н. 100 уроков классического танца. С 1 по 8 класс. / В.Н. Костровицкая.- Санкт-Петербург: Изд.-во «Планета музыки», 2009.-263 с.
6. Костровицкая, В.Н. Слитные движения. Руки: Учебное пособие. / В.Н. Костровицкая.- Санкт-Петербург: Изд.-во «Лань», 2010.-56 с.
7. Проект Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года.

Интернет-ресурсы:

1. Видео @ mail.ru: Галина: Классический танец  
[http://video.mail.ru/mail/gel\\_sea/532/](http://video.mail.ru/mail/gel_sea/532/)
2. Классические танцы <http://rutube.ru/tracks/2937230.html>
3. Урок классического танца <http://www.bellystardance.ru/studio/video/urok-klassicheskogo-tanca.htm>
4. Школа танцев - Классическая хореография  
<http://school.balanceclub.ru/rus/index/modern/klassika>
5. Школа Классического танца. Сценическая практика. Классический танец, балет./Танцевальная лига- танцы онлайн.  
[http://www.ledyahcollege.ru/photogroup/photos\\_1/](http://www.ledyahcollege.ru/photogroup/photos_1/)
6. Классический танец. Повороты и вращения. Методики.  
<http://videoscope.cc/92879-klassicheskij-tanec-povoroty-i-vraschenija.html>
7. Обучение и школа классического танца <http://teatrix.ru/viewforum.phpf=124>

## Приложение 1.

### Мониторинг качества освоения образовательной программы Объединение « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ учебный год

Педагог: \_\_\_\_\_

№	Группа - Год обучения - Ф.И. ребёнка	Название раздела (блока) программы								Творческий выход	
		Раздел	Раздел	Раздел	Раздел	Раздел	Раздел	Итоговый показатель по каждому ребенку	Уровень воспита нности		
Процент качества знаний:											

Процент качества знаний:  $(n \text{ «5»} + n \text{ «4»} + n \text{ «3»} \dots) \times 100\% / \text{ на } n \text{ учащихся в группе}$   
n – количество.

Оценочная шкала:

менее 75% - очень низкий уровень;

75 – 84% - низкий уровень;

85 – 94% - средний уровень;

95 – 100% - высокий уровень.

Вывод:

Анкета для родителей

Название объединения \_\_\_\_\_

ФИО педагога \_\_\_\_\_

*Уважаемые родители, данное исследование предполагает изучение потребностей, связанных с улучшением организации свободного времени Ваших детей.*

Фамилия, имя ребенка \_\_\_\_\_

ФИО родителя \_\_\_\_\_

Какие изменения Вы видите в своем ребенке после занятий в объединении?

\_\_\_\_\_

Удовлетворены ли Вы организацией учебно – воспитательного процесса?

\_\_\_\_\_

Удовлетворены ли Вы качеством образовательного процесса?

\_\_\_\_\_

Удовлетворены ли Вы взаимоотношениями педагога с учащимися?

\_\_\_\_\_

Удовлетворены ли Вы успехами Вашего ребенка в результате занятий в объединении?

\_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

Подпись \_\_\_\_\_