

Муниципальное казенное учреждение
Управление образования Ковдорского муниципального округа
Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования Ковдорского муниципального округа
«Центр детского и юношеского творчества»

ПРИНЯТА
педагогическим советом
Протокол
от « 19 » мая 2024 г.
№ 5

УТВЕРЖДЕНА
Приказом МАУ ДО ЦДЮТ
№ 99-А
от « 20 » мая 2024 г.
Директор  Яковлева Т.Б.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«КАРУСЕЛЬКА»
(хореографический КОЛЛЕКТИВ)

Возраст обучающихся: 6-9 лет
Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель:
Шулепова Е.П., педагог
дополнительного образования

Ковдор
2024

Пояснительная записка

Направленность программы – художественная

Уровень программы – стартовый

Как и всякое искусство, танец доставляет ни с чем несравнимое удовольствие. Именно в танце можно познать свой дух и свое тело, выразить все свои чувства. Танцующий стремится выразить свои настроения и эмоции в пластически красивой и эстетически совершенной форме. Свобода и легкость движений, красота и пластичность радует и танцоров, и зрителей. И само обучение танцу является активным творческим процессом. Преодолевая трудности, тренируя тело и осваивая лексику танца, человек познает красоту танцевального творчества. Каждый желающий научиться танцевать может освоить минимум движений, использовать их и получить при этом настоящее удовольствие. Систематические занятия танцами развивают фигуру и вырабатывают красивую осанку, делают все движения грациозными, а внешность элегантной.

Программа разработана в соответствии со следующими законами и нормативными документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28, г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Постановление Главного государственного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р).
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы). Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015г. № 09-3242.
- Устав МАУ ДО ЦДЮТ.

Отличительные особенности программы:

1. Использование метода ассоциативной игры для адаптации детей в новом коллективе и наибольшей восприимчивости учебного материала;
2. Использование здоровьесберегающих технологий на занятиях

Актуальность программы: организация полезно - досуговой деятельности детей, сохранение и укрепление здоровья детей.

Срок реализации программы – 1 год.

Форма организации занятий: групповая

Режим занятий: 72 часа

1 раз в неделю по 2 учебных часа.

Количество обучающихся: 10 – 12 человек

Возраст: 6-9 лет

Условия набора в объединение:

Для занятий в танцевальном коллективе родители (или их законные представители) предоставляют:

- заявление установленного образца.
- согласие на обработку персональных данных

Цель программы:

Способствовать творческому и эстетическому развитию детей посредством занятий хореографией

Основные задачи:*Обучающие*

- создать условия для раскрытия творческого потенциала каждого ребенка средствами хореографического искусства и танцевальной импровизации;
- учить детей владеть выразительными средствами танца, способствовать их физическому развитию, совершенствованию общей и эстетической культуры;

Развивающие

- развивать фантазию, воображение, наглядно-образное и ассоциативное мышление, самостоятельное художественное осмысление; развивать у обучающихся творческие способности, координацию, выразительность, точность движений, пластичность, музыкальный вкус и кругозор;

Воспитательные

- способствовать формированию духовно богатой, гуманистически ориентированной, развитой, творческой личности средствами танцевального искусства.
- прививать ребенку чувство коллективизма, навыки работы в группе;

Ожидаемые результаты

должны знать:

- Упражнения партерной гимнастики
- Технику безопасности при выполнении упражнений
- Здоровьесберегающие упражнения
- Комплекс ритмических упражнений

должны уметь:

- Выполнять здоровьесберегающие упражнения с помощью педагога
- Выполнять упражнения по диагонали и по кругу
- Выполнять упражнения партерной гимнастики
- Выполнять комплекс ритмических упражнений

Формы контроля

При реализации программы контроль проводится в виде наблюдения и опроса в связи с возрастом учащихся.

Результаты контроля

№	Фамилия, имя обучающегося	Практическая работа	Теоретическая подготовка	Общеучебные умения и навыки	Итоговая оценка	Уровень знаний

Уровень знаний: по 5- бальной системе (12-15 баллов – высокий, 8-11 баллов – средний, до 7 баллов – низкий)

Содержание контроля

Уровень освоения программы (критерии оценки):

3 балла- справляется самостоятельно

2 балла- справляется с помощью педагога

1 балл – справляется с трудом (даже при помощи педагога) или не справляется совсем.

Теоретическая подготовка:

-Знание техники безопасности при выполнении пластических упражнений и в портерной гимнастике.

-Умение объяснить для чего необходима разминка, в чем содержание того или иного упражнения.

Практическая подготовка:

Умение выполнять упражнения:

- Музыкально – ритмические упражнения (выполнение различных музыкально-ритмических связок, сочетание ходьбы и бега, движения под музыку, музыкальные игры)

- Элементы классической хореографии (основные позиции ног, рук; положение корпуса; музыкальность исполнения элементов)

- Элементы народного танца (отличительные особенности; шаг; повороты и вращения; положения рук и ног)

- Исполнение танцевальной композиции (скорость освоения новых танцевальных элементов и качество их выполнения).

Обще учебные знания и умения:

- Правила поведения в Центре детского творчества

- Правила поведения при чрезвычайных ситуациях

Учебный план

№	Тема	Всего	Практ.	Теор.	Форма контроля.
1.	Вводное занятие	2	1	1	
	Проверка знаний и умений	2	1	1	Наблюдение,

					собеседование
2.	Партерная гимнастика	12	10	2	
3.	Упражнения по кругу	10	8	2	
4.	Музыкально-ритмические упражнения	10	8	2	
5.	Развитие танцевального шага	10	8	2	
	Пространственная ориентировка и движение	6	4	2	Наблюдение, опрос
	Танцевальные этюды и игры	8	7	1	
6.	Комплекс здоровьесберегающих упражнений	10	8	2	
7.	Итоговое занятие. Итоговый контроль.	2	1	1	Наблюдение, практические упражнения
	Всего:	72 часа	56	16	

Содержание

Вводное занятие

Теоретическая часть:

Знакомство с обучающимися. Техника безопасности. Беседа с родителями и детьми. Краткое содержание курса.

Практическая:

Игра «Давай познакомимся».

Партерная гимнастика:

Теоретическая часть: Упражнения на растяжку:

«Лягушка», «Коробочка», «Мостик», «Березка», «Лодочка», кувырок вперед, кувырок назад, «Бревнышко», «Коромысло»

Практическая часть:

Выполнение упражнений.

Упражнения по кругу:

Теоретическая часть:

Понятие «Круг», «По часовой стрелке», «Против часовой стрелки».

Практическая часть:

- Выполнение упражнений: полька, подскок, бег с поджатыми, галоп (через правое, через левое плечо), прыжки на двух ногах, прыжки на одной ноге, перескоки.
- Шаг на полу пальцах, внутренней и внешней стороне стопы.
- Марш.

Музыкально-ритмические упражнения

Теоретическая часть

- Музыкальные размеры - 4/4, 2/4, 3/4.
- Знакомство с характером музыки.
- Упражнение для мышц шеи, плеч, рук, корпуса, ног, стоп;

- Выпады вперед, в сторону;
- Прыжки по I поз., по II поз., по VI поз. ног.

Музыкально-ритмические движения:

Положения ног:

- 1-е свободное положение ног;
- 2-е свободное положение ног;
- 3-е свободное положение ног.
- Положение корпуса;
- Работа рук;
- Сочетание ходьбы и бега;
- Прыжки на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону, на двух ногах, с ноги на ногу, в поворотах, отбрасывание ног назад;
- Вынос вытянутой ноги вперед в сторону на носок и на каблук;
- Сочетание прыжков с другими движениями;
- Подскоки на месте и с продвижением;
- Сочетание подскоков с другими движениями и ритмическими хлопками;
- Галоп и шаг польки.
- Музыкальные игры.
- Музыкальные игры: "Гори, гори ясно", "Золотой петушок".
- Активизация и развитие творческих способностей у детей

Практическая часть

Выполнение практических упражнений.

Развитие танцевального шага

Теоретическая часть

Упражнения, направленные на развитие эластичности мышц ног:

Складка, наклоны вперед на вытянутые ноги, парные растяжки.

- Подготовка к шпагатам.
- Пилатес.

Практическая часть

Выполнение упражнений.

Пространственная ориентировка и движение

Теоретическая часть

Понятие ориентировки в пространстве. Схема учебного зала, сценической площадки (по А. Я. Вагановой). Понятие «интервал», «линия». Индивидуальная ориентировка, ориентировка в пространстве, построения и фигурные передвижения: — различие правой и левой ног, рук, плеч; — повороты вправо и влево; — вперед, назад, в сторону; вперед и назад по диагоналям; вокруг себя на месте и по кругу; — построение в линии; — построение и перестроение в «шахматном» порядке; — построение и перестроение в колонну по одному, по два в пары и обратно; — перестроение из колонны в шеренгу и обратно; — построение и перестроение в диагональ; — построение в круг, сужение и расширение круга; — построение из круга в диагональ и наоборот; — построение из круга в одну или две линии; — «воротца», «змейка», «спираль»; — свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, шеренгу или круг

Практическая часть

Выполнение практических упражнений.

Танцевальные этюды и игры

Теоретическая часть

Танцевальные этюды:

«Ойра-ойра»

«Бесконечный галоп»

«Карусель»

«Хлопушка»

«Лягушата»

«Мы - моряки»

«Хоровод «Колесо»

«Зелененький вагончик» и др.

Изучение ритмических и танцевальных этюдов может варьироваться по усмотрению педагога и зависит от подготовленности учащихся.

Танцевальные игры: «Золотые ворота», «Ручеек», «Лавата», «Куча-мала», «Веселый паровозик», «Оркестр», «Правая-левая» и др.

Практическая часть

Выполнение танцевальных этюдов и игр.

Комплекс здоровьесберегающих упражнений:

Теоретическая часть:

Упражнения, направленные на сохранение и укрепление здоровья: вытяжка, комплекс упражнений на профилактику плоскостопия, комплекс упражнений на профилактику сколиоза

Практическая часть:

Выполнение упражнений,

Итоговое занятие.

Итоговый контроль. Практические упражнения.

Условия реализации программы

Материально-техническое оснащение:

- зал для проведения занятий,
- магнитофон,
- гимнастические маты для выполнения упражнений,
- станки,
- коврики для партерной гимнастики,
- форма для занятий,
- фонотека классических, народных и современных произведений.

Методическое обеспечение программы

В процессе обучения используются следующие методы:

- словесный;
- репродуктивный;

- частично-поисковый.

Обучение детей основывается на следующих педагогических принципах:

- лично - ориентированном подходе;
- признании самобытности и уникальности каждого воспитанника объединения;
- культуросообразности (приобщение обучающегося к современной мировой культуре и их ориентация на общечеловеческие и культурные способности ребёнка; самостоятельной работы);
- самостоятельное выполнение упражнений;

Литература

1. Балет. Танец. Хореография: Краткий словарь танцевальных терминов и понятий. - М.: Лань, Планета музыки, **2016**. - 416 с.
2. Безуглая, Г. А. Музыкальный анализ в работе педагога-хореографа. Учебное пособие / Г.А. Безуглая. - М.: Планета музыки, Лань, 2015. - 272 с.
3. Зарецкая, Н. В. Танцы для детей среднего дошкольного возраста: пособие для практических работников ДОУ / Н. В. Зарецкая. - М. : Айрис -пресс, 2008. - 112с
4. Костровицкая, В. 100 уроков классического танца / В. Костровицкая. - М.: Искусство, **2013**. - 240 с.
5. Крылов, В. Н. Памятка по современному танцу / В.Н. Крылов, Г.И. Беляев. - М.: ГосФилармония на КМВ, **2015**. - **795** с.
6. Сапогов, А. А. Школа музыкально-хореографического искусства / А.А. Сапогов. - М.: Лань, Планета музыки, 2014. - 264 с.
7. Ткаченко, Т. Народный танец / Т. Ткаченко. - М.: Искусство, **2016**. - 684 с.
8. Холл, Д. Учимся танцевать. Веселые уроки танцев для дошколят: практическое пособие / Джим Холл. - М. : АСТ: Астрель, 2009. - 184с.

Календарный учебный график
по программе «Каруселька»

№ п/п	Месяц	Форма занятия	Кол. часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	Очная	2	Вводное занятие. Техника безопасности. Правила поведения.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
2		Очная	2	Проверка знаний и умений. Оценка уровня первоначальной подготовки.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение
3		Очная	2	Партерная гимнастика. Основные элементы партерной гимнастики.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
4		Очная	2	Партерная гимнастика. Упражнения на растяжку: складка, коробка, качели, русалка, кольцо.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
5	Октябрь	Очная	2	Партерная гимнастика. Пилатес.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
6		Очная	2	Партерная гимнастика Повторение изученного материала. .Обобщение	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
7		Очная	2	Партерная гимнастика. Повторение изученного материала.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
8		Очная	2	Упражнения по кругу. Техника безопасности при выполнении	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа

				упражнений.		
9	Ноябрь	Очная	2	Упражнения по кругу. Введение.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
10		Очная	2	Упражнения по кругу Подскок, галоп, бег с поджатыми.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
11		Очная	2	Упражнения по кругу. Составление комплексов из уже изученных упражнений. Попеременное чередование упражнений.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
12		Очная	2	Упражнения по кругу Круг-ассоциация. «Зоопарк»	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
13	Декабрь	Очная	2	Музыкально- ритмические упражнения. Введение.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
14		Очная	2	Музыкально- ритмические упражнения. Музыкальная игра.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
15		Очная	2	Музыкально- ритмические упражнения. «Паровозик»	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
16		Очная	2	Музыкально- ритмические упражнения. Ритмические прыжки.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
17	Январь	Очная	2	Проверка знаний и умений. Парные упражнения.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
18		Очная	2	Музыкально- ритмические упражнения. Повторение изученного материала. Обобщение	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа

19		Очная	2	Развитие танцевального шага. Введение. Техника безопасности во время растяжки.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
20	Февраль	Очная	2	Развитие танцевального шага. Согревающий комплекс.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
21		Очная	2	Развитие танцевального шага Работа в паре.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
22		Очная	2	Развитие танцевального шага Пластика и техника.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
23		Очная	2	Развитие танцевального шага. Повторение и обобщение.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
24	Март	Очная	2	Пространственная ориентировка и движение. Понятие «плеча».	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
25		Очная	2	Пространственная ориентировка и движение. Право, лево, вперед, назад.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
26		Очная	2	Пространственная ориентировка и движение. Перемещение по залу.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
27		Очная	2	Танцевальные этюды и игры. «Хоровод «Колесо».	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
28	Апрель	Очная	2	Танцевальные этюды и игры. «Бесконечный галоп».	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
29		Очная	2	Танцевальные этюды и игры «Хлопушки»	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
30		Очная	2	Танцевальные этюды и игры. «Ойра-Ойра».	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
31		Очная	2	Упражнения на	Кабинет	Наблюдение.

				сохранение и укрепление здоровья. Профилактика плоскостопия.	«Танцевальный класс»	Самостоятельная работа
32		Очная	2	Упражнения на сохранение и укрепление здоровья. Введение.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
33	Май	Очная	2	Упражнения на сохранение и укрепление здоровья. Упражнения на укрепление позвоночного столба.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
34		Очная	2	Упражнения на сохранение и укрепление здоровья. Упражнения на профилактику сколиоза.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
35.		Очная	2	Упражнения на сохранение и укрепление здоровья. Обобщение и повторение.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа
36		Очная	2	Заключительное занятие.	Кабинет «Танцевальный класс»	Наблюдение. Самостоятельная работа

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 4835656658306762258586771097330814030569097802462

Владелец Яковлева Татьяна Борисовна

Действителен с 19.03.2024 по 19.03.2025