

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
ХУДОЖЕТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«КРУЖЕВА»

(детский ансамбль народного танца)

Возраст обучающихся: 5-8 лет
Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель:
педагог дополнительного
образования:
Есикова М.Д.

Ковдор
2024

Пояснительная записка

Направленность программы: художественная

Тип программы: модифицированная

Уровень реализации: стартовый

Программа разработана в соответствии со следующими законами и нормативными документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. № 678-р.;
- 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 молодёжи»;
- 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»;
- Устав МАУ ДО ЦДЮТ.

Занятие хореографией способствует нормальному развитию и функциональному совершенствованию детей, сочетает в себе согласованность занятий с возрастной физиологией и психологией. В процессе обучения ребенок воспринимает информацию - основную и дополнительную, решает определенные задачи, контролирует качество исполнения, вносит коррективы, осмысливает выразительные средства.

В настоящее время возросла роль традиционной народной культуры в жизни общества. Это объясняется тем, что в период сложных социальных процессов, происходящих внутри страны и на международной арене, активизируются поиски путей, позволяющих усилить популяризацию и внедрение в систему дополнительного образования изучение русской народной художественной культуры.

С помощью народного танца в душе ребенка сохраняются истоки национальной культуры, формируется причастность к народным традициям, прививается любовь к нашей истории. На занятиях народным танцем ребенок расширяет свой кругозор, получает представление о танцевальном искусстве народов мира, узнает об истории народа, музыки, костюма, приобретает нравственные корни своего эстетического воспитания и образования.

При составлении данной образовательной программы был рассмотрен опыт работы педагога Митиной С.В. - образовательная программа «Танцевальная гимнастика для детей младшего школьного возраста» и программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ Варениченко К.С. «Гимнастика.Ритмика.Танец» и Пшеничником Н.И. «Хореографический кружок».

Отличительные особенности программы:

- использование метода ассоциативной игры при занятиях с младшими школьниками для адаптации детей в новом коллективе и наибольшей восприимчивости учебного материала;

- программа рассчитана на детей без специальной подготовки. Она построена с учетом анатомо-физиологических особенностей ребёнка (чувство ритма, музыкальный слух, гибкость, растяжка), а также основана на изучении детской психологии (память, координация движений, мышление).

Актуальность программы обусловлена приобщением обучающихся к здоровому образу жизни, укреплению физического здоровья, получением детьми общего эстетического, морального и физического развития.

Педагогическая целесообразность обусловлена важностью художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей хореографических занятий, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия.

Значимость программы для обучающихся. Программный материал нацелен на развитие ребенка, приобщение его к здоровому образу жизни, способствует развитию творческих способностей детей; эмоциональной, образной сферы обучающихся, чувства сопричастности к культуре своего народа, прививает вкус к искусству, к развитию личности в целом.

Народный танец воспитывает навык правильной осанки, гармонично развивая всё тело, раскрепощая движение, способствует воспитанию опорно-двигательного аппарата, уравновешивая право – и левостороннее развитие всех мышц корпуса и конечностей, развитию сложной координации движений, расширению двигательного диапазона, тренировке дыхательной и сердечно – сосудистой системы, повышая тем самым жизненную активность организма ребёнка.

Цель программы:

создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству хореографии.

Задачи программы:

- формирование начальных знаний, умений и навыков в области хореографии;
- развитие образного мышления и фантазии;
- развитие индивидуальных творческих способностей обучающихся;
- формирование у обучающихся социальной активности, гражданской позиции, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни.

Возраст обучающихся: 5-8 лет

Количество обучающихся в группе: 12-15 человек

Объём программы: 144 часа

Срок реализации программы: 1 год

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 учебных часа

Форма организации образовательного процесса: групповая

Условия набора в объединение:

Для занятий по программе родители обучающихся (или их законные представители) предоставляют:

- заявление установленного образца;
- согласие родителей на обработку персональных данных.

Условия реализации программы

- Оборудованный балетными станками и зеркалами просторный класс;
- Раздевалка для обучающихся;
- Наличие специальной танцевальной формы;
- Музыкальный материал для проведения занятий
- Наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем;
- Наличие музыкальной фонотеки;
- Наличие сценических костюмов;
- Наглядные пособия и методические разработки, специальная литература.

Ожидаемые результаты

Предметные результаты:

В конце обучения дети должны

знать:

- правила безопасности при выполнении упражнений;
- гимнастические упражнения в партере и на середине зала;
- первоначальные хореографические навыки: (положения рук и ног по позициям, построение на середине зала, постановка корпуса, выворотность ног);

уметь:

- грамотно выполнять выученные движения и комбинации в партере и на середине зала;
- поддерживать правильную осанку;
- выработать гибкость, выворотность стоп, растяжку;
- выполнять хореографические связки и отрывки танцевальных композиций с помощью педагога;
- грамотно выполнять выученные движения и комбинации.

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление ответственного отношения к обучению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию;
- проявление самостоятельности, личной ответственности за свои поступки;
- формирование уважительного отношения к народным традициям;
- формирование и развитие компетентности в области творчества

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Формы диагностики результатов

- **диагностика** первоначальных умений и навыков детского хореографического коллектива, проводится в виде наблюдения и опроса в связи с возрастом учащихся.

- **промежуточный контроль** проводится после первого полугодия обучения по программе (декабрь – январь) в форме открытого занятия. Анализ полученных результатов позволяет педагогу наметить индивидуальную работу с детьми по каждому разделу программы, оказать необходимую консультативную помощь родителям.

- **итоговый контроль**, проводимый после завершения всей учебной программы (практическое упражнение, итоговое мероприятие).

Учебный план

№	Тема	Всего	Теория	Практика	Формы контроля
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Первичная диагностика	2	1	1	Собеседование, наблюдение
2.	Позиции ног	18	6	12	
3.	Позиции и положения рук:	18	6	12	
4.	Основы и элементы русского танца	28	10	18	
5.	Промежуточный контроль	2	-	2	Открытое занятие, наблюдение, практические упражнения
6.	Изучение экзерсиса у станка	16	5	11	
7.	Изучение движений на середине зала	20	6	14	
8.	Постановочная работа	22	4	18	
9.	Репетиционная работа	16	-	16	
10.	Итоговое занятие	2	-	2	Творческий отчет перед родителями
	Итого	144	38	106	

Содержание программы

1. Вводное занятие.

Инструктаж по технике безопасности. Первичная диагностика.

2. Позиции ног: Пять прямых:

1-я – обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп;

2-я – обе ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы друг от друга;

3-я – обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп, каблук одной ноги находится у середины стопы другой;
4-я – обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом на расстоянии стопы;
5-я – обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом; каблук одной ноги соприкасается с носком другой.
Пять свободных: Во всех пяти свободных позициях ноги поставлены так, что стопы находятся в направлении между соответствующими открытыми и прямыми позициями.

Две закрытые: 1-я закрытая – обе ноги повернуты внутрь и поставлены носками вместе; каблуки разведены в стороны; 2-я закрытая – обе ноги повернуты внутрь и поставлены друг от друга на расстоянии стопы между носками, каблуки разведены в стороны. Во всех перечисленных позициях тяжесть корпуса распределена равномерно на обе ноги, ноги в коленях вытянуты.

Практика.

Выполнение практических упражнений.

3. Позиции и положения рук: Семь позиций:

1-я, 2-я, 3-я позиции аналогичны 1-й, 2-й и 3-й позициям рук классического танца.

4-я – руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии; большой палец сзади, четыре других, собранных вместе, спереди. Плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии.

5-я – обе руки скрещены на уровне груди. Но не прикасаются к корпусу. Пальцы, собранные вместе, лежат сверху плеча разноименной руки, чуть выше локтя.

6-я – обе руки согнуты в локтях, которые слегка приподняты и направлены в стороны. Указательные и средние пальцы прикасаются к затылку.

7-я – обе руки согнуты в локтях и заложены за спину на талии. Запястье одной лежит на запястье другой руки.

Подготовительное положение – обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты ладонью к корпусу.

1-е положение – обе руки, округленные в локтях, раскрыты в стороны между подготовительным положением и 2-й позицией: кисти находятся на уровне талии; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

2-е положение – обе руки, округленные в локтях, раскрыты в стороны на высоте между

3-й и 2-й позициями; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

Практика.

Выполнение практических упражнений.

4. Основы и элементы русского танца

История развития русского народного танца. Связь русского народного танца с историей, бытом и обычаями народа. Хороводы, кадрили, переплясы и пляски. Сюжеты (лирические, игровые, веселые и удалые). Простые и сложные движения.

Практика.

Выполнение практических упражнений.

5. Промежуточный контроль – открытое занятие. Выполнение практических упражнений

6. Изучение экзерсиса у станка

- Demi et grand plie по 1,2,3, позициям - деми-плие (фр. demi-plié) — полуприседание, при котором пятки остаются прижатыми к полу. Гран-плие (фр. grand plié) — глубокое приседание с максимальным сгибом коленного сустава, при этом пятки слегка отрываются от пола. При выполнении grand plié в выворотной II позиции пятки плотно прижимаются к полу

Плие развивает эластичность суставно-связочного аппарата и выворотность в тазобедренном и коленном суставах, способствует развитию прыжка за счет растягивания ахиллесова сухожилия. Добавление плие на опорной ноге во время выполнения батманов или в какой-либо устойчивой позе позволяет выработать мышечную силу.

- Battement tend «крестом» - скользящее движение стопой в положение ноги на носок вперёд, в сторону, назад с возвращением скользящим движением в исходное положение.

Исполнение крестом – вперед, в сторону, назад, в сторону, не более 8 раз в каждом направлении. Голова на первом этапе – en fase, затем при исполнении battement tendu вперед и назад голова поворачивается в сторону, при исполнении battement tendu в сторону – голова прямо.

- Battement tend jete «крестом»- бросок рабочей ноги в положение ноги на носок вперед, в сторону, назад с возвращением в исходное положение.

- Соединение Battement tend «крестом» с Battement tend jete.

Практика.

Выполнение практических упражнений.

7. Работа на середине зала

- Простой и двойной «ключ» - дробные выстукивания на середине зала.

- «Моталочка «и «Ковырялочка» - моталочка (— это плясовое движение в русском народном танце, которое заключается в поочередных маховых движениях ногами (от себя — к себе одной, а затем от себя — к себе другой ногой).

Ковырялочка – это одно из основных движений русского народного танца.

Заключается в смене положения ноги «на носок» на «на пятку». Легко комбинируется с самыми разными движениями.

- «Гармошка»— это движение в русском народном танце, которое заключается в передвижении танцора боком посредством последовательного сведения и разведения носков и пяток.

- «Веребочка» - движения ног в танце имитируют процесс завивания веревки. Это упражнение воспитывает силу, выносливость. Оно укрепляет голеностоп, легко сочетается с другими движениями.

8. Постановочная работа. Постановка хореографических композиций: «Моя Марусечка». «Барыня». «Во поле»

9. Репетиционная деятельность: хореографических композиций: «Моя Марусечка». «Барыня», «Во поле». Танцевальные импровизации.

Практика.

Отработка разученных танцевальных движений. Самостоятельное творчество детей на заданную музыкальную композицию.

10.Итоговый контроль - творческий отчет перед родителями. Выполнение упражнений. Танцевальные композиции.

Методическое обеспечение программы

В процессе обучения используются следующие методы:

- словесный;
- репродуктивный;
- практический⁴
- частично-поисковый.

Обучение детей основывается на следующих педагогических принципах:

- личностно-ориентированный подход;
- признание самобытности и уникальности каждого воспитанника объединения;
- культуросообразность (приобщение обучающихся к современной мировой культуре и их ориентация на общечеловеческие и культурные ценности);
- самостоятельное выполнение упражнений.

Контроль знаний:

Контроль знаний проводится в следующих формах:

- наблюдение
- собеседование
- практические задания

Формы демонстрации результатов:

- открытое занятие
- творческий отчёт.

Участие обучающихся в:

- мероприятиях Центра детского и юношеского творчества.

Литература

1. Богданов Г.Ф. «Русский народный танец. Теория и история» - Москва: Юрайт, 2019.
2. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца: упражнения у станка» - Москва: Владос, 2002.
3. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца: танцевальные движения и комбинации на середине зала» - Москва: Владос, 2004.
4. Зайцев Е.В., Колесниченко Ю.В. «Основы народно-сценического танца», 2007.
5. Зарецкая Н.В. «Танцы для детей младшего дошкольного возраста» - Москва: Айрис-пресс, 2008.
6. Картушина М. Ю. «Логоритмические занятия для всех возрастов» - Москва: ТЦ Сфера, 2009.
7. Колодницкий Г. А., Кузнецов В. С. «Физическая культура: Ритмическое развитие, хореография» - Москва: Кнорус, 2016.
8. Колодницкий Г.А «Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры» - Москва: Дрофа, 2003.
9. Коренева Т.Ф «Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего возраста» - Москва: Владос, 2001.
10. Лопухов А.В., Ширяев А.В., Бочаров А.И. «Основы характерного танца» – Санкт-Петербург «Лань», «Планета музыки», 2008.
11. Филиппова А.В. «Краткий словарь танцев» – Москва «Флинт», «Наука», 2011.

Интернет-ресурсы

1. https://vk.com/topic-188119039_46663191
2. https://nmdshi.uln.muzkult.ru/media/2018/09/17/1217333811/Gusev_G.P._Metodika_prepodavaniya_narodnogo_tanca.pdf
3. http://nov-school.crm.eduru.ru/media/2021/01/28/1247245333/Kruzhok_Tanczuj_vmeste_s_nami_7-A_klass.pdf
4. https://drive.google.com/file/d/0B3ZFZli4KPIUbs4cjhONUxxbGM/view?resourcekey=0-nhs6E3GqtFfqJ4KU_RSGMA
5. https://vk.com/wall73203330_1897

по программе «Кружева»

Количество учебных недель: 36

Срок реализации программы: 1 учебный год (1 сентября 2022 г. – 31 мая 2023 г.);

Режим проведения занятий: 1 раз в неделю по 2 учебных часа;

Праздничные и выходные дни: согласно государственному календарю.

Во время каникул занятия проводятся в соответствии с учебным планом, допускается изменение расписания.

Итоговая диагностика знаний, умений и навыков учащихся объединения «Кружева»

Уровень освоения программы (критерии оценки):

3 балла - справляется самостоятельно - высокий уровень освоения программы (7-9 баллов)

2 балла - справляется с помощью педагога – средний уровень (4-6 баллов)

1 балл - справляется с трудом (даже при помощи педагога) или не справляется совсем – низкий уровень (1-3 балла)

Содержание:

Теоретическая подготовка:

- Умение объяснить: необходимость разминки, содержание того или иного упражнения.

Практическая подготовка:

Умение выполнять упражнения:

- Партерная гимнастика («шпагат», «складочка», «мост», «кольцо», «бабочка», «лягушка», «березка»);

- Упражнения на середине зала (равновесия, прыжки);

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

Общеучебные знания и умения:

- Правила поведения в Центре детского и юношеского творчества и в зале;

- Правила поведения при чрезвычайной ситуации.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 483565658306762258586771097330814030569097802462

Владелец Яковлева Татьяна Борисовна

Действителен с 19.03.2024 по 19.03.2025