

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ»  
П. УСТЬ-КАМЧАТСК

ПРИНЯТО на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 1  
«28» августа 2023 г.



УТВЕРЖДЕНО  
Приказом № 87/1  
«28» августа 2023 г.  
И.о. директора МБУДО «ЦДОД»  
Г.А. Шлычкова

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«Сулустар – Беби»

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 144 часов

Возрастная категория: 4-5 лет

Состав группы: 8-10 человек

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

ИД-номер Программы в Навигаторе: 2437

Автор составитель: Глухова Ольга Аркадьевна  
педагог дополнительного образования

п. Усть-Камчатск  
2023г.

## Паспорт дополнительной общеразвивающей программы

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования детей  
«Центр дополнительного образования детей» п. Усть-Камчатск

Название программы	«Сулустар –Беби»
Направленность программы	художественная
Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Глухова Ольга Аркадьевна
Год разработки	2023
Краткое описание программы	<p>Ознакомительный характер программы дает возможность детям попробовать себя в хореографической деятельности, определиться с выбором хореографического направления.</p> <p>Для родителей – это возможность разобраться с логикой дополнительного образования, понять преемственность его ступеней, наметить общую линию индивидуального развития своего ребенка.</p>
Цель	Создание условий для раскрытия хореографических способностей каждого учащегося и преодоления психологических барьеров, мешающих полноценному самовыражению.
Задачи	<p><u>Образовательные задачи:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- формирование первоначальных знаний детей в области хореографической культуры;</li><li>- формирование у детей хореографической пластики, музыкального ритма, моторно-двигательной памяти.</li></ul> <p><u>Развивающие задачи:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- развитие фантазии и образного мышления обучающихся;</li><li>- формирование навыков творческого самовыражения средствами хореографии; изучение основ актёрского мастерства танцоров.</li></ul> <p><u>Воспитательные задачи:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- художественное воспитание, формирование эстетического вкуса, коммуникативной культуры;</li><li>- нравственное воспитание, выражающееся, в частности, в соблюдении правил поведения в коллективе, трудолюбии, взаимопомощи;</li><li>- формирование учебной мотивации, эмоционального, физического и психического здоровья обучающихся</li></ul>

Ожидаемые результаты освоения программы	<p><u>Предметные компетенции</u> - знания и умения, предусмотренные программой.</p> <p><u>Ценностно-смысловые</u> - смысловое целеполагание своих действий и поступков.</p> <p><u>Общекультурные</u> - овладение эффективными способами организации своего досуга.</p> <p><u>Учебно-познавательные</u> - овладение креативными навыками продуктивной деятельности.</p> <p><u>Информационные</u> - навыки работы с информацией.</p> <p><u>Коммуникативные</u> - владение способами адекватного взаимодействия со сверстниками и взрослыми.</p> <p><u>Личного самосовершенствования</u> - владение способами физического, духовного и интеллектуального саморазвития, эмоциональной само-регуляции.</p>
Сроки реализации программы	1 год
Количество часов в неделю/год	4 часа в неделю / 144 в год
Возраст обучающихся	4 – 5 лет
Форма занятий	Очная
Методическое обеспечение	<ul style="list-style-type: none"> <li>- методические разработки</li> <li>- подборка специализированной литературы</li> <li>- подборка материалов из сети Интернет на электронных носителях</li> <li>- видеоархив</li> <li>- фотоархив</li> <li>- аудио\архив</li> <li>- сценарные планы</li> <li>- презентации педагога</li> </ul>
Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)	<p><u>Помещения:</u> учебный кабинет, раздевалки для девочек, раздевалки для мальчиков, душевые, подсобки для спортивного инвентаря, подсобки для оборудования, тренерская, костюмерная.</p> <p><u>Оборудование:</u> станок, зеркала, кондиционер, пылесос для влажной уборки.</p> <p><u>Аппаратура:</u> музыкальный центр, ноутбук, телевизор колонка, проектор, свето\музыка.</p> <p><u>Музыкальные инструменты:</u> баян, фортепиано, синтезатор, бубны, шумовые фольклорные инструменты</p> <p><u>Информационное обеспечение:</u> стенды, подборка специализированной литературы, подборка материалов из</p>

	<p>сети Интернет на электронных носителях, раздаточный материал, аудио и видео материал, нотный материал, рекламная продукция, видеоархив, фотоархив, аудио\архив, сценарные планы, презентации педагога, программное обеспечение (Paint, Power Point, Internet Explorer и др.)</p> <p><u>Форма:</u> тренировочная форма заданного цвета для занятий для девочек и мальчиков, сценическая форма для девочек и мальчиков, сценические костюмы, сценический инвентарь.</p> <p><u>Тренировочный инвентарь:</u> гимнастические коврики, гимнастические кирпичики, набор лент гимнастических для фитнеса, растяжек гимнастических для фитнеса, полусфера для отработки апломба, мячи, весы половые, турник. и.т.д.</p>
--	---

## 1. Пояснительная записка

Программа составлена, в соответствии со следующими **нормативно – правовыми документами**, регламентирующие образовательную деятельность:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).

2. Методические рекомендации Министерства образования и науки Российской Федерации «Инструментарий работника Системы дополнительного образования детей».

3. Методические рекомендации для субъектов Российской Федерации по вопросам реализации основных и дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме.

4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации»; Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разно\уровневые программы).

5. Письмо Министерства просвещения РФ от 19 марта 2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций»; Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24 апреля 2015 года № 729-р «Концепция развития дополнительного образования детей».

7. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями и дополнениями).

При разработке программы учитываются внутренние документы учреждения:

1. Устав МБОУ ЦДОД п. Усть-Камчатск
2. Положение о порядке разработки и утверждения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы МБОУ «ЦДОД».

### ***1.1. Актуальность программы***

Дошкольный возраст – важный период в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека.

В последнее время в дошкольных учреждениях все чаще применяют различные средства физического воспитания детей, в том числе и ритмику, хореографию. Возможности применения упражнений танцевально-ритмической гимнастики довольно широки.

В этой связи актуальной становится проблема разработки сбалансированного комплекса программ по Ритмике для детей дошкольного возраста с использованием современных эффективных форм, средств и методов физического, эстетического и музыкального воспитания детей.

Данная программа **актуальна** тем, что хореографическое творчество является одним из средств всестороннего развития детей так как, на новом этапе развития социально-экономической сферы, культуры и образования особую значимость приобретают вопросы творческого развития подрастающего поколения.

### ***1.1. Новизна***

Своеобразие условий работы в дополнительном образовании требует иного, нового подхода к учебным программам и заставляет изменить традиционный, сложившийся в профессиональном хореографическом образовании подход к порядку прохождения материала, к методике преподавания при обязательном сохранении основных принципов, лежащих в основе ведения танцевальных дисциплин.

Танцевальное воспитание предполагает не только приобретение навыков и знаний в ритмике, умение красиво и свободно двигаться, но и формирование художественного вкуса, эстетическое и физическое развитие. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию обучающиеся приобретают общую танцевальную культуру, а развитию танцевальных и музыкальных способностей помогает восприятие профессионального хореографического искусства. Хорошо организованные и

правильно поставленные занятия развивают фантазию и образную память детей, обогащая их представления об искусстве.

Занятия танцами выполняют и другие важные функции: они развивают у детей наблюдательность, дисциплинируют, сплачивают их в дружный, объединенный общими интересами коллектив, способствуют росту их общей культуры.

Программа предусматривает воспитательную работу с учащимися не только на занятиях, но и в свободное время. Воспитательная работа включает в себя проведение тематических мероприятий в творческом объединении, участие в концертных программах, посещение мероприятий культурно-досуговых учреждений поселка. Всё это формирует познавательный интерес обучающихся к хореографическому искусству, развивает инициативу, коммуникативные умения и навыки, расширяет кругозор.

При работе по данной программе педагог может корректировать учебный план для каждой отдельной учебной группы для осуществления дифференцированного подхода.

### **1.2. Цель**

**Основная цель программы** – создание условий для раскрытия хореографических способностей каждого учащегося и преодоления психологических барьеров, мешающих полноценному самовыражению.

### **1.3. Задачи**

#### *Обучающие:*

- формирование знаний детей в области хореографической культуры, обогащение их представлений об искусстве;
- формирование у детей хореографической пластики, музыкального ритма, моторно-двигательной памяти;
- изучение основ актёрского мастерства танцоров.

#### *Развивающие задачи:*

- развитие чувства ритма и музыкальности детей, их моторно-двигательной памяти, логического мышления; развитие фантазии и образного мышления учащихся, формирование навыков творческого самовыражения средствами хореографии;
- формирование художественного вкуса и коммуникативной культуры.

#### *Воспитательные задачи:*

- художественное воспитание дошкольников, формирование эстетического вкуса;
- нравственное воспитание, выражающееся, в частности, в соблюдении правил поведения в коллективе, трудолюбии, взаимопомощи, формирование учебной мотивации;
- формирование эмоционального, физического и психического здоровья обучающихся;
- воспитание потребности в полноценной организации свободного времени.

#### ***1.4. Ожидаемый результат***

Программой предусмотрен перечень предметных компетенций (знания и умения).

##### *Предметных*

К концу обучения должны знать:

- основные музыкальные и хореографические понятия (в пределах программы);
- основные позиции и положения рук, ног, головы (в пределах программы);
- правила исполнения тренажных упражнений (в пределах программы);

К концу обучения должны уметь:

- технически правильно исполнять программный репертуар.

##### *Образовательные:*

Кроме предметных компетенций, на протяжении всего курса обучения уделяется внимание формированию следующих ключевых образовательных компетенций:

- ценностно-смысловой (смысловое целеполагание своих действий и поступков);
- учебно-познавательной (самооценка учебно-познавательной деятельности; овладение креативными навыками продуктивной деятельности);
- информационной (навык работы с информацией).

##### *Метапредметные:*

- воспитание художественного вкуса и исполнительской культуры;
- развитие музыкального слуха, эмоциональность и выразительность;
- приобретение навыков здорового образа жизни;
- приобретение навыков самоконтроля;
- развитие потребности в саморазвитии и самостоятельности;
- привита аккуратность, дисциплинированность, целеустремленность.

##### *Личностные:*

- система ценностных отношений обучающихся к себе, другим людям;
- коммуникативной (владение способами адекватного взаимодействия со сверстниками и взрослыми);
- личного самосовершенствования (владение способами физического, духовного и интеллектуального саморазвития, эмоциональной саморегуляции).

##### *Формы контроля и способы определения их результативности*

Создание благоприятных условий для раскрытия творческих способностей учащихся предполагает постоянный учёт результативности учебно-воспитательной деятельности. Для оценки результативности учебных занятий применяются: *входящая диагностика, промежуточный и итоговый контроль.*

*Входящая диагностика* - проводятся в виде тестирования.

*Промежуточный контроль* – осуществляется в виде контрольных занятий (практическая работа). Концертная и конкурсная деятельность является основной формой определения освоения программы.

*Текущий контроль* производится на каждом занятии. Педагог ведет наблюдение за успешностью освоения обучающимися программы дополнительного образования.

*Итоговый контроль* - анализ результатов выступления обучающихся в рамках школьных, городских, окружных и российских... мероприятий.

*Итоговый отчет* - педагог подводит итог учебно-воспитательной работы за год, проводя анализ творческих достижений учащихся. Оценочные материалы реализации программы представлены пакетом диагностических методик: мониторинг развития хореографических способностей учащихся, выявление уровня физического, музыкального и эмоционального развития ребенка, тестирование.

### ***1.6. Направленность программы***

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Сулустар –Беби» имеет художественную направленность.

### ***1.7 Уровень освоения программы***

Уровень освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Сулустар –Беби» - *ознакомительный*.

### ***1.8 Характеристика обучающихся, возрастные особенности, иные***

Возраст детей, участвующих в реализации дополнительной общеобразовательной программы хореографического ансамбля «Сулустар – Беби» - 4-5 лет.

В этот период высока потребность ребенка в движении (его двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования). Ребенок начинает осваивать основные движения, обнаруживая при выполнении физических упражнений стремление к целеполаганию (*быстро пробежать, дальше прыгнуть, точно воспроизвести движение и др.*).

4 года – также благоприятный **возраст** для начала целенаправленной работы по формированию физических качеств (*скоростных, силовых, координации, гибкости, выносливости*).

У ребенка начала появляться **способность** оценивать свои результаты. Приглядываясь к тому, что получается у других, и составляя для себя более ясный образ конечной цели, ребенок начинает стремиться к более совершенному результату. Поэтому дети уже могут огорчаться из-за того, что у них не получается задуманное. Вместе с тем такое стремление становится тем внутренним *«мотором»*, который вызывает интерес к разным практическим средствам и **способам** действия и побуждает овладевать ими.

### ***1.9 Формы обучения***

Форма обучения – очная, дистанционная. Основной формой обучения являются *групповые* занятия.

### ***Типы планируемых занятий:***



1. вводное занятие
2. изучение нового материала
3. формирование умений и навыков
4. закрепление и развитие знаний, умений и навыков
5. комбинированное занятие
6. повторительно-обобщающее занятие
7. занятие – игра
8. занятие – сказка
9. занятие – путешествие
10. занятие – конкурс

### **1.10. Особенности организации образовательного процесса.**

В основу программы обучения легла программа Бурениной А.И. по ритмической пластике для детей дошкольного возраста «Ритмическая мозаика», использованы материалы методического портала [dancehelp.ru](http://dancehelp.ru): позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся в течение всего курса обучения.

Основной формой обучения являются групповые занятия. Для разучивания и отработки танцевальных номеров предусмотрены *постановочные* занятия.

Предусмотрены *индивидуальные* занятия для проработки и отработки изучаемого материала. В целях развития общего кругозора детей регулярно в процессе воспитательной работы проводятся циклы бесед о хореографическом искусстве, о совместно просмотренных концертных и конкурсных выступлениях, нормах и правилах поведения в коллективе в различных жизненных ситуациях (на занятиях, репетициях и за кулисами во время выступлений). Проводятся познавательные и развлекательные мероприятия на уровне коллектива, детского клуба и учреждения.

### **1.11. Состав группы, режим занятий, периодичность и продолжительность**

Программа предназначена для детей в возрасте 4-5 лет.

Количество обучающихся в одной группе – 8-10 человек.

В группу ансамбля *ознакомительного уровня* обучения принимаются все желающие дети, не имеющие медицинских противопоказаний.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа с перерывом 5 минут;

продолжительность 1 академического часа – 25 мин.

## **2. Учебно-тематический план**

№ Раздела	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
МОДУЛЬ 1	Основы музыкальной граммоты	2	38	40	текущий
МОДУЛЬ 2	Стрейчинг	2	42	44	текущий

МОДУЛЬ 3	Постановочная деятельность.	2	38	40	текущий
МОДУЛЬ 4	Воспитательная деятельность.	2	18	20	текущий
<b>Итого</b>		<b>8</b>	<b>136</b>	<b>144</b>	

### 3. Содержание программы

#### МОДУЛЬ 1 Основы музыкальной грамоты (40 часов)

*Теория.* Вводное занятие. Дирижерский жест как способ, помогающий сохранить заданный темп. Построение музыкальной структуры (музыкальная фраза, предложение). Понятие о ритмическом рисунке.

*Практика.* Умение дирижерским жестом показать сильную долю, изменяя амплитуду движения в соответствии с темпом. Ощущение и передача в движении равномерной пульсации в размере 2/4 и 3/4. Фиксация сильных долей в этих размерах (например, передача какого-либо предмета по кругу на сильные доли). Определение на слух размеров 2/4 и 3/4. Знакомство с размером 4/4. Ощущение относительно сильной третьей доли. Знакомство с длительностями: четверти, восьмые, шестнадцатые, половинные, половинные с точкой, целые. Выполнение ритмических рисунков, включающих эти длительности, хлопками, шагами. Передача динамических оттенков в движении (в одном произведении или при сопоставлении разных по характеру произведений). Ритмические упражнения с музыкальными заданиями. Передача в движении длительностей, смены частей музыкального произведения. Передача хлопками сложных ритмических рисунков. Ритмические игры.

#### МОДУЛЬ 2 Стрейчинг (44 часов)

*Теория.* Задачи партерной гимнастики. Ошибки, их предупреждение и исправление. Знакомство с хореографическими понятиями и терминами.

*Практика.* Тренаж: повороты и наклоны головы; наклоны корпуса вперед, в сторону и назад; поклон и реверанс; танцевальный шаг, шаг на полупальцах вперед и назад, шаг с носка; легкий бег, русский бег, бег колени вперед; *Sothe* по 6 позиции; разножка; поджатые.

#### МОДУЛЬ 3 Постановочная деятельность (40 часов)

*Теория.* Особенности танцевальных жанров.

*Практика.* Упражнения и игры на ориентацию в пространстве (соблюдение интервалов и равенства при любых построениях и перепостроениях; построение в колонну по росту, перестроение в колонны по три, по четыре человека; перестроение в звеньевые колонны, в шеренгу, в круг, в несколько кружков; перестроение из троек и четверок в кружочки и звездочки; «рассыпное» построение с занятием всего свободного пространства помещения; повороты в прыжке – направо и налево по точкам; построение в парах: обход одним партнером другого, до – за – до; рисунок танца – «змейка», «ручеек»). Упражнения на развитие актерского мастерства (работа над мимикой лица, создание образов и передача чувств с помощью

пантомимы, импровизация на заданную тему, игры на творчество). Двигательная импровизация под музыку и сочинение танцевальных и других движений под музыку разных жанров. Игровые комбинации со словами, хлопками, притопами; по кругу. Работа с предметами.

#### МОДУЛЬ 4 Воспитательная работа (20 часов)

*Теория:* Вводное занятие. Комплектование групп. Постановка цели и задач на учебный год; обсуждение репертуарного плана. Проведение инструктажей. Работа с родителями.

*Практика.* Контрольное занятие за полугодие и итоговая аттестация учащихся (беседа-повторение пройденного материала, опрос, выполнение практических заданий). Награждение наиболее отличившихся учащихся. Подготовка и проведение познавательных и развлекательных мероприятий на уровне группы, коллектива, детского клуба и учреждения; посещение конкурсов и концертов. Проведение бесед по ПДД, техники безопасности. Работа с родителями. Участие в концертах и других мероприятиях и т.д.

### 4. Условия реализации программы

#### **4.1. Перечень оборудования, инструментов и материалов необходимых для реализации программы:**

№ п.п.	Наименование	Ед. измерения	Количество
1.	<u>Помещения:</u> - учебный кабинет - раздевалки для девочек - раздевалки для мальчиков - душевые - подсобки для спортивного инвентаря и оборудования - тренерская - костюмерная	по нормам СанПиН площадью из расчета 3 - 4 м <sup>2</sup> на одного ребенка, высотой не менее 4 м.	зависимость от наполняемости групп
2.	<u>Оборудование:</u> - станок - зеркала - кондиционер - пылесос для влажной уборки	по нормам СанПиН	по периметру класса 1шт на класс
3.	<u>Тренировочный инвентарь:</u> - гимнастические коврики - гимнастические кирпичики - набор лент - гимнастических для фитнеса - растяжек гимнастических для фитнеса - полусфера для отработки апломба - мячи - весы половые - турник	по нормам СанПиН зависимость от природных способностей детей группы	зависимость от наполняемости групп

4.	<u>Аппаратура:</u> - музыкальный центр - ноутбук - телевизор - колонка - проектор - светомузыка	по нормам СанПиН	1 шт на учебный кабинет
5.	<u>Музыкальные инструменты:</u> - Баян - синтезатор - бубны - шумовые фольклорные инструменты	по нормам СанПиН	зависимость от содержания сценической практики группы
6.	<u>Форма:</u> - тренировочная форма заданного цвета для занятий для девочек - сценическая форма для девочек - тренировочная форма заданного цвета для занятий для мальчиков - сценическая форма для мальчиков - сценические костюмы - сценический инвентарь	по нормам СанПиН	зависимость от содержания наполняемости и сценической практики группы
7.	<u>Информационное обеспечение:</u> - стенды - подборка специализированной литературы - подборка материалов из сети Интернет на электронных носителях - раздаточный материал - аудио и видео материал - нотный материал - рекламная продукция - видеоархив - фотоархив - аудио\архив - сценарные планы - презентации педагога - программное обеспечение (Paint, Power Point, Internet Explorer и др.)	корректировка для осуществления дифференцированного подхода	зависимость от содержания воспитательной работы, уровня усвоения знаний, материально-технического оснащения

#### ***4.2. Характеристика помещений.***

Учебный кабинет должен быть светлым, чистым, пол – со специальным покрытием. Температура воздуха в танцевальном зале должна быть 16-18° С. В учебном кабинете необходимо иметь: зеркала для того, чтобы учащиеся, отрабатывая движения, могли себя контролировать и исправлять недостатки; Наличие подсобных помещений обязательно: отдельные раздевалки для девочек и мальчиков, душевые, подсобки для спортивного инвентаря и оборудования, тренерская, костюмерная. Отработка сценической практики и выступление коллектива подразумевает работу на сцене.

Немаловажную роль в реализации данной программы имеет музыкальное сопровождение занятий (наличие концертмейстера) и наличие технических средств (музыкальный центр, телевизор).

#### **4.3. Информационно-методические условия реализации программы**

№	Наименование пособия, образовательного ресурса	Область применения
1.	Жуковский О., г. Новосибирск <a href="https://dancehelp.ru/catalog/712-raskrytie_emotsionalnoy_vyrazitelnosti_u_detey_i_vzroslykh/">https://dancehelp.ru/catalog/712-raskrytie_emotsionalnoy_vyrazitelnosti_u_detey_i_vzroslykh/</a>	занятия
2.	Гимнастика на коленях. Подготовка к работе у станка. Методика классического танца (преподаватель Кудрина И., г. Новосибирск) <a href="https://dancehelp.ru/catalog/291-Gimnastika_na_kolenyakh_podgotovka_k_rabote_u_stanka_metodika_klassicheskogo_tantsa/">https://dancehelp.ru/catalog/291-Gimnastika_na_kolenyakh_podgotovka_k_rabote_u_stanka_metodika_klassicheskogo_tantsa/</a>	занятия
3.	Импровизация (преподаватель Разживин А., г. Самара) <a href="https://dancehelp.ru/catalog/675-Improvizatsiya/">https://dancehelp.ru/catalog/675-Improvizatsiya/</a>	занятия
4.	Игровая растяжка (преподаватель Голубев В., г. Челябинск) <a href="https://dancehelp.ru/catalog/224.2-Igrovaya_rastyazhka/">https://dancehelp.ru/catalog/224.2-Igrovaya_rastyazhka/</a>	занятия
5.	Импровизация как незаменимый инструмент в творческом процессе с детьми (преподаватель Лымарь М., г. Днепропетровск) <a href="https://dancehelp.ru/catalog/748_improvizatsiya_kak_nezamenimy_y_instrument_v_tvorcheskom_protsesse_s_detmi/">https://dancehelp.ru/catalog/748_improvizatsiya_kak_nezamenimy_y_instrument_v_tvorcheskom_protsesse_s_detmi/</a>	занятия
6.	Методика импровизации для детей дошкольного и младшего школьного возраста (преподаватель Лымарь М., г. Днепропетровск) <a href="https://dancehelp.ru/catalog/815_metodika_improvizatsii_dlya_detey_doshkolnogo_i_mladshego_shkolnogo_vozrasta/">https://dancehelp.ru/catalog/815_metodika_improvizatsii_dlya_detey_doshkolnogo_i_mladshego_shkolnogo_vozrasta/</a>	занятия
7.	<a href="https://dancehelp.ru/catalog/818_azy_klassiki_dlya_malenkikh/">olnogo_i_mladshego_shkolnogo_vozrasta/</a> Азы классики для маленьких (3-4/5-6 лет)(преподаватель Савина Л., г. Новосибирск) <a href="https://dancehelp.ru/catalog/818_azy_klassiki_dlya_malenkikh/">https://dancehelp.ru/catalog/818_azy_klassiki_dlya_malenkikh/</a>	занятия
8.	Алексеева Н.А. Комплексы детской общеразвивающей гимнастики. – Ростов н/Д: Феникс, 2015. – 164 с.	занятия
9.	Колесникова С.В. Детская аэробика: Методика, базовые комплексы. – Ростов н/Д.: Феникс, 2005. – 157 с.	занятия
10.	Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С. Ритмические упражнения, хореография и игры. – М.: Дрофа, 2014. – 132 с.	занятия
11.	Коренева Т.Ф. Музыка, движение, здоровье. – МИПКРО, 2005. – 97с.	занятия
12.	Буренина А.И. по ритмической пластике для детей дошкольного возраста «Ритмическая мозаика». Москва, 2005. – 157 с.	занятия

**4.4. Использование дистанционных образовательных технологий при реализации программы не предусмотрено.**

## 5. Список литературы

### 5.1. Литература для родителей

1. Алексеева Н.А. Комплексы детской общеразвивающей гимнастики. – Ростов н/Д: Феникс, 2015. – 164 с.
2. Колесникова С.В. Детская аэробика: Методика, базовые комплексы. – Ростов н/Д.: Феникс, 2015. – 157 с.
3. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С. Ритмические упражнения, хореография и игры. – М.: Дрофа, 2014. – 132 с.
4. Коренева Т.Ф. Музыка, движение, здоровье. – МИПКРО, 2005. – 97с.
5. Буренина А.И. по ритмической пластике для детей дошкольного возраста «Ритмическая мозаика». Москва, 2015. – 157 с.
6. Тетчелл Д. Детская музыкальная энциклопедия. – М.: Астрель, 2002. – 64с.
7. Я познаю мир: Детская энциклопедия.: Музыка – М.: АСТ, 2000.

## 6. Календарно - тематический план

№ мо ду ля	Название раздела	Тема занятия	Количество часов			Дата проведения занятия по плану/фактическая	
			Теория	Практика	Всего	по плану	фактическая
1	<b>Основы музыкальной грамоты (40 часов)</b>	1. Вводное занятие.	2	-	2		
		2. Дирижерский жест как способ, помогающий сохранить заданный темп.	--	2	2		
		3. Построение музыкальной структуры (музыкальная фраза, предложение). Понятие о ритмическом рисунке.	--	2	2		
		4. Умение дирижерским жестом показать сильную долю, изменяя амплитуду движения в соответствии с темпом.	--	2	2		
		5. Определение на слух размеров 2/4,3/4	--	2	2		
		6. Ощущение и передача в движении равномерной пульсации в размере 2/4,3/4	--	2	2		
		7. Фиксация сильных долей в этих размерах (например, передача какого-либо предмета по кругу на сильные доли).	--	2	2		
		8. Знакомство с размером 4/4.	--	2	2		
		9. Ощущение относительно сильной третьей доли.	--	2	2		
		10. Знакомство с длительностями: четверти.	--	2	2		
		11. Знакомство с длительностями: восьмые.	--	2	2		
		12. Знакомство с длительностями: шестнадцатые.	--	2	2		
		13. Знакомство с длительностями: половинные с точкой.	--	2	2		
		14. Знакомство с длительностями: целые.	--	2	2		
		15. Выполнение ритмических рисунков, включающих эти длительности, хлопками, шагами.	--	2	2		

		16. Передача динамических оттенков в движении (в одном произведении или при сопоставлении разных по характеру произведений).	--	2	2		
		17. Ритмические упражнения с музыкальными заданиями.	--	2	2		
		18. Передача в движении длительностей, смены частей музыкального произведения.	--	2	2		
		19. Передача хлопками сложных ритмических рисунков.	--	2	2		
		20. Ритмические игры.	--	2	2		
2	<b>Стрейчинг (44 часов)</b>	1. Ошибки, их предупреждение и исправление.	2	---	2		
		2. Повороты и наклоны головы.	--	2	2		
		3. Наклоны корпуса вперед, в сторону и назад.	--	2	2		
		4. Поклон и реверанс.	--	2	2		
		5. Танцевальный шаг.	--	2	2		
		6. Шаг на полу\пальцах вперед и назад.	--	2	2		
		7. Шаг с носка.	--	2	2		
		8. Легкий бег.	--	2	2		
		9. Бег колени вперед.	--	2	2		
		10. Sotte по 6 позиции	--	2	2		
		11. «Разножка».	--	2	2		
		12. Поджатые.	--	2	2		
		13. Упражнения для развития физических данных.	--	2	2		
		14. Упражнения акробатические.	--	2	2		
		15. Упражнения на расслабление мышц.	--	2	2		
		16. Упражнения дыхательные.	--	2	2		
		17. Упражнения для укрепления осанки.	--	2	2		
		18. Упражнения для гибкости, пластичности движения.	--	2	2		
		19. Упражнения для развития пресса	--	2	2		
		20. Упражнения для развития гибкости корпуса.	--	2	2		
		21. Упражнения для развития выворотности ног	--	2	2		
		22. Упражнения для развития пластики		2	2		
3		1. Упражнения и игры на ориентацию в пространстве.	--	4	4		



	<b>Постановочная деятельность.</b> (40 часов)	2. Соблюдение интервалов и равнения при любых построениях и перестроениях.	2	2	4		
		3. Построение в колонну по росту.	--	4	4		
		4. Перестроение в колонны по три, по четыре человека.	--	4	4		
		5. Упражнения на развитие актерского мастерства. Работа над мимикой лица.	--	4	4		
		6. Создание образов и передача чувств с помощью пантомимы.	--	4	4		
		7. Импровизация на заданную тему, игры на творчество.	--	4	4		
		8. Игровые комбинации со словами, хлопками, притопами; по кругу.	-- --	4	4		
		9. Работа с предметами	--	8	8		
4	<b>Воспитательная деятельность</b> (30 часов)	Вводное занятие. Комплектование групп. Постановка цели и задач на учебный год; обсуждение репертуарного плана. Проведение инструктажей. Работа с родителями. Контрольное занятие за полугодие и итоговая аттестация учащихся. Беседа-повторение пройденного материала Опрос выполнение практических заданий Награждение наиболее отличившихся учащихся. Подготовка и проведение познавательных и развлекательных мероприятий на уровне группы, коллектива, детского клуба и учреждения. Посещение конкурсов и концертов. Проведение бесед по ПДД. Проведение бесед по техники безопасности. Родительские собрания. Проведение отчетного концерта коллектива (Рейтингового турнира). Участие в концертах, в конкурсах, в фестивалях, в мероприятиях и т.д.	2	18	20		
<b>Итого</b>			<b>8</b>	<b>136</b>	<b>144</b>		

## СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

*Терминология, применяемая при записи движений*

- ~ **Опорной ногой** называется нога, на которую переводится центр тяжести корпуса исполнителя независимо от ее движения; *работающей* называется нога, выполняющая движение, в то время, когда тяжесть корпуса исполнителя приходится на опорную ногу;
- ~ **шаг ногой** – движение, при котором одновременно с шагом переносится тяжесть корпуса на шагающую ногу;
- ~ **шаг на ногу** – применяется, если перед шагом нога была поднята;
- ~ **приставить** (ногу к ноге) применяется при одновременном распределении тяжести корпуса на обе ноги;
- ~ **подставить** (ногу к ноге) применяется при одновременном переводе тяжести корпуса на подставляемую ногу;
- ~ **поставить** – применяется при постановке ноги на носок или на пятку без переноса тяжести корпуса;
- ~ **провести** – применяется при движении ногой по трем направлениям вперед: вперед, вперед-вправо, вперед-влево, тяжесть корпуса остается на опорной ноге;
- ~ **отвести** – движение ноги в сторону (вправо или влево), затем назад, назад-вправо и назад-влево;
- ~ **переступить** – применяется на месте, при небольшом шаге, при подставке работающей ноги к опорной с одновременным переносом тяжести корпуса;
- ~ **притопнуть** – применяется при одновременном переносе тяжести корпуса на ударяющую об пол ногу;
- ~ **ударить** – применяется, когда удар делается без переноса тяжести корпуса на ударяющую ногу;
- ~ **поднять** – применяется при поднимании ноги с одновременным указанием положения колена и подъема;
- ~ **приподнять** – применяется при незначительном поднимании ноги также с указанием положения колена и подъема;
- ~ **подвести** (ногу к ноге) – применяется при движении работающей ноги к опорной без переноса тяжести корпуса на работающую ногу. Движение может выполняться без отрыва ноги от пола и поднятой ногой;
- ~ **перескочить** – применяется при подмене ноги прыжком;
- ~ **бросок ногой** – применяется при резком и быстром поднимании ноги;
- ~ **вытянуть** – применяется при одновременном выпрямлении ноги в колене и подъеме;
- ~ **подскочить (подскок)** – применяется при небольшом, почти скользящем прыжке на двух или одной ноге (может быть подскок с продвижением);
- ~ **прыжок** – применяется при большом прыжке: на месте, с продвижением вперед, вправо, влево, вперед-вправо, вперед-влево, назад-вправо, назад-влево.

**КАРТА  
реализации плана творческого роста обучающегося творческого объединения**

« \_\_\_\_\_ »

**МБУДО «ЦДОД»**

Фамилия, имя, возраст \_\_\_\_\_

Педагог \_\_\_\_\_

Специальная дисциплина: хореография (народный танец)

Учебный год	Профессиональные качества												Контрольные занятия	Общее кол-во баллов	Участие в конкурсах, концертах			
	Физические данные					Музыкальность									А - призовые места В - участие			
	Гибкость суставов	Выворотность	Эластичность сухожилий	Мышечная сила	Баллон	Координация	Слух	Ритм	Память	Эмоциональность	Образное мышление	Ансамблевость			Сценическая выдержка	Центра	Городских	Краевых

Оценка указанных критериев в баллах:

1-3 – низкий уровень наличия качества;

4-6 – средний уровень наличия качества;

7-9 – высокий уровень наличия качества.

Подведение итогов: 1-42 – низкий уровень развития; 43-85 – средний уровень развития; 86-128 – высокий уровень развития.

**Памятки для родителей  
Аксессуары и хореографическая форма.**

Для девочек:

Для занятий: черный купальник на бретельках; черные лосины; черные балетные тапочки; белые капроновые колготки; коврик для партера (длина 1м, ширина 65см, мячик.

Косметичка – расчёска, черная сеточка для волос (волосы убраны в «шишку»; прическа без челки); пачка невидимок, пачка шпилек, влажные салфетки; пенка для волос, лак для волос, розовые румяна, розовая помада,. Украшения (серьги, цепочки и.т.д) на выступления снимаются.

Для выступлений: белая сеточка для волос; белый купальник на бретельках; белые нейлоновые колготки; белые балетные тапочки.

Для мальчиков:

Для занятий: черная футболка; черные лосины (велосипедки); черные носочки; черные балетные тапочки; утяжелители на ноги (0,25кг); наколенники; коврик для партера, мячик.

Для выступлений: белое нижнее белье, черные танцевальные брюки, черные балетные тапочки; черные носки; расчёска; влажные салфетки.

Согласно нормам САНПИНА во избежание травматизма, дети без хореографической формы допускаться до занятий не будут.

1. Ваш ребенок и Вы стали участником танцевального ансамбля, поэтому будьте готовы к тому, что выступления могут проходить и в выходные дни, и в будни, в том числе в утренние часы.

2. Приходить на занятия необходимо за 10-15 мин. до начала, чтобы успеть переодеть и привести в порядок ребенка.

3. **Форма для занятий:** оговаривается педагогом, приобретается родителями по желанию самостоятельно, или организованно группой.

4. **Форма для выступлений:** оговаривается педагогом, приобретается родителями по желанию самостоятельно, или организованно группой.

5. После болезни необходимо принести справку от врача, о том, что ребенок выздоровел и может заниматься.

6. Во время школьных каникул (кроме летних) занятия и выступления не отменяются. Если вы собираетесь уехать, то согласуйте этот вопрос с преподавателем заранее.

7. Костюмы шьются или приобретаются для всех детей централизованно, оговоренного фасона и цвета.

8. Костюмы хранятся в костюмерной ансамбля.

9. Костюмы выдаются перед выступлением и должны быть возвращены после выступления.

10. В случае если ребенок покидает ансамбль, ни костюмы, ни ткани, ни сданные деньги **не возвращаются.**

### Памятка для зрителей.

1. Во время концерта отключаются все мобильные устройства. Разговоры в зале прекращаются.

2. Зрители по чрезвычайно уважительной причине могут покинуть зал во время концерта только через задний запасной выход во время паузы между номерами. Строго запрещается передвигаться по залу во время номера, мешая зрителям и выступающим. Хождение во время концерта – неуважение к артистам. Зрители покидают свои места после завершения последнего номера только тогда, когда закрылся занавес, или исчез со сцены последний артист.

### Памятка по сценической практике.

1. Участник, пропустивший репетицию без заблаговременного предупреждения и уважительной причины – срывает работу всего коллектива /отработку номера, концерта/. За срыв репетиции выставляется отрицательная оценка и назначается дополнительная репетиция. В дальнейшем прогульщик выводится из основного состава исполнителей как безответственный, безалаберный, в любой момент, могущий подвести коллектив и сорвать выступление участник.

2. Участник заблаговременно за несколько дней предупреждает руководство и руководителя об уважительной причине /объяснительная записка/, по которой пропустит репетицию или выступление. У руководителя должно быть достаточно времени для замены исполнителя, без ущерба для выступления.

3. Костюмы из костюмерной выдаются под личную ответственность каждого участника под запись. Костюм для выступления приводится в надлежащий вид самостоятельно выступающим /стирка, глажка и.т.д/

4. После выступления костюм и аксессуары приводятся в первоначальный вид и незамедлительно сдаются в костюмерную. **Ущерб**, нанесенный костюму – **возмещается**. Потерянный костюм, аксессуары – приобретаются за счет того, на ком числится костюм.

5. Для выездных концертов у каждого из участников есть собственный чехол для транспортировки костюмов, без них костюмы не выдаются.

6. На Генеральной репетиции все номера проходят в костюмах, со светом, как на концерте – для выявления и устранения недочетов; для отработки четкой и слаженной работы во время концерта и.т.д.

7. За 1 час до выступления все участники должны находиться на месте для организационных моментов – спокойно в последний раз «прощупать» сцену; приготовить костюмы; аксессуары; сделать соответствующую прическу; навести грим, заменить не достающие элементы, согласовать и устранить возникшие проблемы.

8. После концерта анализируется проделанная работа, выявляются минусы и плюсы, происходит замена слабо отработавших исполнителей, намечается работа по исправлению недостатков и недочетов.

9. Каждый участник **обязан знать весь репертуар** коллектива, любое место в номере! Во время репетиции один состав репетирует практически, другие участники учат и запоминают визуально, наглядно.

### *Памятка для детей и родителей*

#### **Как общаться с детьми разных темпераментов**

##### Если у детей преобладают черты сангвинического темперамента:

- важно проявлять строгость, требовательность к ребёнку, контролировать его действия и поступки;
- обращать внимание на мелкие нарушения со стороны ребёнка (не убрал игрушки);
- необходимо чтобы начатое дело доводилось до конца и с хорошим качеством (не разрешать приниматься за другой рисунок, пока не окончен первый);
- целесообразно небрежно выполненную работу предложить выполнить заново. Главное — показать ребёнку конечный результат добросовестных действий;
- важно формировать у ребёнка устойчивые интересы. Не допускать частой смены деятельности;
- учить внимательно относиться к товарищам, стремиться, чтобы складывались прочные, устойчивые отношения.

##### Если у детей преобладают черты холерического темперамента:

- с пониманием относиться к проявлению активности ребёнка;
- говорить с ребёнком спокойно, тихим голосом, но требовательно, без уговоров;
- целесообразно ограничивать всё, что возбуждает нервную систему ребенка: кино, телевидение, чтение — все должно быть в меру. За два часа до сна — только спокойные игры и занятия;
- необходимо развивать у ребёнка сосредоточенное внимание: настольные игры (но не те, где соревнуются), конструирование, рисование, лепка — все что требует усидчивости;
- воспитывать у ребёнка умение управлять собой (игры с командами, с внезапными остановками «Замри», где он будет подчиняться);
- приучать его к правилам общения: говорить спокойно, не перебивать говорящего, считаться с желаниями других, просить, а не требовать;
- необходимо строго соблюдать режим дня.

##### Если у детей преобладают черты флегматического темперамента:

- нельзя применять окрики, угрозы, поторапливания — это оказывает тормозящее влияние на нервную систему ребёнка;
- не следует отстранять ребёнка от той деятельности, которая требует приложения усилий;
- следует чаще хвалить его за скорые действия;
- необходимо ставить ребёнка в условия, когда нужны быстрые действия, полезны игры соревновательного характера;
- следует побуждать ребёнка к движению (гимнастика, подвижные игры, плавание, бег);
- побуждать ребёнка к игре, труду, конструированию — активизировать его;

- нельзя резко обрывать ребёнка. Необходимо предупреждать его за несколько минут о смене вида деятельности;
- привлекать ребёнка к деятельности в коллективе.

Если у детей преобладают черты меланхолического темперамента:

- нужно ограничивать шум, новые знакомства, количество игрушек, но в то же время приучать ребенка не бояться небольшого шума, спокойно, без тревоги относиться к новому человеку;
- нельзя повышать голос на ребенка, проявлять к нему чрезмерную требовательность, наказывать, подчеркивать его недостатки;
- целесообразно беседовать с ребенком, так как он отличается внушаемостью. Говорить нужно мягко, убеждающее, но уверенно, определенно;
- ребенку полезно заниматься спортом;
- необходимо разнообразить жизнь ребенка;
- надо привлекать ребенка к совместному труду со взрослыми;
- важно развивать у него общительность;
- необходимо поддерживать у него положительные эмоции.