

Муниципальное образовательное учреждение
дополнительного образования
Кондопожского муниципального района
«Дом творчества детей и юношества»

Рассмотрено на заседании
Педагогического совета
Протокол № 1
от «29» августа 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ ДО «ДТДиЮ»
Н.Ю. Нетьлько
Приказ № 64 от «01» сентября 2025г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа художественной направленности
«Первые шаги»

Программа рассчитана на
обучающихся 3-4 лет
Срок реализации: 1 год
Автор: Кеснер Ю.Я.,
педагог дополнительного
образования.

г. Кондопога
2025 г.

Пояснительная записка

Бальный танец, как вид хореографии, соединяет в себе спорт и искусство. В последнее время его стали называть спортивным, т.к. физическая нагрузка, которая приходится на танцора во время танца, приравнивается к физической нагрузке спортсменов, например легкой атлетики (три минуты венского вальса приравнивались к бегу спортсмена на 200 метров, с полной выкладкой).

В спортивном бальном танце спорт и искусство объединились самым органичным способом, являя зрителю гармонию мужчины и женщины, слившихся ритмом и мелодией и отражающих всю широту оттенков проявления любви, гордыни, ревности, драмы, личностной яркости и индивидуальности каждого из партнеров. Именно это соединение и производит на зрителя ярчайшее впечатление, затрагивая самые различные направления его восприятия.

Не менее глубокое влияние бальный танец оказывает и на самих танцоров, поскольку необходимость тренировать свое тело, воображение, восприятие музыки, эмпатию, учиться искусству перевоплощения, тонко чувствовать характер музыки, танца и своего образа в нем, стиль - все это полностью меняет как внешний, так и внутренний облик танцора, неизменно их обогащая.

Спортивный бальный танец формирует в танцорах с детства один из важнейших психолого-эстетических принципов, дошедший до нас из уст Льва Толстого: «В человеке все должно быть прекрасно: и лицо (в данном случае - тело), и мысли, и одежда». Опытный же танцор, впитавший в себя такой образ жизни, по сути, становится именно таким человеком.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Первые шаги» является модифицированной программой художественной направленности и реализуется на возмездной основе.

Данная программа направлена на усиление эстетического развития современных младших дошкольников и повышение их общей культуры с помощью средств хореографии

Актуальность программы заключается в том, что бальный танец с его высокой этикой и эстетикой представляет собой «инструмент» воспитания всесторонне развитой, гармоничной личности. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения

естественными и красивыми. На занятиях танцами дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительной особенностью является активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса (значительная часть практических занятий). Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

Уровень освоения программы – ознакомительный.

Адресат программы - дети младшего дошкольного возраста от 3 до 4 лет.

Срок реализации - 1 год.

Объём освоения программы – 36 часов в год

Форма обучения – очная

Состав группы – 10 человек

Режим занятий:

1 раз в неделю по 1 часу (1 академический час - 30 минут) в соответствии с требованиями СанПин.

По форме проведения занятий программа является групповой и индивидуально-ориентированной. Учебный процесс сводится к следующему: переход от простого этапа к сложному, умение доводить дело до конца. Практические занятия доминируют над теоретическими. Такое распределение часов позволяет выполнить программу, закрепит умения и навыки по всем направлениям.

При зачислении на обучение педагогом проводится вводный тест для определения знаний, умений и навыков детей.

Возрастные особенности адресата программы:

В возрасте 3-4 лет ребёнок постепенно выходит за пределы семейного круга. Возрастает его интерес к окружающему миру, действиям взрослых.

Взрослые становятся для ребёнка не только членом семьи, но и носителем определённой общественной функции («дядя» - шофёр, «тётя» - продавец и т. д.) Желания ребёнка во всём подражать взрослому часто приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается легко через игру, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте. Продолжительность игры в этом возрасте небольшая.

3-4 года – это возраст, когда возникает потребность в общении не только со взрослыми, но и со сверстниками. Хотя общение со сверстниками порой сводится к тому, что ребёнку нужен товарищ, который смог бы его поддержать в шалости, действовал бы с ним заодно. Детей радует сам процесс действия с игрушками и собственные выдумки, совместные действия: переодевания, подползание, убежание. Дети мало слушают друг друга, чаще стремятся показать себя другому.

Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами. В результате целенаправленного воздействия они могут усвоить относительно большое количество норм, которые выступают основанием для оценки собственных действий и действий других детей. В возрасте 3-4 года начинается деление по половому признаку, что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

Условием реализации программы является создание благоприятных условий для удовлетворения познавательных, духовных и творческих потребностей развивающейся личности.

Цель программы – развитие творческих способностей и создание условий для мотивации к занятиям танцевальным спортом, развития физических и эмоциональных данных ребёнка в процессе знакомства с основными танцами бальной хореографии.

Для реализации поставленной цели в программе определены следующие **задачи**:

1. Образовательные:

- Обучить детей танцевальным движениям.
- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

2. Воспитательные:

- Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.
- Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми.
- Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

3. Развивающие:

- Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.

- Развить умение ориентироваться в пространстве.

Планируемые результаты:

По итогам обучения обучающиеся должны достичь следующих результатов:

Личностные:

- повышение творческой активности обучающегося;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- доброжелательное отношение к окружающим, бесконфликтное поведение;

Метапредметные:

- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- формулировать свои затруднения;
- обращаться за помощью.

Предметные:

- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- исполнять хореографический этюд в группе

Дети должны знать:

- правила поведения в хореографическом зале,
- название основных танцевальных движений и их элементов;

Дети должны уметь:

- ориентироваться в хореографическом зале, в схеме собственного тела;
- выполнять простейшие построения и перестроения и комплексы упражнений под музыку;
- освоить определенный запас общеразвивающих и танцевальных упражнений;
- выразительно и ритмично двигаться в различных танцевальных темпах, передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок и выражать характер танцевального персонажа под музыку (*веселый, грустный, лирический, героический и т. д.*);
- красиво и правильно исполнять простые танцевальные движения под музыку.

Формы подведения итогов реализации программы

- Отчетные концерты для родителей
- Выступление в тематических концертных программах

Учебный план

№	Темы	Теория	Практика	Всего часов	Формы
1	Вводное занятие. Ознакомление с программой. Правила техники безопасности	1	1	2	Наблюдение
2	Музыкально-ритмическая деятельность	1	9	10	Наблюдение, обсуждение, творческий отчет, конкурс
3	Общая физическая и хореографическая подготовка	1	9	10	Наблюдение, обсуждение, творческий отчет, конкурс
4.	Танцевальные игры	1	13	14	Наблюдение, обсуждение, творческий отчет, конкурс
		4	32	36	

Содержание учебно-тематического плана.

Тема 1. Вводное занятие. Ознакомление с программой. Правила техники безопасности.

Теория. Правила поведения в хореографическом зале. Знакомство с педагогом. Техника безопасности при работе с оборудованием (фитболы, мячи, кубики для йоги и др).

Практика. Игра с мячом «Познакомимся».

Тема 2. Музыкально-ритмическая деятельность.

Теория. Знакомство с понятием «ритм».

Практика., Прохлопывание ритмического рисунка мелодии. Ритмические упражнения. Разучивание и исполнение основных движений под музыку, изменение их в зависимости от смены музыкальных образов, темпа, регистровой окраски (ходьба, бег, прямой галоп, подскоки с продвижением и на месте, топающий шаг);

Тема 3. Общая физическая и хореографическая подготовка.

Теория. Знакомство с названиями основных движений и простых танцевальных элементов.

Практика. Комплексы общеукрепляющих физических упражнений с использованием специального оборудования (блоки для йоги, мячи, фитболы). Партерная гимнастика с элементами растяжки. Разучивание основных хореографических движений (прыжки, подскоки на месте, с поворотами, шаги вперед, в стороны). Разучивание танцевального приветствия (поклон). Построения и перестроения в хореографическом зале (в линию, в круг). Разучивание и отработка несложных танцевальных элементов и танцевальных вариаций по одному (по показу и самостоятельно) и в парах («пружинки», «прыжки», «носочек», «пяточка», «притопы», «топотушки», движения руками).

Тема 4. Танцевальные игры и упражнения.

Теория. Правила выполнения танцевальных игр и упражнений

Практика. Музыкальные приветствия («Здравствуй, ладошки», «Все мы рады», «Все на ножки становитесь». Танцы-повторялки «Головами покиваем», «Зарядка», «Часики», «Паровозик», «Бим-бам-бом», «У жирафов», «Лимпопо». Логоритмические игры «Краб», «Мои вещи», «Дом в лесу», «Мячик в руках», «Вот левая, вот правая». Танцы-игры с ускорением «Буратино», «Лепим снеговика», «Пяточка-носочек».

Календарный учебный график

Учебный год в МОУ ДО «ДТДиЮ» начинается 1 сентября и заканчивается 31 мая.

Режим занятий учреждения: с 8.00 до 19.30. Расчёт учебных часов производится исходя из 36 недель, включая каникулярный период (осенние, зимние, весенние каникулы). Это обеспечивает выполнение учебного плана в полном объёме.

01 сентября – 28 октября 2022 г. – I четверть – 8 недель;

29 октября – 06 ноября 2022 г. – программа «Каникулы» - 1 неделя (9 дней);

07 ноября – 28 декабря 2022г. – II четверть - 8 недель;

29 декабря 2022 года – 11 января 2023 г. – программа «Каникулы» -2 недели (14 дней);

12 января – 24 марта 2023 г. – III четверть - 10 недель;

25 марта – 02 апреля 2023г. – программа «Каникулы» - 1 неделя (9 дней);

03 апреля – 31 мая 2023 г. – IV четверть – 8 недель.

1 июня – 30 июня 2023 г. – работа с детьми оздоровительных лагерей города, восполнение учебного плана.

Календарный учебный график в течение года может корректироваться в случае больничного, командировки, ввода (отмены) дополнительных праздничных дней.

Условия реализации программы

Среди главных задач системы образования приоритетной является адаптация обучающегося к социальной жизни, привитие навыков самообразования и практическое применение знаний и умений. В настоящее время творческое развитие для детей младшего дошкольного возраста рассматривается как важный элемент, играющий далеко не последнюю роль в формировании целостного мировоззрения и системно-информационной картины мира.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Первые шаги» предусматривает включение задач, которые способствуют формированию таких качеств как, самостоятельное решение проблемы, развитие творческого потенциала, любознательности и активной жизненной позиции в познании мира.

Технологии обучения

Среди разнообразных педагогических технологий, наиболее актуальными являются: обучение в сотрудничестве, игровые технологии и дифференцированный подход к обучению.

В основе программы лежит системно - деятельностный подход, который заключается в вовлечении обучающихся в учебную деятельность, формировании компетентности учащегося. Он реализуется не только за счет подбора содержания образования, но и за счет определения наиболее оптимальных видов деятельности учащихся. Ориентация программы на системно - деятельностный подход позволяет учесть индивидуальные особенности учащихся.

Реализация программы идет согласно четкому плану начиная с первого занятия. Помимо новой темы при изготовлении изделий, на каждом уроке дети практически закрепляют пройденный ранее материал. То есть работа ведется систематически, что делает этот процесс наиболее легким для усвоения.

Таким образом, в результате выполнения всех предусмотренных программой заданий каждое занятие имеет свой фактический эквивалент - показатель успешного освоения детьми учебного материала, на основе чего делаются выводы о том, на каком элементе урока у ребенка возникают трудности и как их можно устранить, на чем сделать акцент при работе дома.

Основные технологии:

- технологии дифференциации обучения
- технология развивающего обучения
- технология развития творческих способностей детей
- технология индивидуализации обучения
- технология коллективного взаимообучения.
- групповые технологии
- игровые технологии
- педагогика к сотрудничеству.

Методы обучения:

•Объяснительно - иллюстративный, демонстрация иллюстраций (любого материала по теме), рассказ педагога с опорой на демонстрацию. Используется при беседах или при объяснении нового материала.

•Репродуктивный - выполнение заданий по строго заданному образцу используется при практических работах.

•Проблемного изложения - выполнение заданий, связанных с решением какой-либо проблемной ситуации. Такую ситуацию должен задать сам педагог. Используется на практических работах, творческих работах.

•Поисковый - выполнение заданий, связанных с поиском каких-либо решений. Используется на практических работах.

•Методы педагогического предъявления (показ, параллельное выполнение действий, инструктаж).

•Метод показа (демонстрации)- предусматривает способ обучения, когда педагог предоставляет возможность учащимся познакомиться с нормой выполнения каких – либо действий.

•Метод параллельного выполнения действий - состоит в том, что примерно одновременно педагог и ребенок выполняют аналогичную работу, причем педагог, как правило, совершает действия несколько раньше, а ребенок повторяет увиденное.

•Метод инструктирования - обучение, предполагающее предъявление педагогом правил, устанавливающих порядок и способ осуществления, выполнения действий.

•Метод учебного консультирования - связан с управлением деятельностью учащегося через совет, который дает ему педагог как специалист в данной сфере обучения. Учебное консультирование используется в том случае, когда воспитанник испытывает некую несогласованность между учебной задачей и имеющимися у него в наличии возможностями для ее решения. Для учебного консультирования всегда принципиально формирование у воспитанника запроса к педагогу.

•Метод организованного предъявления ребенком собственных достижений (исполнение, демонстрация).

Методы воспитания.

Убеждение, упражнение, пример, поощрение.

- воспитание словом
- воспитание делом
- воспитание ситуацией
- воспитание игрой

Для более эффективной реализации программы «Путь к успеху» предлагается использовать различные формы занятий.

Виды занятий:

- беседы,
- интеллектуальные игры,
- практическая работа;
- работа под руководством педагога;
- игра-общение;
- самостоятельная работа;
- игра-труд;
- игра-обучение.

В основное содержание групповой работы включены практические игры и продуктивно-творческая деятельность. В каждое занятие включены задания, направленные на развитие познавательных процессов (памяти, внимания, мышления, воображения)

Каждое занятия по темам программы, как правило, включает теоретическую часть и практическое выполнение задания. Программа предполагает возможность вариативного содержания.

Материально-техническое обеспечение

Обучение по программе проводится в специально оборудованном помещении (классе), соответствующем нормам Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

Перечень оборудования	Количество оборудования (ед.)
Теннисные мячи	14
Блоки для йоги	14
Гимнастические палки, длина 70 см	14
Мячи резиновые, диаметр 20 см	14
Коврики гимнастические	14

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Первые шаги» разработана в соответствии с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Концепцией развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года;
- Приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмом Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015г. «О направлении информации (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 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".

В рамках реализации программы активно используются такие тематические электронные образовательные ресурсы, как:

- https://vk.com/horeograf_club
- <https://vk.com/clubhoreograf>
- https://vk.com/club_razvivajka
- <https://vk.com/scenarii.prezentacii>

В программе так же используются дистанционные образовательные технологий, позволяющих посредством глобальной электронной сети Интернет организовать обучение учеников, находящихся территориально в любом уголке земного шара (естественно, при наличии подключения к Интернет), или во время невозможности посещения учащихся аудиторных занятий.

Под дистанционными образовательными технологиями понимаются образовательные технологии, реализуемые, в основном, с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников (ст. 16 ФЗ от 29.12.2012 №273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Цели дистанционного обучения:

- предоставление различным социальным группам равных образовательных возможностей;
- повышение качественного уровня образования за счет более активного использования образовательного потенциала квалифицированных педагогов;
- получение дополнительного образования учащимися параллельно с их непосредственной учебной деятельностью;
- расширение образовательной среды, полное удовлетворение потребностей учащихся в области образования.

Могут применяться различные формы (методы) дистанционных занятий:

- чат – занятия (с использованием чат – технологий);
- веб – занятия (дистанционные уроки, конференции, семинары, деловые игры, лабораторные работы, практикумы и др. формы, проводимые с использованием средств телекоммуникаций);
- телеконференция;
- почтовая рассылка учебно-методических материалов, видео - и аудиофайлов.

К особенностям дистанционного обучения можно отнести:

- гибкость и непрерывность образовательного процесса (нет необходимости посещать занятие аудиторное, а можно работать в удобное время, в удобном месте);
- модульность (каждый отдельный курс создает целостное представление об определенной области знаний, позволяет из выбора независимых курсов- модулей формировать учебную программу, отвечающую индивидуальным или групповым потребностям);
- экономическая эффективность (эффективное использование учебных площадей, технических средств, благодаря привлечению информационных и телекоммуникационных технологий).

Список литературы

1. Буренина А. И. *«Ритмическая мозаика»*. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000 г.
2. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду. – Москва: Просвещение, 1991 г.
3. Ритмика для детей: учебно-методическое пособие. - Москва: Владос, 2008 г.
4. Фирилева, Ж. Е., Сайкина, Е. Г. Са-фи-дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие. - СПб: Детство-пресс, 2001 г.
5. Барышникова Т. Азбука хореографии. - Москва: Айрис Пресс, 1999 г.