


Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Центр детского творчества»

<p>ПРИНЯТО на заседании педагогического совета <u>протокол №3 от 30.05.2022</u></p>	<p>УТВЕРЖДЕНО Директор МАУ ДО «ЦДТ» / Т. Г. Ухалова</p> 
---	--

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по  
хореографии (малозатратные формы)  
«Созвездие талантов»

Направленность - художественная  
Возраст обучающихся - 7-10 лет  
Период освоения-июнь 2022 года  
Объем программы-16 часов

Составитель:  
Медведева Татьяна Николаевна, методист  
Ставицкая Светлана Геннадьевна, педагог дополнительного образования

г. Родники 2022 г

---

## **Пояснительная записка**

Современные танцы необходимы детям, они дают возможность выразить себя в движении. Выполнение танцевальных упражнений под музыку вызывают у них ощущение радости, поднимает эмоциональное состояние, общую культуру поведения.

Дополнительная общеразвивающая программа направлена на свободное развитие личности ребёнка, поддержание здоровья, социальной, креативной, информационно-коммуникативной, компетентностей.

Танец – вид искусства, где художественный образ воплощается через музыкально-организованное движение. Особенность спортивного танца в том, что содержание любого танцевального произведения раскрывается через пластику человеческого тела. Пластическая природа спортивного танца через своеобразную и сложную технику раскрывает внутренний мир человека, его лирико-романтические отношения, героические поступки, показывает национальную, стилевую и историческую принадлежность.

Хореография как сценическое искусство имеет свою специфику и, следовательно, свою систему воспитания и обучения, она очень актуальна в современном мире в силу того, что потребность в движении генетически заложена в человеческом организме и обусловлена всем ходом его эволюционного развития.

Общеразвивающая программа студии современного спортивного танца «Хобби-Шанс» разработана в соответствии с Федеральным Законом «Об образовании» №273 от 29 декабря 2012 года.

**Направленность программы** – физкультурно-спортивная.

**Актуальность программы** состоит в применении современных здоровьесберегающих технологий, в возможности применения традиционных и инновационных методов обучения, воспитания и развития детей.

Врачи-физиологи утверждают, что без движения человек не может быть абсолютно здоровым. Регулярные занятия спортивными танцами способствуют улучшению циркуляции крови и снабжению тканей организма кислородом, повышению мышечного тонуса. С точки зрения медицины спортивные танцы – это лекарство от стрессов и депрессий, профилактика таких заболеваний, как гипертония и ишемическая болезнь сердца. Непосредственную связь хореографии и физической культуры предполагает построение занятия, его насыщенность по физической нагрузке. Каждая

разминка и само занятие преследуют конкретную цель – натренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений в рамках календарно-тематического плана.

**Новым дополнением** общеразвивающей программы является педагогическое сотрудничество с семьей учащегося, в котором целеполагающим является вовлечение детей и их родителей в социальный танец.

**Возраст учащихся** -7-12 лет.

**Срок реализации** программы-16 часов.

**Типы планируемых занятий**

Учебные занятия проходят в традиционных и нетрадиционных формах.

<b>Традиционные</b>	<b>Нетрадиционные</b>
вводное занятие	занятие – игра
изучение нового материала	занятие – сказка
формирование умений и навыков	формирование умений и навыков
закрепление и развитие знаний, умений	занятие – конкурс
практическая работа	видеопрактикум
самостоятельная работа	аукцион знаний
повторительно-обобщающее занятие	работа над творческим проектом

**Ожидаемые результаты и способы их проверки**

Применяемые формы контроля: собеседование, игровые конкурсы, наблюдения, промежуточная и итоговая аттестация (по полугодиям). Критериями оценки освоения программного материала являются знания, умения, навыки, личностные качества, определённые данной программой. Критерии определяются в зависимости от возрастной группы и этапа освоения программы:

- творческого мышление, память, воображение, нестандартное мышление;
- умение выразить чувства;
- коммуникативные навыки;
- активность, сообразительность, умение импровизировать, двигаться под музыку;
- сформированность общей культуры;
- владение основными танцевальными движениями;
- сформированность представлений о танцевальной культуре;
- развитый профессиональный интерес;
- сформированность теоретических знаний и практических умений;
- творческая индивидуальность;

- преподавательские навыки при работе в качестве помощника руководителя коллектива.

Основными критериями оценки освоения программного материала остаются результаты участия в хореографических фестивалях и конкурсах муниципального, республиканского, всероссийского и международного уровней, а также активное участие в концертных мероприятиях учреждения и района.

**Цель программы** –развитие творческих способностей детей

**Задачи:**

- овладение детьми основами хореографического мастерства;
- овладение детьми основами акробатики, аэробики, фитнеса;
- организация постановочной и концертной деятельности;
- формирование важных музыкально-двигательных умений и навыков.
- развитие у детей способности к самостоятельной и коллективной работе;
- развитие творческого потенциала ребенка;
- развитие двигательной памяти и внимания;
- создание дружественной среды вокруг самоопределяющейся личности;
- создание условий для общения;
- адаптация к современной жизни с помощью общей культуры, знаний, навыков;
- воспитание толерантности.

Обучение неразрывно связано со спортом. В программу включены разные направления хореографии, акробатика, фитнес, шейпинг, калланетик.

Дети получают разностороннее художественное и физическое развитие.

Принципы построения программы: разноуровневость, дифференцированность, системность (от простого к сложному).

Движением рук, головы, повышают культуру выразительного исполнения танцев, этюдов, комбинаций, исполняют трюки и прыжки.

Методика проведения занятий в своей основе опирается на школу хореографического обучения, художественной гимнастики и спортивной акробатики, с учетом разных задач обучения, специфики хореографического объединения.

Программа содержит необходимый объем тренировочных упражнений и танцевальных движений. Теоретические сведения по программе даются непосредственно в процессе занятий.

## **Содержание программы:**

Программа студии «Созвездие талантов» содержит разделы:

- музыкально-ритмическая подготовка;
- фитнес;
- акробатика;
- «азбука танца»;
- калланетик;
- интегрированные занятия;
- репетиционно – постановочная работа.

### **Раздел «Репетиционно- постановочная работа»**

На протяжении всего периода обучения в процессе репетиционно-постановочной работы нарабатывается техника танца, разучиваются новые танцевальные движения, максимально раскрывается творческий потенциал детей, совершенствуется их актерское мастерство. Дети приучаются к сотворчеству, у них развивается художественное воображение, творческие способности и творческая инициатива, умение передать музыку и содержание образа движением.

Первостепенное значение на занятиях имеет музыка, благодаря музыке занятия являются эффективным средством эстетического воспитания. Музыкальное сопровождение соответствует характеру основных движений, возрасту исполнителя, уровню технической подготовки.

Для постановочной работы используется музыка в стиле «диско», джаз, эстрадно – танцевальная музыка.

Раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием детской группы. Ежегодно проводится анализ творческой работы коллектива и определяется новый репертуар.

Программа носит экспериментально- аналитический характер, проявляется гибкость в подходе к каждой конкретной группе обучающихся, творчески решаются вопросы, которые ставит учебный процесс, учитываются при этом состав группы, физические данные и возможности обучающихся.

Методика проведения занятий в своей опирается на школу профессионально-хореографического обучения, художественной гимнастики и акробатики с учетом разных целей обучения, специфики хореографического объединения.

При организации образовательного процесса используются следующие формы и методы обучения:

- словесные – беседы о хореографии, о музыке, о костюмах;
- наглядные – показ движений и упражнений педагогом, просмотр видеозаписей, танцев, исполнения упражнений;
- музыкальные игры;
- прослушивание музыки;
- конкурсы мастерства;
- концерты;
- праздники.

Программа предусматривает использование фронтальной, индивидуальной и групповой форм учебной работы обучающихся.

Создание благоприятных условий для раскрытия творческих способностей детей, их способности к самовыражению в танце предполагает постоянный учет результативности образовательно-воспитательной деятельности.

Система отслеживания результатов включает в себя разнообразные способы и методики:

- педагогические наблюдения, использование методов специальной диагностики умений и навыков, уровня взаимоотношений в паре;
- показ танцев на отчетных концертах, российских и международных конкурсах;
- внутриколлективные конкурсы.

Процесс обучения предусматривает следующие виды контроля:

- вводный - проводится при поступлении в объединение;
- текущий – осуществляется посредством наблюдения за деятельностью ребенка в процессе занятий;
- промежуточный - проводится по полугодиям в форме игровых конкурсов, открытых и зачетных занятий;
- итоговый – проводится после завершения всей учебной программы - открытые занятия, показ танцев на отчетных концертах.

### **Ожидаемые результаты**

Ожидаемый результат определяется в зависимости от возрастной группы и этапа освоения программы (в программах по годам обучения).

Обучающиеся, прошедшие все этапы по данной программе, должны:

- получить общие сведения о хореографическом искусстве, теоретические и практические навыки;
- обладать чувством ритма, музыкальностью, необходимыми для танцора, физическими качествами – спортивной осанкой, силой, выносливостью, быстротой, ловкостью, реакцией;
- уметь импровизировать, двигаться под музыку;
- владеть основами актерского мастерства танцора, культурой общения;
- владеть основными танцевальными движениями.

## Техника безопасности

### Форма одежды

Костюм для занятий должен быть удобным, эластичным, чистым. Для занятий подойдут шорты или спортивные трусы в сочетании с футболкой из х/б ткани. Обувь - кеды, кроссовки, мягкие тапочки. Длинные волосы всегда должны быть убраны.

### Тематический план

№	Название разделов и темы	Количество часов		
		всего	теория	практика
<b>1</b>	<b>Вводное занятие</b>	1	1	-
	1.1.Техника безопасности	-	-	-
	1.2.Признаки утомляемости	-	-	-
	1.3. Мышечная боль	-	-	-
<b>2</b>	<b>Музыкально-ритмическая подготовка</b>	4	1	3
	2.1. Упражнения на согласование движений с музыкой	1	-	1
	2.2. Музыкальные игры	1	-	1
	2.3. Хореографические упражнения	1	-	1
	2.4. Прослушивание, подбор и анализ музыкальных произведений	1	1	-
<b>3</b>	<b>Акробатика</b>	2	1	1
	4.1.Введение в акробатику	1	1	-
	4.2.Страховка	1	-	1
<b>4</b>	<b>Постановка танцев и спортивных номеров</b>	9	1	8

### Методическое и дидактическое обеспечение

В основе реализации программы лежит использование инновационных современных педагогических технологий личностно-ориентированной направленности, целеполагающей основой которой является внимание к личности ребенка, обеспечение комфортных условий для ее развития.

Использование современных технологий в педагогической практике даёт возможность более успешно взаимодействовать с детьми, способствует более полному раскрытию их творческого потенциала.

Личностно-ориентированные и деятельностные технологии преследуют цель - максимально выявить, инициировать опыт ребёнка. Они дают педагогу возможность помочь каждому учащемуся познать себя, ощутить себя, как личность, самоопределиться и самореализоваться через основную деятельность. Индивидуальный подход к каждому ребёнку,

задания, соответствующие возрастным особенностям и личностным качествам – необходимое условие в деле обучения, развития и воспитания детей.

Технологии активизации и интенсификации деятельности предполагают акцентирование внимания на развитии практических навыков учащихся. Приобретая практический опыт, ребёнок быстро преодолевает начальные трудности в обучении, не заостряет внимания на отдельных элементах, осваивает программный материал, постоянно участвуя в деятельности, постепенно совершенствуя свои навыки. Проектные технологии способствуют формированию у обучающихся навыков саморазвития и самосовершенствования.

Технология сотрудничества даёт возможность педагогу помогать учащимся осваивать опыт поколений в тесном взаимодействии.

Воспитывающая функция этой технологии направлена на отношения людей без давления авторитета взрослых. Авторитетом становится дело, которым они занимаются. Это способствует формированию коммуникативных навыков учащихся, их способности жить в гармонии с окружающим миром, с обществом, с самим собой. Весь образовательный процесс построен на совместной развивающей деятельности взрослого и ребёнка, скрепленный взаимопониманием, проникновением в духовный мир друг друга, совместным анализом хода и результата деятельности.

Игровые технологии эффективны в любом возрасте. Способность детей во всём находить волшебство, всё обыгрывать помогает развивать фантазию и воображение. Игровые технологии направлены на воссоздание и усвоение общественного опыта, где складываются и совершенствуются самоуправленческие способности обучающегося.

### **Используемые педагогические технологии, методы, приёмы**

1. Личностно-ориентированные технологии: педагогика сотрудничества, гуманно-личностный подход к ребёнку.

Метод концептуальности воспитательной системы, основанной на доверии, единстве воспитания и обучения, на обучении без принуждения.

Методы общения–создание ситуации общения: дискуссии, беседы, тематические беседы, анкетирование, совместное посещение мероприятий, выставок, совместные творческие разработки, диспуты, конкурсы, круглые столы. Эти методы развивают коммуникативные способности обучающихся, их умение взаимодействовать со сверстниками и взрослыми, способствуют успешной адаптации в социуме.

Совместная разработка творческих проектов: взаимодействие обучающихся и педагога (группы педагогов) при совместной подготовке к мероприятию, конкурсу, фестивалю, концерту, где основным является общее дело и возможность самореализации.

Технология эмоционального стимулирования

Метод эмоционально-образного погружения: создание педагогом самой атмосферы предстоящей деятельности.

Метод эмоционального стимулирования успехом и перспективностью



развития: демонстрация достижений обучающихся, которые добились высоких результатов в избранном виде деятельности; демонстрация эталонных образцов, которые не оставляют обучающихся равнодушными и побуждают их к саморазвитию в избранной деятельности.

Метод «эмоционального пробуждения разума»: опора на эмоциональную сферу ребёнка, на его имеющийся социальный опыт.

## 2. Технологии активизации и интенсификации деятельности:

### Деятельностные технологии

Метод сочетания эмоционального и рационального: увлечение идеями в сочетании с кропотливой работой.

Метод познания через практическую деятельность (осуществляется принцип: от практики > к теории > к практике).

### Проблемное обучение

Метод создания проблемной ситуации, предполагающий нахождение решения самими обучающимися.

Метод самостоятельного выполнения заданий.

Метод творческих проектов.

Метод перспективности: проекция на результат и на участие в мероприятиях, фестивалях, конкурсах; проекция на изобретательность.

### Метод сравнительных аналогий:

сравнительный анализ работ обучающихся с эталонными образцами.

### Игровые технологии

Дидактические игры: их разнообразие предполагает освоение программного материала в любой области.

Дидактические игры на развитие определённых психофизических и личностных качеств.

Метод эмпатии – «вживания» в предлагаемые обстоятельства и образы, «прочувствование» материала, нахождение способов решения творческих задач через эти ощущения.

## 3. Здоровьесберегающие технологии:

### Медико-профилактическая технология

Методы: проветривание кабинетов, организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов; организация здоровьесберегающей среды.

### Физкультурно-оздоровительная

Методы: дыхательная гимнастика, формирование правильной осанки, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье, организация и проведение физкультурно-оздоровительных и туристских мероприятий.

### Технология раскрепощённого развития (по В.Ф.Базарному)

Методы: проведение занятий в режиме смены динамических поз. Часть занятия дети проводят стоя: они могут слушать, рассматривать удаленные предметы. Часть занятия дети проводят сидя. Тем самым сохраняется и укрепляется позвоночник, формируется осанка.

Схемы зрительных траекторий используются для разминок и

упражнений на зрительную координацию. Упражнения проводятся в сочетании с движениями глазами, головой и туловищем в позе свободного стояния и базируются на зрительно-поисковых стимулах.

Зрительно-пространственная активность. Детям предлагают найти зрительный материал в пространстве группы. Это могут быть отгадки загадок, слова с заданными звуками и др.

#### 4. Альтернативные технологии:

Проектная технология

Метод творческих проектов: создание самостоятельного проекта, решение которого является проявлением личностного отношения обучающегося к избранному виду деятельности.

Метод технологического проектирования – исследовательская деятельность обучающихся в рамках образовательной программы.

Защита рефератов – предоставление обучающимся возможности высказать своё отношение к предмету разговора на тему, заданную педагогом или на тему, которая ему близка и волнует его

– формирование саморазвивающихся механизмов.

Технология социального самоопределения и нравственного становления

Метод бесед: беседы о поступках, о героизме, о личности и её месте в обществе; тематические беседы.

Совместный просмотр кинофильмов, театральных постановок – аналитическая беседа о героях, их поступках, об идее сюжета.

Метод социальных игр: «Офис», «Школа», «Банк», «Театр» и др

Для реализации программы используется специальная литература, информационно-методические материалы, методическом кабинете ЦДТ, библиотеках города:

- методические рекомендации и разработки;
- Журналы «Внешкольник», «Бюллетень» программно – методических материалов учреждений дополнительного образования,
- «Физическая культура в школе», «Воспитание школьников», «Детская энциклопедия» и др.
- Видеозаписи с танцевальным материалом;
- Аудиокассеты с музыкальным материалом.

Список литературы:

1. Закон РФ «Об образовании» – М., 2012 год;
2. Устав муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества» г. Родники;
3. Бальные танцы. Составитель- Беликова А.Н. Библиотечка В помощь художественной самодеятельности №8. 1980; №3 – 1983; № 6- 1985;
4. Бальные танцы. Составитель - Борзов А.А. Библиотечка. В помощь художественной самодеятельности. № 15- 1986;
5. Вербицкая А.В. Основы сценического движения. – М., 1973.
4. Володина О.В., Анисимова Т.Б. Самоучитель клубных танцев Funk, Trance, House - Изд. «Феникс» 2005.
5. Дени Ги, Дассвиль Люк. Все танцы. – Киев, 1987 г.
6. // Детская энциклопедия № 3 Танцы от А до Я, Издат. «Аргументы и факты», 1997.
7. Зорина И.В. Фитнес. Стратегия успеха в личной жизни- СПб: Изд. «Нева» -2002.
8. Зуев Е.И. Волшебная сила растяжки. – М.,1990 г.
9. Перспективные направления и формы обучения танцам - Перевод и редакция Пина Ю.С. – М, С- П, 1995 г.
10. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. М., 1989.
11. Телегин. А.А. Танцуем Джайв, Рок- н- ролл, Чечетку – Изд. «Феникс» 2004 г.
12. Томпсон. В. Суперкаланетика - Изд. «Феникс» 2006 г.

13. Шевлюга. С., Горяинова. О. Самоучитель испанских и цыганских танцев. Фламенко. - Изд. «Феникс» 2005 г.
14. Т.Ткаченко «Народный танец» - Государственное издательство «Искусство» М.,1954 г.
15. Степанова Л.Г. «Новые балльные танцы»- Издательство «Советская Россия», М., 1974 г.
16. В.И. Уральская «Природа танца»- Издательство «Советская Россия», М., 1981 г.
17. Спиридонова И.А. «Сюжетные танцы»- Издательство «Советская Россия» М., 1987 г.