

Отдел образования и молодежной политики  
администрации Заволжского муниципального района  
**Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Центр дополнительного образования для детей»**

Принято на педагогическом  
Совете МБУДО ЦДОД  
Протокол №54 от «20» сентября 2023 г

Утверждено приказом директора  
МБУДО ЦДОД №46а от 20.09.2023 г  
Балашов М.И.



*Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа*  
**«Бусинки»**

Направленность: художественная  
Возраст обучающихся: 5-7 лет  
Срок реализация: 2 года  
Уровень освоения: базовый  
Автор-составитель: педагог  
дополнительного образования  
Харитоновна Ирина Евгеньевна

г.Заволжск, 2023 год.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

### ***Направленность Программы.***

Дополнительная общеобразовательная программа (общеразвивающая) хореографического объединения «Бусинки» имеет художественную направленность. Уровень освоения – базовый.

### ***Актуальность Программы.***

Предлагаемая программа по хореографии рассчитана для работы с детьми дошкольного возраста в рамках обучения в детском саду и является для обучающихся дополнительным образованием. Программой предусмотрено приобретение детьми начальных танцевальных навыков и развитие музыкального слуха и ритма, на развитие природных хореографических данных и укрепление основных групп мышц.

***Актуальность Программы*** состоит в том, что хореография способствует гармоничному развитию детей в дошкольном возрасте, учит их красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость. Игровой танец обогащает детей яркими образными движениями, улучшает функции внимания, способствует эмоциональной разрядке. Систематические занятия хореографией гармонично развивают фигуру, способствуют устранению ряда физических недостатков (сутулости, косолапости), вырабатывают правильную осанку и красивую походку. Все виды музыкально-ритмической деятельности способствуют правильному выполнению основных движений. Повышают их четкость, выразительность.

***Педагогическая целесообразность Программы*** заключается в том, что под влиянием музыкально-ритмической деятельности развиваются положительные качества личности ребенка: дети ставятся в такие условия, когда они должны проявить активность, инициативу, находчивость, решительность.

***Отличительная особенность Программы:*** включение в программу элементов игры и театрализации.

### ***Цели и задачи Программы.***

***Цель*** - гармоничное развитие личности ребёнка, способность к творческому самовыражению через танец.

#### ***Задачи:***

##### ***Воспитательные:***

1. приобщение детей к здоровому образу жизни и гармонии тела,
2. воспитание дисциплины, трудолюбия, самостоятельности.

##### ***Развивающие:***

1. развитие общефизической подготовки,
2. развитие координации движений,
3. развитие выразительности и артистизма.

Обучающие:

1. обучение технике выполнения движений,
2. формирование музыкально-ритмических навыков.

**Категория обучающихся.**

Данная программа рассчитана для обучающихся в возрасте от 5 до 7 лет.

**Срок реализации Программы.**

Срок реализации Программы – 2 года.

Общее количество часов программы- 140.

Число часов 1-го года обучения- 70, 35 учебных недель по 2 часа в неделю.

Число часов 2-го года обучения- 70, 35 учебных недель по 2 часа в неделю.

**Форма образовательной деятельности и режим занятий.**

Форма обучения –очная, групповая, количество обучающихся в группе от 12 до 15 человек.

На занятиях применяются дифференцированный и индивидуальный подход к каждому обучающемуся.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу (академический час: для 1 –го года обучения – 25 мин., для 2 –го года обучения – 30 мин.).

**Календарный учебный график на 2023-24 учебный год.**

Год обучения	Кол-во часов в неделю	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Кол-во учебных недель	Кол-во часов в год	Режим занятий	Размер академического часа
1-й	2	02.10.2023	02.06.2024	35	70	2 р в неделю по 1 ак. часу	25 мин
2-й	2	02.10.2023	02.06.2024	35	70	2 р в неделю по 1 ак. часу	30 мин

**Ожидаемые результаты Программы.**

**По итогам первого года освоения Программы обучающиеся**

**должны знать:**

- понятия и термины простейших движений (поклон, приседание, подскоки, повороты и т.д.);
- правила исполнения движений (красивая, ровная осанка, легкость, музыкальность);
- понятие о пространстве зала (где зрители, центр зала, линии танца; самостоятельно находить свободное место в зале).

*должны уметь:*

- уметь исполнять поклон;
- повторять движение за педагогом;
- выполнять простейшие шаги - с носка, каблука, на полупальцах;
- выполнять «пружинку», приседания;
- прохлопать ритмический рисунок за педагогом.

***По итогам второго года освоения Программы обучающиеся***

*должны знать:*

- Понятия и термины программных движений;
- Правила исполнения движений;
- Понятия о пространстве зала (точки зала - по методике А.Я.Вагановой);
- Правила ориентации в пространстве: построение квадрата, круга, диагонали в зале.

*должны уметь:*

- знать позиции ног (I, II, III);
- уметь прохлопать ритмический рисунок;
- ориентироваться в пространстве танцевального зала;
- выполнять акробатические элементы при помощи педагога;
- выполнять танцевальные шаги, легкие комбинации шагов.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

### 1 год обучения.

#### **Задачи:**

##### *Обучающие:*

1. обучение технике выполнения движений,
2. формирование музыкально-ритмических навыков.

##### *Развивающие:*

1. развитие общефизической подготовки,
2. развитие координации движений,
3. развитие выразительности и артистизма.

##### *Воспитательные:*

1. приобщение детей к здоровому образу жизни и гармонии тела,
2. воспитание дисциплины, трудолюбия, самостоятельности.

#### **Планируемые результаты:**

##### *Личностные результаты:*

- учебно-познавательный интерес к хореографии;
- ориентация на понимание причин успеха в творческой деятельности;
- способность к самооценке на основе критерия успешности деятельности;
- основы социально ценных личностных и нравственных качеств: трудолюбие, организованность, добросовестное отношение к делу, инициативность,
- уметь быстро переключать внимание, проявлять такие качества, как терпение, аккуратность, уметь общаться со своими сверстниками в коллективе.

##### *Метапредметные результаты:*

- сформированность чувства прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с хореографическим искусством;
- наличие развитой координации и музыкальности;
- наличие коммуникативных навыков;
- умение оценивать правильность исполнения движения;

##### *Предметные результаты:*

- знание основных терминов, используемых в хореографии;
- умение правильно держать осанку, подбородок и руки, при выполнении хореографических движений;
- умение исполнять хореографические композиции, поставленные педагогом, в соответствии с программой обучения;
- должны овладеть навыками музыкально-ритмической координации, знать технику выполнения упражнений;
- должны уметь исполнять танцевальные движения и элементы; развивается способность к творческому самовыражению;
- дети должны знать технику выполнения упражнений, уметь ориентироваться в сложных перестроениях.

**Особенности группы первого года обучения.** На первом году обучения происходит гармоничное развитие личности ребёнка, способность к творческому самовыражению через танец. Развитие и укрепление основных групп мышц на начальном этапе обучения хореографией.

### Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	1	1	-
2.	Игровой экзерсис	11	1	10
3.	Партер	15		15
4.	Развитие мелкой моторики, мимики. Пантомима	14	2	12
5.	Ориентация в пространстве	7	-	7
6.	Музыкальные и игровые этюды	20	2	18
7.	Итоговые занятия	2	-	2
Итого		70	6	64

## Содержание учебного плана 1-го года обучения (70 ч).

№	Тема	Содержание программы
1.	Вводное занятие	<p><i>Теория:</i>  Введение в предмет. Техника безопасности. знакомство с понятием «хореография»;  рассказ о хореографических жанрах: вальс, полька, хоровод. Знакомство с хореографическим классом (работа со станком, с зеркалами).</p>
2.	Игровой экзерсис	<p><i>Теория:</i>  рассказ о связи мелодии и движения;  знакомство: с движениями в разных темпах (быстром, медленном, умеренном); с музыкальным размером (2/4, 3/4, 4/4); с контрастом в музыке: веселая - грустная; перестроением из одних рисунков в другие; поворотами вправо и влево.</p> <p><i>Практика:</i>  упражнения для разогрева: головы (говорим да, нет ,ай ай ай), плеч (подъём, опускание, вращение), торса (наклоны, повороты), ног (приставные шаги, махи ногами), стоп. наклоны во все стороны скручивание корпуса повороты вправо и влево шаг на полупальцах, шаг на пятках, бег, галоп по кругу приседания по различным позициям (I, II, III, VI), «пружинка» «веселые куклы - грустные куклы» Вальсовый шаг, шаг полька, подскоки.</p>
3.	Партер	<p><i>Теория:</i>  Знакомство с понятием «партерная гимнастика» (упражнения на полу)</p> <p><i>Практика:</i>  развитие стоп point, flax  развитие мышц спины (лежа на животе подъем рук и ног по очереди и одновременно)  развитие коленного и тазобедренного суставов («велосипед», «бабочка», «лягушка») развитие мышц рук  развитие мышц ног (подъём и опускание по очереди и одновременно)  развитие мышц торса (сидим по-турецки; вытягиваем, наклоняем, скручиваем торс; наклоны и повороты)</p>

4.	Развитие мелкой моторики, мимики. Пантомима	<p><i>Теория:</i> знакомство с понятием «выразительность в танце» знакомство с различными образами эмоциональная выразительность танцевальных образов</p> <p><i>Практика:</i> развитие мелкой моторики: для пальцев рук (сжатие в кулак, расслабление, «пальчики здороваются») развитие мимики: поднятие и опускание бровей; для глаз (смотрим вверх, вниз, влево, вправо, по кругу, «Варвара»); для щек (надуваем шарик, сдуваем шарик); для губ (в трубочку, улыбка, звуки а ,о ,и); для ушей («обезьянка»). рисование частей лица: брови, глаза, нос, рот, щеки, уши. «делаем» гримасы: веселые, грустные, удивленные и др.</p> <p>Игры: «охота на льва» «моль» «мишка косолапый» «дерево» «цветочек распускается» «кошка умывается»</p>
5.	Ориентация в пространстве	<p><i>Практика:</i> изучение рисунков: круг, квадрат, диагональ, змейка. построение по линиям</p>
6.	Музыкальное развитие, этюды и игры	<p><i>Теория:</i> изучение эмоциональной окраски танца</p> <p><i>Практика:</i> разучивание элементов танцев: элементы польки: шаг полька, подскоки, галоп, приседания; элементы хоровода: ход на полупальцах, повороты, работа в парах. разучивание танцевальных рисунков: змейка, круг, диагональ проучивание этюдов на образы, на рисунки танца, на импровизацию, игровых этюдов игра «Воздушный шар» игра «Успей передать» игра «Огонек»</p>
7.	Итоговые занятия	Подведение итогов.



## 2 год обучения.

### **Задачи:**

#### *Обучающие:*

1. обучение технике выполнения движений,
2. формирование музыкально-ритмических навыков.

#### *Развивающие:*

1. развитие общефизической подготовки,
2. развитие координации движений,
3. развитие выразительности и артистизма.

#### *Воспитательные:*

1. приобщение детей к здоровому образу жизни и гармонии тела,
2. воспитание дисциплины, трудолюбия, самостоятельности.

### **Планируемые результаты:**

#### *Личностные результаты:*

- учебно-познавательный интерес к хореографии;
- ориентация на понимание причин успеха в творческой деятельности;
- способность к самооценке на основе критерия успешности деятельности;
- основы социально ценных личностных и нравственных качеств: трудолюбие, организованность, добросовестное отношение к делу, инициативность,
- уметь быстро переключать внимание, проявлять такие качества, как терпение, аккуратность, уметь общаться со своими сверстниками в коллективе.

#### *Метапредметные результаты:*

- сформированность чувства прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с хореографическим искусством;
- умение осуществлять итоговый и пошаговый контроль своей творческой деятельности;

#### *Предметные результаты:*

- знание основных терминов, используемых в хореографии;
- умение правильно исполнять основные элементы классического экзерсиса;
- умение правильно держать осанку, подбородок и руки, при выполнении хореографических движений;
- умение исполнять хореографические композиции, поставленные педагогом, в соответствии с программой обучения;
- должны овладеть навыками музыкально-ритмической координации, знать технику выполнения упражнений;
- должны уметь исполнять танцевальные движения и элементы; развивается способность к творческому самовыражению;
- дети должны знать технику выполнения упражнений, уметь ориентироваться в сложных перестроениях.

## Учебный план 2-го года обучения.

п/п	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие	1	1	-
2	Игровой экзерсис	8	-	8
3	Изоляция	7	1	6
4	Партер	9		9
5	Элементы классического танца	13	1	12
6	Ориентация в пространстве	9	1	8
7	Растяжка	7	1	6
8	Танцевальная комбинация	14	1	13
9	Итоговые занятия	2	-	2
<b>Итого</b>		<b>70</b>	<b>6</b>	<b>64</b>

## Содержание программы 2-го года обучения (70 ч).

1	Вводное занятие	Введение в предмет. Техника безопасности.
2	Игровой экзерсис	<i>Практика:</i> разогрев стоп разогрев коленного сустава и подколенных связок, разогрев тазобедренного сустава и мышц паха, разогрев мышц спины и торса, упражнения свингового характера для расслабления
3	Изоляция	<i>Теория:</i> Знакомство с понятием «изоляция» <i>Практика:</i> Упражнения на отделение различных частей тела: Голова - наклоны, повороты, круг, квадрат Плечи - подъём, опускание, вращение Грудная клетка - смещение по всем направлениям. Стопы - подъем и опускание
4	Партер	<i>Практика:</i> развитие мышц стоп - point, flax развитие мышц пресса - подъём и опускание ног, корпуса развитие мышц рук развитие мышц спины - «лодочка», «рыбка» развитие гибкости - «кошка», «кобра»
5	Элементы классического танца	<i>Теория:</i> понятие «экзерсис» позиции рук и ног понятие «выворотность» <i>Практика:</i> Экзерсис на середине зала: demi plie grand plie battement tendu battement jete rond de jamb parter grand b. jete relevés
6	Ориентация в пространстве	<i>Практика:</i> Изучение рисунков: диагональ, круг, змейка. Прыжки: поджатые, soute Вращения: подскоки в повороте, soutenu
7	Растяжка	<i>Теория:</i> Правила стрейчинга: осторожность, внимательность, наличие разогретых мышц. <i>Практика:</i> упражнения на растяжку: спирали, шпагат продольный, поперечный, растяжка задней поверхности ноги.

8.	Танцевальная комбинация	<p><i>Теория:</i> изучение эмоциональной окраски танца изучение характера движений</p> <p><i>Практика:</i> разучивание элементов танца: элементы польки: шаг полька, подскоки, галоп, приседания; элементы хоровода: ход на полупальцах, повороты, работа в парах, припадание, гармошка; элементы вальса: вальсовый шаг, balance. разучивание танцевальных рисунков: змейка, круг,</p>
9.	Итоговые занятия	Подведение итогов.

### 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

#### Методические материалы.

##### *Примерное построение занятий по программе*

**Вводное занятие** проводится в начале учебного года (первое занятие в учебном году).

**Итоговые занятия** проводятся 2 раза в год (1 раз в полугодие - последнее занятие декабря (1 -е полугодие), последнее занятие мая (2-е полугодие)).

##### **Формы организации деятельности обучающихся:**

- групповая;
- индивидуально-групповая;

Основная форма организации занятий - *групповая*.

##### **Формы проведения занятий:**

- беседы;
- практическое занятие;

Основная форма проведения занятий - *учебное занятие*.

В образовательном процессе используются следующие **методы**:

##### по способу организации занятий:

- словесный (рассказ, беседа, анализ проделанной работы);
- наглядный (показ иллюстраций, образцов, пособий, приемов работы педагогом, работа по образцу, наблюдение);
- практический (показ хореографических движение и выполнение их обучающимися, творческие задания).

##### по способу усвоения изучаемого материала:

- объяснительно-иллюстративный - дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный - учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы практической деятельности.

В рамках одного занятия педагогом используется столько форм занятий и методов обучения, сколько необходимо для реализации поставленных цели и задач.

##### **Методы диагностики результата:**

- метод рефлексии;
- диагностическая беседа;
- наблюдение;
- конкурсы, открытые занятия.

##### **Используемые педагогические технологии**

##### по преобладающему методу:

- объяснительно-иллюстративные;

- развивающие;
- творческие;
- по подходу к ребенку:
- гуманно-личностные;
- технологии сотрудничества;
- технологии свободного воспитания.

### ***Дидактический материал.***

Инструкции по охране труда и технике безопасности:

Демонстрационный, наглядный иллюстрированный материал:

Фотографии/картинки костюмов разных народностей мира.

### ***Формы контроля и оценочные материалы.***

Ведущими формами мониторинга эффективности реализации программы и динамики продвижения воспитанников являются:

- входная диагностика, сроки проведения - октябрь. Используемая форма мониторинга - просмотр, включенное педагогическое наблюдение;
- промежуточная аттестация (декабрь/январь). Форма мониторинга - выполнение практических заданий, контрольная точка;
- аттестация по итогам года (апрель/май). Форма мониторинга - публичный экзамен, творческий отчетный концерт, конкурс.

Аттестация может проводиться как в форме контрольных (зачётных занятий), так и в форме концертов, конкурсов, выступлений на различных концертных площадках, открытых уроков. Основной формой проведения контрольных занятий являются комплексные контрольные занятия, включающие проверку теоретических знаний методами опроса, тестирования, контрольных дидактических игр, практические умения и навыки оцениваются во время исполнения танцевальных номеров, на занятии, концерте.

### ***Оценочные материалы.***

Диагностика результатов ведётся лично педагогом. По итогам диагностики педагогом составляется аналитический материал по каждой группе детей.

Экспресс-мониторинг степени освоения детьми основ хореографического искусства приведен в Приложении 2.

### **Способы определения результативности:**

- Педагогическое наблюдение.

**Формы подведения итогов реализации программы:** принятие участия в концертах.

### ***Материально — техническое обеспечение***

1. Наличие хореографического зала.
2. Наличие музыкального сопровождения (магнитофон).
3. Диски с музыкальными материалами, флэш-карта с музыкальным оформлением.

4. Инструкции по охране труда и технике безопасности.
5. Магнитофон.
6. Аудиоматериалы: аудиокассеты, диски с музыкальными композициями.

***Кадровое обеспечение.***

Занятия проводит педагог дополнительного образования.

## **СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. С. Руднева. Э. Фиш «Музыкальные движения». СПб, 2000.
2. Н.П. Базарова. В. Мей «Азбука классического танца». Лен-д, 1983.
3. Г. Берёзова «Хореографическая работа с дошкольниками». Киев, 1989.
4. Г. А. Колодницкий «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей». Москва, 2000.
5. А. А. Потапчук «Лечебные игры и упражнения для детей», Спб, 2009
6. А. А, Потапчук Т. С. Овчинникова «Двигательный игротренинг для дошкольников». Спб, 2009



## Приложение 1.

### Содержание мониторинга степени освоения детьми основ хореографического искусства после 1-го года обучения.

1. Чувство ритма Задание:

А. Пройти под музыку (марш 2/4)

Б. Прохлопать простейший ритмический рисунок (2/4)

*Критерии:*

**Продвинутый уровень:** ребёнок четко марширует под музыку, точно повторяет режим хлопков, быстро запоминает ритмический рисунок.

**Базовый:** Допускает 1 - 2 незначительные ошибки, ритм воспроизводит не точно.

**Стартовый:** не включается в ритм марша, не может повторить ритм хлопков.

1. Координация движений

Задание:

А. Движение по показу: ножницы (движение по вертикали и горизонтали руками).

Б. Игра «Светофор» (красный - руки вверх, желтый - в сторону, зеленый - присели.) Критерии:

**Продвинутый уровень:** свободно и легко двигается, точно соблюдая правила игры.

**Базовый уровень:** затрудняется двигаться, качество движений снижается, двигается неуверенно, иногда нарушает правила игры.

**Стартовый уровень:** не согласует свои движения, не соблюдает правила игры.

2. Артистичность

Задание: Игра «Оживи картинку» (нужно изобразить, как двигается сказочный герой, животное, птица предложенной картинки).

Критерии:

**Продвинутый уровень:** ребенок с удовольствием включается в игру, точно и ярко передает игровой образ, образно-игровые движения выразительны, естественны, согласуются с изменением характера музыки.

**Базовый уровень:** Ребенок включается в игру, но недостаточно ярко и эмоционально передает игровой образ, движения не всегда согласуются с характером музыки.

**Стартовый уровень:** Ребенок не хочет учувствовать в предложенной игре; если участвует, то не может передать образ, движения не выразительны, не эмоциональны и не соответствуют характеру музыки.

3. Двигательная память

Учимся запомнить танцевальное движение.

Критерии.

**Продвинутый уровень:** интерес и яркие эмоции во время движений под музыку, легко запоминает последовательность.

**Базовый уровень:** интерес к движениям под музыку проявляется

недостаточно ярко, запоминает при нескольких повторах.

**Стартовый уровень:** не запоминает последовательность движений.

4. Физические данные:

Выворотность ног - Упражнение «Лягушка».

S Гибкость - Задание: наклоны туловища вперед, назад, вперед.

S Подъем стопы - «Из положения сидя, достать носочком ноги до пола».

Прыжок в высоту - Предложить прыгнуть, как можно выше и легче.

### **Содержание мониторинга степени освоения детьми основ хореографического искусства 2- го года обучения.**

1. Чувство ритма

*Задания:*

А) Прохлопать ритмический рисунок без музыкального сопровождения.

Б) Прохлопать ритмический рисунок знакомой мелодии.

*Критерии:*

**Продвинутый уровень:** Ребенок самостоятельно повторяет ритмический рисунок после показа педагога.

**Базовый уровень:** Ребенок повторяет ритмический рисунок без ошибок, но совместно с педагогом.

**Стартовый уровень:** Ребенок затрудняется или не может повторить ритмический рисунок даже совместно с педагогом.

2. Музыкально-ритмическая координация — умение координировать(согласовывать) движения частей тела во времени и пространстве под музыку для «решения конкретной задачи».

*Задания:*

А) Пройти под ритмичную музыку (по выбору педагога) координируя при этом движения рук ног и головы. Б) Пройти под музыку меняя движение со сменой характера музыкального произведения (от шага к бегу, от бега к подскоку). В) Умение ориентироваться в пространстве сценической площадки, соблюдать интервалы. *Критерии:* **Продвинутый уровень:** Самостоятельное исполнение.

**Базовый уровень:** С помощью педагога.

**Стартовый уровень:** Не справляется с заданием.

3 Двигательная память - одна из особенностей координации, зависящая от работы зрительного и вестибулярного аппарата и других органов.

*Задания:*

А) Повторить танцевальную комбинацию на основе знакомых движений.

*Критерии:*

**Продвинутый уровень:** Ребенок самостоятельно повторяет движение или комбинацию, после показа педагога.

**Базовый уровень:** Ребенок повторяет с подсказкой педагога.

**Стартовый уровень:** Ребенок не может запомнить движение и исполнить его, даже с подсказками педагога.

1. Артистичность.

Задания:

Игра изобразительного характера, связанная с передачей того или иного образа (животных, птиц, сказочных героев)

Критерии:

***Продвинутый уровень:*** Ребенок с удовольствием, активно включается в игру, точно и ярко передает игровой образ.

***Базовый уровень:*** Ребенок включается в игру, но недостаточно ярко передает игровой образ. ***Стартовый уровень :*** Ребенок не хочет

участвовать в предложенной игре, если участвует, то не может передать образ.