

Управление образования администрации Ковровского района
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Дворец творчества детей и молодежи» Ковровского района

Согласовано:
Методический совет
от 20 мая 2025 г.
Протокол № 2

Утверждаю:
Директор МАУДО «ДТДиМ»
Л.В. Алексеева
21 мая 2025 г.
Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол № 1
21 мая 2025 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Ритмика с элементами балетной гимнастики»

Направленность – художественная

Уровень сложности – ознакомительный

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок реализации: 1 год

Авторы-составители:
Малькова Марина Викторовна,
педагог дополнительного образования
первой квалификационной категории,
Семичева Ирина Геннадьевна,
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории,

п. Мелехово, 2025 г.

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа дополнительного образования «Ритмика с элементами балетной гимнастики» имеет художественную направленность.

Программа спроектирована в соответствии с современными требованиями и следующими документами:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022г. № 629.
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г. /Распоряжение правительства Российской Федерации от 32 марта 2022 г. №678-р.
5. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)

Актуальность программы:

Дети приходят на начальный этап обучения с разной физической подготовкой, поэтому необходимо подготовить их для занятий хореографией, а именно развить выворотность, танцевальный шаг, постановку корпуса, обогатить запас двигательных навыков, развить координацию, ориентацию в пространстве, выносливость, работоспособность, музыкальность, привить культуру движения, пластики.

Новизна программы:

Новизна программы состоит в том, что используются игровые формы занятий, так как основными методическими принципами работы с детьми такого возраста являются решения учебных задач через игровые упражнения.

Педагогическая целесообразность:

Программа педагогически целесообразна тем, что дети знакомятся с миром танца, участвуют в процессе создания творческих номеров, что, безусловно, сказывается на общекультурном, духовно-нравственном развитии. Происходит стимулирование развития детской фантазии, воображения. Программа так же способствует ранней профориентации учащихся.

Своевременность, необходимость, соответствие потребностям времени программы:

Необходимость подготовки детей для будущего углубленного изучения основам хореографии.

Отличительные особенности программы:

Формирование учебных навыков, заложенных программой, предполагается осуществлять путем обогащения и изменения игровых упражнений в течение всего года. Благодаря включению в программу игровых форм, дети быстрее и в более легкой форме адаптируются к выполнению тех или иных задач. Все это минимизирует появление различных трудностей при выполнении упражнений, что способствует развитию трудолюбия, усидчивости, уважения друг к другу.

Они знакомятся с миром танца, участвуют в процессе создания творческих номеров, что, безусловно, сказывается на общекультурном, духовно-нравственном развитии. Происходит стимулирование развития детской фантазии, воображения. Программа также способствует ранней профориентации учащихся.

Адресат программы:

Программа рассчитана на возраст детей 5-7 лет. Количество обучающихся в объединении 10-12 человек.

Объем и срок освоения программы:

Занятия проводятся два раза в неделю по 1 академическому часу. Итого 72 час в год. Состав группы может меняться.

В занятия включаются движения классического танца, народного и современного, сюжетно-образные движения, игры, задание на развитие музыкальности. В процессе занятий движения должны совершенствоваться, становиться более свободными, ритмичными, координированными, выразительными и пластичными. Занятия хореографией способствуют правильному физическому развитию детей, имеют оздоровительное значение (при учете физических и психологических особенностей детей).

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса:

Занятия объединения строятся (методы проведения занятий, организация коллективной работы, время для теории и практики) в полном соответствии с возрастными особенностями учеников. Каждое занятие включает в себя теорию и практическую деятельность.

Занятия в объединении проводятся по группам. Допускается смешение возрастов в группе (из-за индивидуальных особенностей конкретного ученика). Состав группы может меняться.

Режим занятий:

Занятия проводятся два раза в неделю, продолжительность 35 минут.

№п/п	Год обучения	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Объем учебных часов	Режим работы
1	Первый	36	72	72	Два раза в неделю по одному академическому часу

1.2. Цели и задачи:

Цель программы: изучить простые элементы хореографии (классической, народной, современной через игровой подход); совершенствовать координацию движений в процессе изучения; развить хореографические данные обучающихся; подготовить обучающихся к более глубокому изучению хореографического искусства.

Задачи программы:

1. Личностные:

- Сформировать работоспособность, усидчивость, аккуратность, внимательность, ответственность, креативность, пунктуальность, самостоятельность;
- Сформировать доброжелательное отношение к людям, животным, историческому наследию, национальной культуре, традициям, собственному здоровью;
- Сформировать духовные, моральные, нравственные, эстетические культурные ценности.
- Обучиться правилам музыкальной грамотности в исполнении, изучить музыку известных композиторов, которые создали свои уникальные шедевры и воплотили их в балетных постановках;

2. Предметные:

- Получить основное представление о богатом разнообразии искусства танца;
- Обучиться методам развития природных данных посредством балетной гимнастики;

3. Метапредметные:

- Обучиться навыкам исполнения простых элементов классического, народного и современного танца в соответствии с заданной музыкой;
- Обучиться принципам репетиционно-постановочной работы для создания творческих номеров;
- Развить творческое воображение, внимание, координацию, чувство ритма, слух;
- Развить артистизм в исполнении.

1.3. Содержание программы.

№	Название раздела, темы	Кол-во часов	Кол-во часов	Кол-во часов	Формы аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях.	1	1	-	Опрос

2.	Раздел 1. Балетная гимнастика.	14	1	13	Зачет
3.	Раздел 2. Элементы классического танца.	14	1	13	Зачет
4.	Раздел 3. Элементы народного танца.	14	1	13	Зачет
5.	Раздел 4. Элементы современного танца.	14	1	13	Зачет
6.	Раздел 5. Репетиционно-постановочная работа.	13	1	12	Зачет
7.	Раздел 6. Аттестация за 1 и 2 полугодие.	2	-	2	Зачет
8.	Итого:	72	6	66	

Содержание учебного плана.

Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях:

Теоретические основы техники безопасной работы на занятиях. Ознакомление с планом работы на учебный год. Вводный инструктаж по соблюдению техники безопасности и пожарной безопасности на занятиях. Правила поведения в образовательном учреждении. Требования педагога к обучающимся на период обучения. Правила дорожного движения.

Раздел 1. Балетная гимнастика.

Упражнения для стоп: флажок, пальчики, кулачок, ушки зайчика, рыбий хвостик. Упражнения для развития выворотности: русалочка, вытягивание и сокращение стоп по 2 позиции, выворотная складочка, складочка с оттягиванием носков на себя, бабочка, лягушка, угол. Продольный и поперечный шпагаты. Упражнения для развития гибкости и пластичности позвоночника: сфинкс, коробочка, корзиночка, лодочка, кошечка, мостик, из положения стоя на коленях, мостик из положения стоя на вытянутых ногах. Упражнения для развития шага и силы ног (а так же для развития подколенных связок, выворотности).

Раздел 2. Элементы классического танца.

Позиции рук, epaulement. Техника выполнения plié, battement tendu, battement tendu jete, adagio, grand battement. Понятие точек, малые, средние, большие позы. Танцевальные шаги. Простые повороты и их виды. Виды вращений, техника выполнения. Простые прыжки.

Раздел 3. Элементы народного танца.

Простой сценический шаг, сценический бег, галоп вперед, шаг с притопом, дробные шаги. Выбрасывание ног в сторону, «ковырялочка», «елочка». Присядка с выставлением ноги на каблук, «пружинка», положение рук на талии. Подскоки, пружинящий шаг в сторону, тройной притоп, шаг с переменной носка и пятки, приставной шаг с приседанием, с выставлением ноги на носок, движения вокруг себя, повороты в паре «лодочкой».

Раздел 4. Элементы современного танца.

Понятие aplomb, смещение уровня. Упражнения corkscrew, paschasse, pas debouree, pirouette, soutenu tournant, tour pique, циркуль, с использованием движений из главы 2.2 и 2.3 в поворотах, в разных уровнях, со смещением центра тяжести.

Раздел 5. Репетиционно-постановочная работа.

Постановка хореографических этюдов игровой направленности.

Раздел 6. Аттестация за 1 и 2 полугодие в форме зачета.

Планируемые результаты:

1. Личностные:

- Сформировали работоспособность, усидчивость, аккуратность, внимательность, ответственность, креативность, пунктуальность, самостоятельность;
- Сформировали доброжелательное отношение к людям, животным, историческому наследию, национальной культуре, традициям, собственному здоровью;
- Сформировали духовные, моральные, нравственные, эстетические культурные ценности.

- Овладели правилам музыкальной грамотности в исполнении, изучили музыку известных композиторов, которые создали свои уникальные шедевры и воплотили их в балетных постановках;

2. Предметные:

- Получили основное представление о богатом разнообразии искусства танца;
- Овладели методам развития природных данных посредством балетной гимнастики;

3.Метапредметные:

- Научились навыкам исполнения простых элементов классического, народного и современного танца в соответствии с заданной музыкой;
- Освоили принципырепетиционно-постановочной работы для создания творческих номеров;
- Развили творческое воображение, внимание, координацию, чувство ритма, слух;
- Научились артистизму в исполнении.

РАЗДЕЛ 2. « КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график (Приложение 1)

№п/п	Год обучения	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Объем учебных часов	Режим работы
1	Первый	36	72	72	Два раза в неделю по одному академическому часу

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Характеристика помещения:

- Светлое, с хорошим освещением помещение, в соответствии с Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. «28, площадью – 23 кв.м, располагающееся по адресу: п. Мелехово, ул. Первомайская, д.94 «Дворец творчества детей и молодежи» Ковровского района.

- Кабинет для занятий хореографией;
- Хореографический станок;
- Зеркала;
- Спортивный инвентарь для развития физических данных.

Информационное обеспечение:

- Мультимедийная установка, интернетисточки.

Кадровое обеспечение:

Реализацию программы обеспечивает педагог дополнительного образования, обладающий не только профессиональными, но и компетенциями в организации и ведении образовательной деятельности объединения художественного направления.

Педагог дополнительного образования имеет средне-специальное образование, стаж работы более 30 лет.

2.3. Формы аттестации.

- Промежуточная аттестация учащихся объединения 1 раз – декабрь-январь 1 занятие практическое в форме опрос-зачет, творческий проект-соревнование.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: видеозапись, грамота, готовая работа, диплом, журнал посещаемости, протокол конкурса, фото, видео, отзывы детей и родителей, свидетельство (сертификат).

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: конкурсы, фестивали, мастер-классы.

2.4. Оценочные материалы

- Карта «Мониторинг уровня усвоения образовательной программы учащимися в объединении» и карта «Мониторинг уровня воспитанности учащихся в объединении» (Приложение 2)
- Карта педагогического наблюдения (Приложение 3)
- Педагогический анализ результатов опроса, решения задач поискового характера, участия обучающихся в конкурсах, активности обучающихся на занятиях.

2.5. Методические материалы

Образовательный процесс организуется очно.

Методы обучения:

- Словесный: объясняется техника безопасности и исполнения того или иного элемента;
- Наглядно-практические: совместное проучивание движений, комбинаций, элементов с детьми, выявление ошибок в исполнении;
- Показ иллюстраций видеороликов.

Форма организации образовательного процесса: индивидуальная, групповая.

Формы организации учебного занятия: беседа, практическое занятие, мастер-класс, просмотр видеороликов, конкурсы, фестивали, концерты, открытые уроки.

Алгоритм учебного занятия:

1. Организационный момент (приветствие, обозначение темы занятия и его этапов)
2. Основная часть занятия (теория, практика, форма контроля)
3. Заключительная часть (подведение итогов, домашнее задание)

Дидактические материалы – раздаточные материалы, книг, видео, аудио материалы.

Педагогические технологии: технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология проблемного обучения, технология исследовательской деятельности, коммуникативная технология обучения,

Технология портфолио, технология образа и мысли, технология решения изобретательских задач, здоровье сберегающая технология, технология коллективной творческой деятельности, технология игровой деятельности.

Список литературы.

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии»
2. Богаткова Л. «Хоровод друзей»
3. Богаткова Л. «Танцы разных народов»
4. Ваганова А. «Основы классического танца»
5. Захаров Р. «Сочинение танца»
6. Пуртова Т, Беликова А, Кветная О. «Учите детей танцевать»
7. Савчук О. «Школа танцев для детей»
8. Royal Academy of Dancing, перевод с английского С.Бардиной «Балет.Уроки. Шаг за шагом»