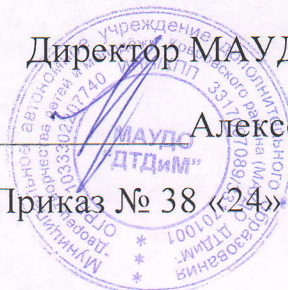


Департамент образования администрации Владимирской области.  
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Дворец творчества детей и молодежи» Ковровского района

Принята на заседании  
методического совета  
от «22» мая 2024г.  
Протокол № 1

«Утверждаю»

Директор МАУДО «ДТДиМ»  
Алексеева Л.В.  
Приказ № 38 «24» мая 2024 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
**«Ритмика с элементами балетной  
гимнастики»**

Возраст обучающихся: 5-7 лет, срок реализации : 1 год

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

П. Мелехово, 2024

# **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 2022 г. № 629.
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г. /Распоряжение правительства Российской Федерации от 31 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.

**Своевременность, необходимость, соответствие потребностям времени программы:**

Необходимость подготовки детей для будущего углубленного изучения основам хореографии.

**Отличительные особенности программы:**

Включение игровой формы занятий, так как основными методическими принципами работы с детьми такого возраста являются решения учебных задач через игровые упражнения. 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, уважение 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 часа в год. Состав группы может меняться.

В занятия включаются движения классического танца, народного и современного, сюжетно-образные движения, игры, задания 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; развивать

хореографические данные обучающихся; подготовить обучающихся к более глубокому изучению хореографического искусства.

### **Задачи программы:**

#### **1. В обучении:**

- Получить основное представление о богатом разнообразии искусства танца;
- Обучиться методам развития природных данных посредством балетной гимнастики;
- Обучиться навыкам исполнения простых элементов классического, народного и современного танца в соответствии с заданной музыкой;
- Обучиться принципам репетиционно-постановочной работы для создания творческих номеров;
- Обучиться правилам музыкальной грамотности в исполнении, изучить музыку известных композиторов, которые создали свои уникальные шедевры и воплотили их в балетных постановках;

#### **2. В развитии:**

- Развить творческое воображение, внимание, координацию, чувства ритма, слух;
- Развить артистизм в исполнении.

#### **3. В воспитании:**

- 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.

### 1.3 Содержание программы

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях.	1	1	-	Опрос
2.	Раздел 1. Балетная гимнастика	14	1	13	
3.	Раздел 2. Элементы классического танца	14	1	13	Зачет
4	Раздел 3. Элементы народного танца	14	1	13	
5	Раздел 4. Элементы современного танца	14	1	13	
6.	Раздел 5.Репетиционно-постановочная работа	13	1	12	
5	Раздел 6. Аттестация за 1 и 2 полугодие	2	-	2	
<b>6</b>	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>6</b>	<b>66</b>	

#### *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 II-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 также для развития подколенных связок, выворотности).

### ***Раздел 2. Элементы классического танца.***

Позиции рук, epaulement. Техника выполнения plie, 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 de bouree, pirouette, soutenu en tournant, tour piqe, 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.***

Постановки «Пингвин», «На площадке» с элементами актерской игры.

### ***Раздел 6. Аттестации за 1 и 2 полугодие в форме зачета.***

#### **1.4 Планируемые результаты:**

##### **1. Обучающие:**

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

- Научились навыкам исполнения простых элементов классического, народного и современного танца в соответствии с заданной музыкой;
- Освоили принципы репетиционно-постановочной работы для создания творческих номеров;
- Овладели правилами музыкальной грамотности в исполнении, изучить музыку известных композиторов, которые создали свои уникальные шедевры и воплотили их в балетных постановках.

## 2. Развивающие:

- Развили возможности творческого воображения, внимания, координации, чувства ритма, слуха;
- Научились артистизму в исполнении.

## 3. Воспитательные:

- Сформировали принципы работоспособности, усидчивости; аккуратности, внимательности, ответственности, креативности, пунктуальности, самостоятельности;
- Сформировали доброжелательное отношение к людям, животным, историческому наследию, национальной культуре, традициям, собственному здоровью;
- Сформировали духовные, моральные, нравственные, эстетические культурные ценности.



## 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 Санитарные правила 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 дом 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, интернет источники: <https://vk.com/id756440321>

### **Кадровое обеспечение:**

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

Педагог дополнительного образования имеет высшее хореографическое образование, стаж работы не менее 8 лет.

### **2.3. Формы аттестации**

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

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: видеозапись, грамота, готовая работа, диплом, журнал посещаемости, протокол соревнований, 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 соревнованиях, 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, видео роликов.

Форма организации образовательного процесса: индивидуальная, групповая.

Формы организации учебного занятия: - беседа, практическое занятие, мастер-класс, просмотр видео роликов, конкурсы, фестивали, 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, д/з);

Дидактические материалы – раздаточные материалы, книги, 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 для педагога

1. Барышникова Т.С. «Азбука хореографии». М.: Айрис – пресс, 2000. – 266 с.
2. Ваганова А. Я. «Основы классического танца». СПб.: Издательство «Лань», 2000. — 192с.
3. Пинаева Е.А. «Детские образные танцы» Методическое пособие. — Пермь: ГОУ ДОД Областной центр художественного творчества учащихся учащихся «Росток», 2005. — 36 с.
4. Полятков С. «Основы современного танца». Методическое пособие: Ростов-на-Дону, Издательство: Феникс, 2005. - 80 с.
5. Никитин В.Ю. «Модерн-джаз танец. История. Методика. Практика. Издательство «ГИТИС», 1998. – 128 с.
6. Якушева С.Д. Основы педагогического мастерства. Учебное пособие. М., 2004. – 345с.

### Список литературы для родителей и детей

1. Зарецкая Н.В. Танцы для детей среднего дошкольного возраста. М.: Айрис-пресс, 2008 г. - 112с.
2. Пуртова Т.В., Беликова А.Н. Учите детей танцевать. М.: Владос, 2001. – 256 с.
3. Горшкова Е.В. Учебно- методическое пособие О говорящих движениях и чудесных превращениях. М.: Дрофа, 2007. — 79с.