



Частное общеобразовательное учреждение
«Образовательный комплекс «Точка будущего»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Танец»
(художественной направленности)

Срок реализации программы: 3 года
Автор-составитель: Евсюнина Анастасия Андреевна

г. Иркутск
2023 год



Содержание

Пояснительная записка	3
Раздел 1. Учебный план	6
Раздел 2. Содержание программы	7
Раздел 3. Учебно-тематический план	11
Календарный учебный график на 2023–2024 учебный год.....	12
Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы	13

Пояснительная записка

Программа «Танец» разработана на основании действующего законодательства РФ (ФЗ от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» и др. нормативно-правовых актов).

Программа имеет **художественную направленность**. Содержание способствует развитию художественно-эстетического вкуса, художественных способностей и склонностей к искусству танца, творческого подхода, эмоционального восприятия и образного мышления, подготовки личности к постижению великого мира хореографии, формированию стремления к воссозданию чувственного образа воспринимаемого мира.

Программа представляет собой ознакомительный курс и по уровню сложности рассчитана на **стартовый уровень**. Рекомендована к изучению со средней группы детского сада.

Актуальность данной общеобразовательной программы носит интегрированный характер, выполняя главную задачу предмета – освоение обучающимися практических умений, Старший дошкольный возраст является благоприятным для формирования практически всего спектра двигательных способностей. В этот период закладываются основы культуры движений, успешно осваиваются ранее неизвестные упражнения, приобретаются новые двигательные навыки. Почти все показатели двигательных способностей ребенка демонстрируют высокие темпы прироста. Наиболее интенсивное увеличение наблюдается в показателях координации движений, гибкости, функции равновесия. Одной из важнейших задач физического воспитания является развитие двигательной функции и умение управлять своими движениями. Как известно, эффективность этого процесса в значительной степени обеспечивают двигательно-координационные способности, которые одновременно оказывают существенное влияние и на умственное развитие ребенка.

Новизна данной программы заключается в интеграции таких направлений, как ритмика, музыка, пластика, сценическое движение. Содержание тем адаптировано для дошкольного возраста.

Цель программы: развитие ловкости и координационных способностей, двигательного спектра и танцевального творчества детей старшего дошкольного возраста, посредством танца.

Задачи:

Образовательные: помогать ребенку овладевать танцевально-игровой деятельностью: формировать умения связывать танцевальные движения с ритмом музыки; формировать умения согласовывать движения с текстом и музыкой; систематизировать умения менять движения в связи с изменениями динамики звучания музыки; формировать представление о возможностях пластики для передачи различных эмоциональных состояний.

Развивающие: развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности; развивать двигательные качества и умения (двигаться в соответствии с ярко выраженным характером музыки); развивать умение ориентироваться в пространстве.

Воспитательные: воспитывать доброжелательное отношение к танцам, музыке; воспитывать эстетические качества детей.

Игровые: развитие творческого самовыражения; воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности в движениях.

Оздоровительные: способствовать профилактике плоскостопия; способствовать формированию правильной осанки; способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата; способствовать развитию функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной системы организма.

Планируемые результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы.

Планируемые результаты освоения программы, согласно ООП ДО ЧОУ «ОК «Точка Будущего», «представлены в виде целевых ориентиров, которые рассматриваются как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений воспитанника.

В конце **первого года обучения** воспитанники должны овладеть следующими знаниями, умениями и навыками:

Знать:

- понятия «ритмика», «танец», «приветствие», «поклон»;
- правильную технику выполнения танцевальных шагов, движений.

Уметь:

- работать в коллективе;
- ориентироваться в пространстве;
- строиться в шеренгу, круг, линию.

В конце **2-го года обучения** воспитанники овладеют следующими знаниями, умениями и навыками:

Будут знать:

- название движений, алгоритм их исполнения;
- порядок выполнения изученных танцевальных комбинаций;

Будут уметь:

- ориентироваться в зале и на сцене;
- строиться в шеренгу, круг и линию, выполнять простейшие построения и перестроения;
- работать в коллективе и в паре;
- передавать простейшие образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т. д.) в танце.

Будут владеть: техникой простейших танцевальных элементов в паре (хлопки с партнёром, повороты под рукой и т. д.).

В конце **3-го года обучения** воспитанники овладеют следующими знаниями, умениями и навыками:

Будут знать:

- название движений, алгоритм их исполнения;
- порядок выполнения изученных танцевальных комбинаций;

Будут уметь:

- ориентироваться в зале и на сцене;
- исполнять движения легко и непринуждённо, выполнять комбинации, четко передавая музыкальные особенности;
- анализировать своё исполнение.

Будут владеть: техникой передачи музыкальных длительностей в движениях (плавно, умеренно, быстро).

Программа рассчитана на 3 года обучения, 170 учебных часов.

1 год обучения: 4–5 лет – 34 часа в год;

2 год обучения: 5–6 лет – 68 часов в год;

3 год обучения: 6–7 лет – 68 часов в год.

Форма обучения – очная.

Занятия проводятся по группам.

Состав группы обучающихся – постоянный.

Продолжительность одного академического часа для средних групп – 20 мин., для старших групп – 25 мин., для подготовительных групп – 30 мин. Перерыв между учебными занятиями – 10 минут.



Общее количество часов в неделю – 1 час для средних групп, по 2 часа для старших и подготовительных групп, 34 и 68 часов в год соответственно.

Состав группы.

Программа адресована детям 4–7 лет. На обучение по программе допускаются любые учащиеся без предъявления требований к уровню образования, без проведения индивидуального отбора на основе свободы выбора в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями обучающихся. Возможно включение в группу обучающихся с ОВЗ.

Количество обучающихся в группе 12 человек.

Раздел 1. Учебный план
Учебный план 1 года обучения (4–5 лет)

№	Наименование раздела	Кол-во часов	Формы промежуточной/итоговой аттестации
1	Знакомство с танцем	9	Игра-тренинг
2	Учебно-тренировочный	20	Зачетное занятие
3	Постановочная работа	5	Выступление (открытый урок)
	Итого	34	

Учебный план 2 года обучения (5–6 лет)

№	Наименование раздела	Кол-во часов	Формы промежуточной/итоговой аттестации
1	Поиграем с танцем	15	Игра-тренинг
2	Учебно-тренировочный	42	Зачетное занятие
3	Постановочная работа	11	Выступление (открытый урок)
	Итого	68	

Учебный план 3 года обучения (6–7 лет)

№	Наименование раздела	Кол-во часов	Формы промежуточной/итоговой аттестации
1	Поиграем с танцем	15	Игра-тренинг
2	Учебно-тренировочный	42	Зачетное занятие
3	Постановочная работа	11	Выступление (открытый урок)
	Итого	68	

Раздел 2. Содержание программы

1 год обучения (4–5 лет)

Раздел 1. Знакомство с танцем

Тема 1. «Вводное занятие»

Теория: Ознакомление с программой и графиком работы. Понятия «ритмика», «танец», «приветствие», «поклон». Инструктаж «Правила поведения обучающихся в Доме детского творчества».

Практика: Игра-тест на знакомство «Цветик-семицветик».

Тема 2. «Игрогимнастика»

Практика: Выполнение общей игровой разминки (марш с носка по кругу, шаг на полу пальцах, на пятках, «гусиный шаг», бег, галоп).

Тема 3. «Игротанцы»

Теория: Объяснение техники выполнения игротанцев «Полька» и элементов вальса.

Практика: Разучивание техники исполнения игротанцев (приставного шага стоя в линиях; тройного шага по кругу, приседания с выносом ноги на каблук).

Раздел 2. Учебно-тренировочный

Тема 4. «Танцевально-ритмическая гимнастика»

Практика: Разучивание специальных композиций и комплексов упражнений («Зверобика», «Делай как я», «У жирафа»).

Тема 5. «Игропластика»

Практика: Освоение специальных упражнений для развития мышечной силы и гибкости (наклоны и повороты головы, корпуса, правильная постановка рук на пояс).

Тема 6. «Пальчиковая гимнастика»

Практика: Ритмическое сжимание и разжимание пальцев, одновременное сжимание пальцев, резкое раскрытие пальцев, упражнение «ловим муху» (резкое сжимание кулаков), пальцы «здороваются» друг с другом, волнообразные движения кистями рук.

Тема 7. «Игровой самомассаж»

Практика: Освоение правильной техники выполнения самомассажа, поглаживание отдельных частей тела в образно-игровой форме.

Тема 8. «Музыкально-подвижные игры»

Практика: Подвижные игры на внимание, координацию и ориентацию в пространстве («Паровозик», «День-ночь»).

Тема 9. «Игры-путешествия»

Практика: Игры на развитие образного и пространственного мышления, подражание животным, профессии, фигуры («Путешествие по станциям», «Времена года», «Море волнуется раз...»).

Тема 10. «Креативная гимнастика»

Практика: Выполнение упражнений сидя и лёжа на полу (перекаты на спине «бревно», подъём на лопатки «берёзка»).

Раздел 3. Постановочная работа

Тема 11. «Постановка и отработка танца»

Теория: Образы в эстрадном номере и показ танцевальных связок и рисунка.

Практика: Разучивание и отработка техники исполнения движений танцевального номера номеров.

Тема 12. Итоговое занятие.

Практика: Участие в открытом уроке, подведение итогов за учебный год.

2 год обучения

Раздел 1. Поиграем с танцем

Тема 1. «Вводное занятие»

Теория: Ознакомление с программой и графиком работы. Инструктаж «Правила поведения обучающихся в Доме детского творчества».

Практика: Игра-тест на знакомство «Запомни моё имя».

Тема 2. «Игрогимнастика»

Практика: Выполнение общей игровой разминки (марш с носка по кругу, шаг на полу пальцах, на пятках, «гусиный шаг», бег, галоп).

Тема 3. «Игротанцы»

Теория: Объяснение техники выполнения парного танца «Вару-вару».

Практика: Разучивание элементов танца в паре (приставного шага; хлопки с партнёром, повороты под руку).

Раздел 2. Учебно-тренировочный

Тема 4. «Танцевально-ритмическая гимнастика»

Теория: Показ и объяснение выполнения упражнений сидя и лёжа на полу.

Практика: Выполнение упражнений «ёлочка», «дорожка», «бабочка», «лодочка», «лягушка» и т. д.

Тема 5. «Игропластика»

Практика: Выполнение специальных упражнений для развития мышечной силы и гибкости (наклоны и повороты головы, корпуса, правильная постановка рук на пояс).

Тема 6. «Танцевально-ритмические движения»

Теория: Показ и объяснение выполнения танцевальных движений в разных стилях.

Практика: Разучивание и выполнение танцевальных связок в различных стилях (шаг польки, вальс, в русском характере, хип-хоп).

Тема 7. «Танцевально-ритмические этюды»

Практика: Разучивание, самостоятельное составление и воспроизведение небольших танцевальных связок.

Тема 8. «Музыкально-подвижные игры»

Практика: Подвижные игры на внимание, координацию и ориентацию в пространстве («Паровозик», «Дождик - солнышко»). Игры на развитие образного мышления подражание животным, профессии, фигуры «Пластилин», «Зеркало».

Тема 9. «Ритмические упражнения на координацию движений»

Теория: Объяснение правил ориентации в пространстве, повороты по точкам.

Практика: Изучение танцевальной комбинации на шагах с подскоками и поворотами (полуповороты, повороты, туры, развороты), в линии и по диагонали.

Раздел 3. Постановочная работа

Тема 10. «Постановка и отработка концертных номеров»

Теория: Образы в эстрадном номере и показ танцевальных связок и рисунка.

Практика: Разучивание и отработка техники исполнения движений танцевального номера.

Тема 11. Итоговое занятие.

Практика: Выступление на открытом уроке, подведение итогов за учебный год.

3 год обучения

Раздел 1. Поиграем с танцем

Тема 1. «Вводное занятие»

Теория: Ознакомление с программой и графиком работы. Инструктаж «Правила поведения обучающихся в Доме детского творчества».

Практика: Игра-тест на знакомство «Дай мне руку».

Тема 2. «Игрогимнастика»

Практика: Выполнение общей игровой разминки (марш с носка по кругу, шаг на полу пальцах, на пятках, «гусиный шаг», бег, галоп).

Тема 3. «Игротанцы»

Теория: Объяснение техники выполнения парного танца «Круговая полька».

Практика: Разучивание элементов танца в паре (приставного шага; хлопки с партнёром, повороты под руку).

Раздел 2. Учебно-тренировочный

Тема 4. «Танцевально-ритмическая гимнастика»

Теория: Показ и объяснение выполнения упражнений сидя и лёжа на полу.

Практика: Выполнение упражнений «ёлочка», «дорожка», «бабочка», «лодочка», «лягушка», «мостик», шпагат и т. д.

Тема 5. «Игропластика»

Практика: Выполнение специальных упражнений для развития мышечной силы и гибкости (наклоны и повороты головы, корпуса, правильная постановка рук на пояс).

Тема 6. «Танцевально-ритмические движения»

Теория: Показ и объяснение выполнения танцевальных движений в разных стилях.

Практика: Совершенствование выполнения танцевальных связок в различных стилях (шаг польки, вальс, в русском характере, хип-хоп).

Тема 7. «Танцевально-ритмические этюды»

Практика: Разучивание, самостоятельное составление и воспроизведение небольших танцевальных связок.

Тема 8. «Музыкально-подвижные игры»

Практика: Подвижные игры на внимание, координацию и ориентацию в пространстве («Паровозик», «День - ночь»). Игры на развитие образного мышления подражание животным, профессии, фигуры («Путешествие по странам», «Времена года», «Море волнуется раз...»).

Тема 9. «Ритмические упражнения на координацию движений»

Теория: Правила ориентации в пространстве, повороты по точкам.

Практика: Изучение танцевальной комбинации на шагах с подскоками и поворотами (полуповороты, повороты, туры, развороты), в линии и по диагонали.

Раздел 3. Постановочная работа

Тема 10. «Постановка и отработка эстрадных номеров»

Теория: Образы в театральном номере и показ танцевальных связок и рисунка.

Практика: Разучивание и отработка техники исполнения движений танцевального номера.

Тема 11. Итоговое занятие.

Практика: Выступление на открытом уроке, подведение итогов за учебный год.

Раздел 3. Учебно-тематический план

1 год обучения (4–5 лет)

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля и промежуточной аттестации
		Всего	Теория	Практика	
I	Знакомство с танцем	9	2	7	Игра-тренинг
1	Вводное занятие	1	1	-	Игра-тренинг
2	Игрогимнастика	4	-	4	
3	Игротанцы	4	1	3	
II	Учебно-тренировочный	20	-	20	Зачетное занятие
4	Танцевально-ритмическая гимнастика	4	-	4	
5	Игропластика	4	-	4	
6	Пальчиковая гимнастика	2	-	2	
7	Игровой самомассаж	1	-	1	
8	Музыкально-подвижные игры	3	-	3	
9	Игры - путешествия	2	-	2	
10	Креативная гимнастика	4	-	4	Зачетное занятие
III	Постановочная работа	15	1	4	Выступление (открытый урок)
11	Постановка и отработка танца	4	1	3	
12	Итоговое занятие	1	-	1	Выступление (открытый урок)
Итого:		34	3	31	

2 год обучения (5–6 лет)

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля и промежуточной аттестации
		Всего	Теория	Практика	
I	Поиграем с танцем	15	2	13	Игра-тренинг
1	Вводное занятие	1	1	-	Игра-тренинг
2	Игροгимнастика	6	-	6	
3	Игротанцы	8	1	7	
II	Учебно-тренировочный	42	4	38	Зачетное занятие
4	Танцевально-ритмическая гимнастика	8	1	7	
5	Игропластика	6	-	6	
6	Пальчиковая гимнастика	8	1	7	
7	Игровой самомассаж	8	-	8	
8	Музыкально-подвижные игры	4	-	4	
9	Игры - путешествия	8	1	7	
10	Креативная гимнастика	8	1	7	Зачетное занятие

III	Постановочная работа	11	1	10	Выступление (открытый урок)
11	Постановка и отработка танца	10	1	9	
12	Итоговое занятие	1	-	1	Выступление (открытый урок)
Итого:		68	6	62	

3 год обучения (6–7 лет)

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля и промежуточной аттестации
		Всего	Теория	Практика	
I	Поиграем с танцем	15	2	13	Игра-тренинг
1	Вводное занятие	1	1	-	Игра-тренинг
2	Игrogимнастика	6	-	6	
3	Игротанцы	8	1	7	
II	Учебно-тренировочный	42	4	38	Зачетное занятие
4	Танцевально-ритмическая гимнастика	8	1	7	
5	Игропластика	6	-	6	
6	Пальчиковая гимнастика	8	1	7	
7	Игровой самомассаж	8	-	8	
8	Музыкально-подвижные игры	4	-	4	
9	Игры - путешествия	8	1	7	
10	Креативная гимнастика	8	1	7	Зачетное занятие
III	Постановочная работа	11	1	10	Выступление (открытый урок)
11	Постановка и отработка танца	10	1	9	
12	Итоговое занятие	1	-	1	Выступление (открытый урок)
Итого:		68	6	62	

Календарный учебный график на 2023–2024 учебный год

Этапы образовательного процесса	2 и 3 год обучения
Начало учебного года	1 сентября 2024 г.
Продолжительность непосредственно образовательного блока	34 недели
Продолжительность учебной недели	5 дней
Продолжительность 1 учебного часа:	
- для 2 года обучения	25 мин.
- для 3 года обучения	30 мин.
Окончание учебного года	31 мая 2024 г.

Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы

1. Материально-технические условия:

Помещение для занятий по программе «Танец» должно быть достаточно просторным и хорошо проветриваемым, рекомендуемая площадь – от 60–90 кв.м. Дополнительная мебель для занятий, такая как столы, как правило не используется. Для работы в партере (на полу) требуются гимнастические коврики (коврики для йоги) в количестве 12 шт. Звуко и видеовоспроизводящая аппаратура – колонки, проигрыватель.

2. Использование дистанционных технологий при реализации программы.

Не используются.

3. Оценочные материалы.

Целевые ориентиры, согласно ООП ДО ЧОУ «ОК «Точка Будущего», в соответствии с ФГОС ДО не подлежат непосредственной оценке, не являются основанием для сравнения с реальными результатами детей. Принцип безоценочности позволяет сравнивать только предыдущие достижения ребёнка с актуальными и на основе этого выстраивать траекторию его индивидуального развития.

Результаты и достижения воспитанников представляются на отчетном уроке раз в год в конце учебного года.

4. Методические материалы

В рамках реализации данной программы мы предполагаем возможности для **интеграции основного и дополнительного образования** за счёт того, что программа предоставляет воспитанникам возможность воплощения в танце образов героев сказок, изучаемых в группе в ходе основного учебно-воспитательного процесса.

При работе в рамках данной программы с **детьми с особыми образовательными потребностями** дифференцируются учебные задачи с учётом большей практикоориентированности деятельности.

Литература для педагога

1. Анищенкова Е. С. Логопедическая ритмика для развития речи дошкольников / Е. С. Анищенкова. - М.: ИЗДАТЕЛЬСТВО "АСТ", 2005. - 798 с.
1. Алямовская В. Г. Как воспитывать здорового ребёнка. - М., 2015.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети. М. – 2000.
3. Брюсов В. Опыты по метрике и ритмике, по евфонии и созвучиям, по строфике и формам / В. Брюсов. - М.: Книга по Требованию, 2011. - 142 с.
4. Брюсов В. Я. Основы стиховедения. Общее введение. Метрика и ритмика / В. Я. Брюсов. - М.: Красанд, 2015. - 138 с.
5. Бриске И. Э. «Ритмика и танец», Челябинск. –2003.
6. Бодраченко И. В. Музыкальные игры в детском саду для детей 3–7 лет. - М.: Айрис – пресс, 2009. – 144 с.
7. Васильева Т. К. Секрет танца. – СПб.: Диамант, 2007.
8. Г. Вихарева «Играем с малышами». – СПб.: «Композитор», 2007.
9. Волкова Г. А. Логопедическая ритмика / Г. А. Волкова. - М.: Детство-Пресс, 2010. - 352 с.
10. Волкова Г. А. Логопедическая ритмика / Г. А. Волкова. - М.: Книга по Требованию, 2008. - 272 с.



11. Гаспаров М. Л. Очерк истории русского стиха. Метрика. Ритмика. Рифма. Строфика / М. Л. Гаспаров. - М.: Наука, 2016. - 320 с.
12. Гаспаров М. Л. Современный русский стих. Метрика и ритмика / М. Л. Гаспаров. - М.: Наука, 2005. - 488 с.
13. Гаврючина Л. В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. - Москва «Сфера», 2008.

Литература для родителей обучающихся

1. Выготский Л. С. Психология развития ребенка. М.: ЭКСМО, 2004.