

МУ "Отдел образования и по делам молодежи администрации  
МО "Мари-Турекский муниципальный район"

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад «Радуга»

ПРИНЯТО  
педагогическим советом  
от « 31» августа 2023 г.  
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МДОУ  
Детский сад «Радуга»  
\_\_\_\_\_ Г.А. Сафаргалеева  
«31» августа 2023г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа по хореографии  
**«Серпантин»**

Направленность программы: социально-гуманитарная  
Уровень программы: базовый  
Категория и возраст обучающихся: 4-7 лет  
Срок освоения программы: 1 год  
Объем часов: 62ч  
разработчик программы: Малышева Татьяна Евгеньевна

пгт. Мари-Турек  
2023 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Серпантин» относится к программам художественной направленности.

Умственное и физическое развитие ребёнка тесно связаны между собой. Без активных движений, без физических упражнений невозможен нормальный рост и развитие растущего организма, и в первую очередь мозга. Полноценное умственное и физическое развитие, моральная чистота и активное отношение к жизни и искусству характеризует целостную, гармонически развитую личность, нравственное совершенствование которой во многом зависит от эстетического воспитания. Задачи эстетического воспитания непосредственно связаны с формированием морального облика ребенка - дошкольника. Особая роль в эстетическом воспитании отводится искусству.

Танец - это искусство, его специфика состоит в том, что мысли, чувства, переживания человека он передает без помощи речи, средствами движений и мимики. Дополнительная образовательная программа «Серпантин» направлена на всестороннее гармоничное развитие детей. Научить малыша воспринимать красоту форм, линий, звуков, движений, красок - это значит сделать его лучше, чище, содержательнее. Творческая деятельность детей в структуре танца позволяет формировать качество личности, которые оптимально развиваются в танце. Это эмоциональное, интеллектуальное, физическое, коммуникативное, морально - нравственное, эстетическое развитие, которое достигается в образовательной танцевальной деятельности. Актуальность и эффективность программы в разностороннем воздействии на организм ребенка. Программа поможет дошкольникам творчески самовыразиться и проявить себя посредством пластики, ритмики и импровизации. Дети впервые могут одеть сценический костюм, подготовленный специально к танцевальному номеру. С непосредственным участием родителей дети выступят на своих первых концертах и конкурсах. Всё это несомненно содействует усилению воспитательного эффекта, проводимого в комплексе семьи и образовательного учреждения.

**Педагогическая целесообразность:**

Данная программа учитывает возрастные и индивидуальные особенности обучающихся и предусматривает индивидуальный подход в хореографическом образовании детей, способствует созданию условий для психического и физического развития, художественного образования, эстетического воспитания, их духовно-нравственного развития.

**Цель:** развитие творческих способностей, укрепление физического и психического здоровья детей дошкольного возраста через танцевальное искусство.

**Задачи:**

1. Обучающие:

Формирование у детей специфических знаний, умений и навыков таких как:

- выработка правильной, красивой осанки,
- развитие мышечного чувства,
- умение красиво и координационно правильно двигаться под музыку.

2. Развивающие:

- Развитие музыкального слуха и чувства ритма.

- Активизация и развитие творческих и созидательных способностей детей.
  - Развитие необходимых двигательных навыков, повышение функциональных возможностей внутренних органов и систем.
  - Совершенствование психомоторных способностей детей.
3. Воспитательные:
- Формировать у детей культуру поведения и общения.
  - Прививать детям навыки вежливости, умения вести себя в обществе.
  - Формирование у детей эстетического вкуса.
  - Воспитание в детях силы воли, трудолюбия и дисциплины.

Отличительной особенностью данной программы является отсутствие конкурсного отбора детей в студию. Начать обучение ребенок может с любого возраста от 4 до 6 лет. Каждый ученик может посещать студию один или два года, в зависимости от возраста и успеваемости. Занятия в студии может служить как дополнением к подготовке в школу, так и начальной ступенью к учёбе в специальных танцевальных заведениях (школах, студиях). Студия танца «Белые крылья» предоставляет такую возможность, так как программа следующей группы (с 7 лет) построена на принципе преемственности и развития. Она базируется на тех основах, которые заложены в данную образовательную программу.

Неотъемлемой составляющей в процессе обучения является участие родителей: это их присутствие на открытых уроках и других мероприятиях, заинтересованное отношение и поддержка своих детей в период обучения, поощрение их стараний и достижений.

В процессе и по окончании курса обучения проводятся различные формы мониторинга и контроля, где педагоги и родители могут оценить успехи и результаты работы детей. Это - открытый урок; конкурс; выступление; концерт.

Данная образовательная программа допускает изменения и дополнения по ходу учебного процесса, как в методиках, так и в содержании занятий в зависимости от индивидуальных особенностей занимающихся, развития танцевальных тенденций и других факторов.

Возраст детей, участвующих в реализации программы:

Данная программа рассчитана на 1 год обучения: группа ритмики и детского танца для детей 5-6 лет.

Сроки реализации программы:

Продолжительность учебного года. Учебный процесс проходит в течение 7 месяцев (28 учебных недель).

Режим занятий:

Программа построена с учетом возрастных особенностей детей. В связи с этим для каждой возрастной группы отводится определенное количество часов:

- студия ритмики и детского танца для детей 5-6 лет – продолжительность занятия 30 мин. , 2 раза в неделю.

Формы занятий:

Основная форма занятий – групповая.

Ожидаемые результаты:

Личностные:

- развиты навыки культуры общения и поведения в социуме;
- сформированы качества личности (дисциплинированность; сила воли)

Предметные:

- сформирован начальный комплекс исполнительских знаний, умений и навыков
- достигнут уровень функциональной грамотности, необходимой для продолжения обучения.

Способы проверки результатов:

- наблюдение
- диагностика
- анализ успеваемости - контрольный урок

Способы подведения итогов реализации программы:

- открытый урок
- концерт - конкурс

Критерии оценки результатов обучения

В конце каждого полугодия проводятся открытые занятия, на которых демонстрируются знания, умения и навыки, приобретенные за данный период обучения. Подобные занятия проводятся в присутствии завуча по учебной и воспитательной работе, педагога-психолога, родителей, учащихся других групп:

- Полугодовые аттестационные занятия и открытые уроки (декабрь)
- Итоговые аттестационные занятия и открытые уроки по окончании учебного года (апрель)
- Ежегодный отчёт концерт студии танца (апрель)

Оценка результативности освоения образовательной деятельности учащихся производится по следующим критериям: «низкий», «средний», «высокий» освоения программы.

Содержание разделов программы:

Основы хореографии

Элементы классического танца

Теория

Танцевальный поклон (по 1-й позиции с шагом в сторону и плие у девочек).

Ориентация в зале (понятия – середина зала; направление движения вперед, назад, в сторону, по кругу; линия танца). Специфика танцевального шага и бега.

Практика

- постановка корпуса (положение плеч и головы)

Позиции ног, рук.

Элементы детского танца

Теория

Прослушивание детских песен, образное описание героев и их особенностей (мимика, движения). Превращение характерного движения в танцевальное.

Практика

- положение рук (на поясе; вдоль корпуса; за спиной)
- работа рук (хлопки; подъемы; взмахи)
- «Пружинка» (прямо и с поворотом корпуса)
- «Каблук-носок-притоп»
- шаги (на месте; приставной; с притопом)
- прыжки (на месте по 6-й позиции; ноги врозь; вперед-назад; в сторону; на одной ноге)
- бег (на подскоках; на полупальцах; прямой галоп.)

Развитие физической культуры

Детский стретчинг

Теория

Образное описание изображаемых героев и предметов, особенности техники выполнения.

Практика

- И.п. из позы прямого угла: «Книжка», «Волчонок», «Бабочка», «Медвежонок»

- И.п. на спине: «Улитка», «Осьминог», «Березка», «Велосипед», «Орешек»
- И.п. на животе: «Змея», «Кораблик», «Качели», «Лодка», «Рыбка»
- И.п. сидя на пятках: «Собачка», «Черепашка», «Ежик», «Лисичка», «Замочек», «Пчелка»
- И.п. на четвереньках: «Кошечка», «Паровозик», «Собачка»

Подвижные и развивающие игры.

Теория

Описание игровых условий и правил, особые указания и требования по выполнению заданий.

Практика

Подвижные игры:

- координация - «If You're Happy», «El Tren», «Вопрос-ответ»
- ловкость - «Право-Лево», «Плеть», «Кошки-мышки», «Бесконечный га

Развивающие игры:

- быстрота реакции - «Светофор», «Море волнуется раз...»
- внимание, память - «Эхо», «Учитель», «Съедобно не съедобно», «Горячо – холодно»
- слух - «Кто сказал мяу?», «Хор», «Палочка- узнавалочка», «Хлопки»
- вестибулярный аппарат - «Деревья», «Птицы», «Не промочи ноги»
- речь - «Пузырь», «Затейники», «Дракончи Ролевые игры:
- перевоплощение - «Зоопарк», «Скульптуры», «Лягушки-цапли, пчелы-медведи»
- взаимопонимание - «Насос», «Качели», «Окно», «Тень»
- сплоченность - «У кого колобок?», «Ниточка-иглолочка», «Заросли»

Ритмика Теория

Основы музыкальной азбуки. Формирование чувства темпа (быстро, медленно). Контрастная музыка (веселая - грустная). Определение жанра музыкального произведения (детская, современная, русская)

Практика

- танцевальные движения в образах животных
- импровизации под заданную тему и музыку
- выделение сильной доли хлопками, шагами
- смена характера движений при смене музыкального темпа

Танцевальная культура

Теория

Правила поведения в танцевальной школе (в здании, в зале, на занятии).

Уважительное отношение ко всем взрослым и к педагогу. Внимательное и бережное отношение к сверстникам. Опрятный вид на занятиях и за пределами школы. Прилежное выполнение всех требований учителя. Правила поведения на сцене и за кулисами.

По окончании 1 полугодия учащиеся должны

Знать и уметь:

- выполнять поклон по 1-й позиции
- ориентироваться в зале
- выполнять танцевальные элементы («Пружинка», «Каблук-носок», шаги с носка и приставной, подскоки, прыжки, прямой галоп)
- исполнять с учителем все танцы репертуара
- правильно выполнять упражнения стретчинга
- знать и уметь объяснить правила подвижных и развивающих игр определять темп, характер и жанр музыки
- отражать особенности мелодии в импровизации на заданную тему

Ориентация в зале (движение к центру и от центра лицом и спиной; по линии танца и против линии; построения в линию, в колонну, в шахматном порядке). Выработка правильной осанки и выворотности.

Элементы народно-сценического танца

История русского танца. Сюжет и темы народных танцев. Особенности движений; постановка корпуса, головы, рук. Прослушивание музыкального материала.

Практика

- круговой хоровод с перестроением в воротца
- основной шаг Русского Лирического (соло по кругу, без паузы); шаги с носка по 3-й позиции, руки на поясе
- подготовка к боковому шагу с припаданием (боковой шаг-приставка со смягчением коленей)
- шаги на высоких полупальцах с прямыми коленями (руки делаю плавные взмахи)
- основные элементы Кадрили соло и в паре
- «Ковырялочка» с притопами и без
- элементы русской плясовой (проходка, «гармошка») •

Детский танец

Теория

Основы актерского мастерства (принятие образа и отображение его характера в движении и мимике). Сюжеты детских танцев. Прослушивание музыкального материала и работа над легендой (кто? что делает? почему? и т.д.) Работа в паре без контакта и за руки.

Практика

- координация работы рук (одна вперед другая в сторону; поочередное вращение)
- выпады вперед и в сторону (без рук и с руками)
- движения – противоположные
- твист на плоской подушечке стопы
- вращения на подскоках повороты вправо, влево на четырех шагах боковой галоп, шаг польки

## 2. Развитие физической культуры

Детский стретчинг и подвижные развивающие игры

Работа продолжается на основе материала студии танцевальной терапии, но с более усложненными правилами и требованиями.

Элементы гимнастики

Теория

Польза и значение гимнастических упражнений. Правила и техника их выполнения. Техника безопасности.

Практика

- упражнения на растяжку (подготовка к шпагатам)
- подготовка к упражнению «Мост» (опора на руки и ноги из позиции лежа на спине)
- подготовка к упражнению «Колесо» (перенос веса на руки из позиции на корточках; перепрыгивание коврика с упором на руки)
- развитие баланса («Ласточка», «Цапля», «Цветок»)
- прыжки (в высоту с прямыми и подогнутыми ногами, в перед двумя ногами и одной, разножка).

Теория

Польза и значение гимнастических упражнений. Правила и техника их выполнения. Техника безопасности.

## Практика

- упражнения на растяжку (подготовка к шпагатам)
- подготовка к упражнению «Мост» (опора на руки и ноги из позиции лежа на спине)
- подготовка к упражнению «Колесо» (перенос веса на руки из позиции на корточках; перепрыгивание коврика с упором на руки)
- развитие баланса («Ласточка», «Цапля», «Цветок»)
- прыжки (в высоту с прямыми и подогнутыми ногами, вперед двумя ногами и одной, разножка)

## Ритмика

### Теория

Понятие вступительной и финальной части музыкального произведения. Понятие такта и его сильной доли. Особенности народной музыки. Основные музыкальные инструменты.

### Практика

начало танцевального движения после вступления

окончание танца с финальным аккордом

- отработка танцевальных движений под счет 2/4 и 4/4
- соединение счета и музыки
- хлопки и шаги на каждый такт, через такт, синкопы
- подбор соответствующих музыке движений (игры «Учитель»; «Эхо»)

### Танцевальная культура

### Теория

Продолжение формирования понятий с прошлых уроков. Углубление их понимания по средствам диалога с учениками (опираясь на уже имеющийся у них опыт).

По окончании 2-го полугодия учащиеся должны

Знать и уметь:

- выполнять поклон
- уверенно двигаться по залу и выполнять различные построения
- исполнять элементы Русского Лирического, Кадрили и Русской плясовой
- исполнять элементы Детского танца (выпады, противоходы, твист, вращение на подскоках, поворот на четырех шагах, боковой галоп, шаг польки)
- исполнять без учителя все танцы репертуара
- выполнять один из шпагатов, мостик из позиции лежа на спине
- основы музыкальной грамоты (темп, ритм, характер, жанр музыки; основные музыкальные инструменты)
- самостоятельно подбирать соответствующие музыке движения
- уметь рассказать основные правила танцевальной культуры и т.п.)

### Репертуар:

Лялечка, Крокодилчик, Корабль, Перепляс, Кошечка, Почемучки, Пижама – пати, Физзарядка.

Методическое обеспечение реализации программы

Методы и приемы:

- объяснение;
- беседа;
- демонстрация;
- упражнения;
- повторение;
- игровой момент;

- стимулирование занимательным содержанием;
- постановка системы перспектив;
- создание ситуации успеха;
- разъяснение личной значимости учения;
- приучение к выполнению требований;
- творческие задания;
- дискуссия; метод совместного нахождения лучшего решения.

**Материально-техническое обеспечение:**

- оборудованный зеркалами зал;
- коврики для партерных занятий
- магнитофон;
- набор музыкального материала на флеш-носителях;
- видео материалы;
- тематические предметы для сюжетных танцев (бубны, ленты, зонтики, мячики)

**Список использованной литературы**

1. Березова Г.А. Классический танец в детских хореографических коллективах., Киев, 1979.
2. Воронина И.А. Историко-бытовой танец., М.; 1980.
3. Громов Ю.И. Работа педагога-балетмейстера в детском хореографическом коллективе., Л.; 1983.
4. Макарова Е.П. Ритмическая гимнастика и игровой танец., СПб.; 1993.
5. Современный бальный танец., М.; МГИК, 1991.
6. Гваттерини. Маринелла. Азбука балета., М.; 2001.
7. Галиченко. И.Г. и Михайлова М.А. Танцуем, играем, всех приглашаем. Академия развития, 2006