

**“Утверждаю”**

---

Директор ДТДиМ  
Е.Б.Коминова

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**  
**ПАРТЕРНЫЙ КЛАСС И ОСНОВЫ ХОРЕОГРАФИИ**

**Автор:** Андоралова Арина Александровна,  
преподаватель танцев.

**Возраст воспитанников 3-6 лет**  
**Срок реализации программы 2 года**

**Утверждена**  
**Программно - методической комиссией**  
**«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.**  
**Протокол №\_\_\_**

**г. Москва**  
**2013 год**

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **Направленность образовательной программы**

Партерная гимнастика, выполнение упражнений на полу в различных позах в положении сидя, лёжа на животе, на спине, на боку из различных упоров. Танцевальные этюды на середине класса.

### **Предмет изучения**

Основы хореографии.

### **Актуальность и педагогическая целесообразность программы**

Каждая эпоха требует активной целенаправленной работы с подрастающим поколением, требует новые формы и методы воспитания и обучения, такие которые отвечают настоящему времени. Воспитание личности, способной действовать универсально, владеющей культурой социального самоопределения, обладающих самостоятельностью при выборе видов деятельности и умеющих выразить свой замысел в творческой деятельности.

На современном этапе развития российское общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ сориентированных на изучение культуры и охрану здоровья детей.

Данная комплексная программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей:

- развитие мотивации детей к познанию и творчеству;
- содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе;
- сохранение и охрана здоровья детей.

### **Отличие данной программы**

Программа разработана с учётом перевода после 2 лет воспитанников в хореографический ансамбль «Орнамент».

## **Цель:**

Формирование социально значимых качеств, свойств личности, умение заниматься в коллективе, общаться со сверстниками, корректно реагировать на замечания. Развитие творческих способностей средствами хореографического искусства.

## **Задачи:**

1. привить детям любовь к танцу;
2. воспитать художественный вкус;
3. соразмерно сформировать их танцевальные способности;
4. развить чувство ритма;
5. эмоциональную отзывчивость на музыку;
6. танцевальную выразительность;
7. координацию движения;
8. ориентировку в пространстве;

## **Характеристика детей, для которых предназначена программа**

Распределение по группам осуществляется по возрастной категории.

Дети с 3-х до 4-х лет проходят первый год обучения, с 5-ти до 6-ти переходят на второй год обучения. Возможны отклонения в связи с возможностями ребенка. Такие случаи разбираются с каждым индивидуально.

Каждый учащийся должен предоставить справку от терапевта или педиатра о состоянии здоровья и возможности заниматься физической нагрузкой.

Ньюансы физического и психического здоровья также разбираются индивидуально, если это требуется.

**Срок реализации программы.**

На 2 года.

**Режим и формы учебных занятий.**

Занятия проходят 2 раза в неделю по 60 минут.

<b>Учебный предмет</b>	<b>Год обучения</b>	<b>Режим в неделю</b>
Групповые	1 год (3-4 года)	2 раза по 1 часу
	2 год (5-6 лет)	2 раза по 1 часу

## **Ожидаемые результаты и способы их определения**

Занятия танцем развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.).

Танец обучает правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству. Содержание занятий по хореографии создаёт условия для самореализации личности, раскрытия её творческого потенциала.

В работе с дошкольниками обучение идет по спирали, с постепенным усложнением материала. Педагог проявляет определенную гибкость в подходе к конкретной группе детей, учитывая при этом состав группы, физические данные и возможности детей.

Задача первого года обучения – научить детей определенным практическим навыкам в области танцевального искусства и развить эстетический вкус.

Второго года обучения - закрепить знания, научиться выполнять более сложные движения, отработать дисциплину, развить музыкальность.

На занятиях используются различные виды деятельности: танцевальные этюды, игры и танцы, партерная гимнастика, элементы художественной гимнастики.

## **Формы подведения итогов :**

Открытые занятия для родителей и преподавателей ансамбля. Участие в годовом отчётном концерте.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА**

**1 год обучения**

***Учебно-тематический план***

N п/п	Наименование темы	Количество часов на теоретические занятия	Количество часов на практические занятия		Всего часов
			аудиторные	внеаудиторные	
1.	Вводное занятие	1	1	0	1
2.	Элементы танцевальных движений.	0	10	0	10
3.	Танцевальные этюды, игры, танцы.	0	25	0	25
4.	Партерная гимнастика.	0	35	0	35
Итого часов в год:		1	71	0	72

## 2 год обучения

### Учебно-тематический план

N п/п	Наименование темы	Количество часов на теоретические занятия	Количество часов на практические занятия		Всего часов
			аудиторные	внеаудиторные	
1.	Вводное занятие	1	1	0	1
2.	Элементы танцевальных движений.	0	20	0	20
3.	Танцевальные этюды, игры, танцы.	0	18	0	18
4.	Партерная гимнастика.	0	32	0	32
Итого часов в год:		1	71	0	72

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА**

### **Введение**

Содержание и форма занятий. Внешний вид воспитанников. Роль подготовки к занятиям. Дисциплина во время обучения. Взаимоотношения «учащиеся - преподаватель» и отношения между детьми. Подготовка класса для занятий и их режим.

### **Первый год обучения**

#### **I Ритмика, элементы музыкальной грамоты**

Связь музыки и движения. Понятие «мелодия». Характер мелодии: веселая, грустная, торжественная. Зависимость движения от характера мелодии. Темп музыки. Ускорение и замедление. Музыкальное вступление. Музыкальная фраза. Начало и конец музыкальной фразы. Ритм музыки. Характеристика музыкальных образов. Подбор выразительных движений для создания образа.

#### **II Разучивание танцевальных движений**

1. 2 линии, шахматный порядок, диагональ
2. позиции ног: 6, 1, 2
3. простые шаги по 6 позиции
4. приставные шаги по 6 позиции и по 1 через 2
5. ритмические хлопки
6. маленькие приседания по 6 позиции
7. прыжки по 6 позиции на двух и на одной ноге
8. повороты по четвертям, полуповороты
9. перестроения из одной линии в две и наоборот, змейка, круг, из круга в линию, из линии в круг
10. шаги на полупальцах и на пятках
11. бег
12. галоп (держась за руки)



### III Танцевальные этюды

**«Гномики»**- разминка всего тела, начиная с головы, заканчивая стопами. В танцевальном этюде используются: наклоны головы вперёд-назад, направо-налево; приставные шаги вперёд-назад, в стороны; движения руками в координации с ногами; ритмические хлопки; приседания; повороты вокруг себя; шаг с высоко поднятыми коленями.

**«Зайчики»**- прыжковая комбинация. Прыжки выполняются по VI позиции на месте, вперёд-назад, направо-налево и на одной ноге. Также комбинация включает в себя ритмические удары руками о пол от медленного до быстрого темпа и тряску коленями.

**«Лягушки»**- комбинация на выворотность. Шаги по II позиции в маленьком приседании, приставные шаги через I позицию с хлопком. Прыжки в положении сидя разводя колени в стороны и выпрыгивания наверх до выпрямления ног.

**«Новогоднее волшебство»**- танцевальный этюд на перестроения из 2-х линий в круг и обратно.

**«Львята»**- танцевальная комбинация по кругу. Шаги по VI позиции, шаги на полупальцах и на пятках, бег, бег с коленями вперёд, галоп по кругу на право и налево, держась за руки, элементы импровизации.

**«Подводный мир»**- танцевальный этюд на перестроения из 2-х линий в одну, из 1 линии в круг, из круга в коробку, «прочёс», «змейка».

### IV Партерный класс

1. изоляция стоп
2. наклоны (к одной ноге и к двум выворотным и невыворотным)
3. бабочка
4. лягушка
5. кольцо
6. мостик с пола
7. растяжка на продольные и поперечный шпагаты
8. полушпагаты

## **V Постановка**

- знакомство с музыкальным материалом постановки;
- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные композиции;
- разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.

### **Репетиция:**

- отработка элементов;
- работа над музыкальностью;
- развитие пластичности;
- синхронность в исполнении;
- работа над техникой танца;  
отработка четкости и чистоты в рисунков, построений и перестроений;
- выразительность и эмоциональность исполнения.

### **Форма работы:**

- групповая;
- с солистами.

### **Концертная деятельность:**

- участие в праздниках

## **Второй год обучения**

### **I Ритмика, элементы музыкальной грамоты**

Самостоятельное использование музыкально-двигательной деятельности в импровизациях.

### **II Разучивание танцевальных движений**

1. импровизация
2. 3 и более линий
3. шаги по 1 позиции медленный и быстрый темп

4. полные повороты на месте
5. 3 позиция ног
6. позиции рук: подготовительная, 1, 2, 3
7. галоп по линии и по кругу (самостоятельно)
8. релее медленное
9. прыжки по 1 позиции
10. подскоки
11. бег спиной
12. этюд русский народный танец "хоровод"

## **II Танцевальные этюды**

«**Велосипед**»- танцевальный этюд. Разминка всего тела от головы до стоп, повороты, приставные шаги, поднятие ноги вперёд через колено. Проработка позиций рук: I, II, III.

«**Лето**»- симметричная танцевальная комбинация. Включает в себя галоп на право и налево самостоятельно, прыжки на двух и на одной ноге, повороты вокруг себя, перемещения по классу: во 2 точку-центр, в 8 точку-центр, в 1 точку-центр и в 5 точку спиной-центр.

«**Чунга-чанга**»- танцевальный этюд на выворотность. Включается в себя поднятие ног на 90 градусов с согнутыми коленями выворотной, прыжки на одной ноге с поднятой ногой на 45 градусов, движение «твиста», «ласточка».

«**Карандаши**»- танцевальный этюд по кругу. Шаги по I позиции, шаги на полупальцах и на пятках, галоп по кругу направо и налево, бег с поднятыми высоко коленями вперёд по линии танца лицом и спиной.

«**Кнопки**»- танцевальный этюд на перестроения из 1 линии в 3 и обратно, «змейка», быстрые полуповороты, приставные шаги, прыжки по VI позиции в продвижении вперёд-назад, направо и налево.

«**Хоровод**»- танцевальный этюд на основе русского народного танца. Включает в себя знакомство с русской народной музыкой, движениями. Ковырялочка, маленькие приседания, тройной притоп. Перестроения из 1-ой линии в 2-е, из 1-ой линии в колонну по двое.

## **III Партерный класс**

1. изоляция ног и спины
2. наклоны с прямой спиной с замочком над макушкой
3. мостик с ног и выход на ноги, стойка на локтях в мостике
4. продольные и поперечный шпагаты

## 5. стойка на руках у стены

### **IV Постановка**

- знакомство с музыкальным материалом постановки;
- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные композиции;
- разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.

### **Репетиция:**

- отработка элементов;
- работа над музыкальностью;
- развитие пластичности;
- синхронность в исполнении;
- работа над техникой танца;
- отработка четкости и чистоты в рисунков, построений и перестроений;
- выразительность и эмоциональность исполнения.

### **Форма работы:**

- групповая;
- с солистами.

### **Концертная деятельность:**

- участие в праздниках

## **Тема №1**

### **Организационные моменты**

На первом занятии проводится беседа с учащимися и родителями по организационным моментам. Зачитывается образовательная программа, по которой будет проводиться работа. Проводится инструктаж по технике безопасности.

## **Тема № 2**

### **Итоговые занятия**

Проводится беседа с родителями после каждого открытого урока. Разбирается поведение учащихся, высказываются замечания, пожелания. Решаются организационные моменты.

## **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

### *Особенности образовательного процесса*

- При необходимости описать принципы построения образовательного процесса , учебного занятия
- Описания форм учебных занятий.

### *Использование методик*

- Перечислить на каких общепринятых методиках базируется программа
- Особенности применяемых методик (по сравнению с другими сходными коллективами), в т.ч. авторские разработки, приемы, формы
- Педагогические технологии и их применение
- Если используются упражнения - охарактеризовать их или дать ссылку на источник с указанием страницы и номера задания. То же относится к играм, конкурсам и т.д. Можно давать ссылку и на собственные разработки - приложение к программе, методический альбом и т.д.

### *Диагностические методики*

- Выявление личностного развития воспитанников. Обязательно ссылки на источник.
- Контрольные нормативы
- Формы фиксации результатов освоения воспитанниками образовательной программы ( «дневник», «карта успеха», рейтинговый лист и т. п.)

*Представить тематику выставочных экспозиций, репертуарный перечень, тематику исследовательских работ или проектов и т. п*

*Из этого раздела должно быть, среди прочего, ясно, как сам воспитанник со своими родителями при возможной помощи педагога может строить индивидуальный образовательный маршрут в данном детском объединении (или за его пределами, если что-то не сложилось).*

## **СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

Бахвалов, Н. С. Численные методы [Текст] : учеб. пособие для физ.мат. специальностей вузов / Н. С. Бахвалов, Н. П. Жидков, Г. М. Кобельков ; под общ. ред. Н. И. Тихонова. – 2-е изд. – М. : Физматлит : Лаб.базовых знаний ; СПб. : Нев. диалект, 2002. – 630 с. : ил. ; 25 см. –(Технический университет. Математика). – Библиогр.: с. 622–626. –Предм. указ.: с. 627–630. – 30000 экз. – ISBN 5-93208-043-4 (в пер.).

## **ПРИЛОЖЕНИЯ К ПРОГРАММЕ**

### **➤ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Форма и внешний вид воспитанников должны соответствовать норме.

Форма для девочек: гимнастический купальник, колготки, юбочка, балетки.

Волосы убраны в пучок.

Форма для мальчиков: футболка, трикотажные штаны и шорты, балетки.

#### **Организационное обеспечение:**

Занятия проводятся в групповой форме, привлекаются в помощь родители.

Воспитанникам даются домашние задания, родители должны контролировать их выполнение.

#### **Информационное обеспечение**

На первом занятии каждого года проводятся беседы с воспитанниками об искусстве, хореографии. Показываются видео записи ансамбля, в который воспитанники поступают после прохождения двухгодичной программы.

#### **Материально-техническое обеспечение**

Помещение: танцевальный класс с зеркалами.

Оборудование: магнитофон.

Материалы: CD диски.