

Управление образования администрации города Кудымкара  
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Детско-юношеский центр «Радуга» г. Кудымкара

Принята на заседании педагогического  
совета от «30» сентября 2022 г.  
Протокол № 1



Утверждаю:  
Директор МАУДО «ДЮЦ «Радуга»  
*Т.Т. Бражкина* Т.Т. Бражкина

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности**

**«Первые шаги»**

Возраст обучающихся: 6-8 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Нешатаева Фаина Ефимовна,  
педагог дополнительного образования  
первой квалификационной категории

г. Кудымкар, 2022

## Информационная карта образовательной программы

<b>I Наименование программы</b>	«Первые шаги»
<b>II Направленность</b>	Художественная
<b>III Сведения об авторе (составителе)</b>	
<b>1. ФИО</b>	Нешатаева Фаина Ефимовна
<b>2. Год рождения</b>	1955
<b>3. Образование</b>	Среднее профессиональное
<b>4. Место работы</b>	МАУДО «ДЮЦ «Радуга» г. Кудымкара
<b>5. Должность</b>	Педагог дополнительного образования
<b>6. Квалификационная категория</b>	Первая
<b>7. Адрес, телефон</b>	г. Кудымкар, ул. 50 лет Октября, д.28
<b>IV Сведения о программе</b>	
<b>1. Срок реализации</b>	1 год
<b>2. Возрастная группа</b>	6-8 лет
<b>3. Тип программы</b>	общеразвивающая
<b>4. Характеристика программы</b>	
<b>По месту в образовательной модели</b>	Разновозрастного детского объединения
<b>По уровню освоения</b>	Общекультурный ознакомительный
<b>5. Цель программы</b>	Создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков, творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству народного танца.
<b>6. Ведущие формы и методы образовательной деятельности</b>	Беседа, практические занятия, экскурсии, исследовательская деятельность, занятие - игра, самостоятельная работа, творческие встречи.
<b>7. Форма обучения</b>	Очная, с применением дистанционных образовательных технологий.
<b>8. Формы мониторинга результативности</b>	Собеседование, открытое занятие, контрольное занятие, зачет, мини-концерты для родителей, творческий отчет, концерт.
<b>9. Кадровое обеспечение</b>	Педагог дополнительного образования

# **Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Первые шаги»**

## **1. Пояснительная записка**

### **1.1 Общие сведения**

Программа составлена в соответствии со следующими документами:

- Закон об образовании в Российской Федерации (ФЗ «Об образовании в РФ» от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ);
- «Концепция развития дополнительного образования», (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р);
- «Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России», 2009 г.;
- Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 г. №06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ» (включая разноуровневые программы) «Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242».

В соответствии с «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (утверждён Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008) в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу ежегодно вносятся изменения.

#### **Актуальность.**

Танец – это часть мирового культурного наследия, она выполняет важную миссию в формировании подрастающего поколения, в воспитании у школьников любви к Родине, патриотизма, уважения к культуре России и народов разных стран.

Детский хореографический коллектив – это особая среда, предоставляющая самые широкие возможности для развития ребенка: от

изначального пробуждения интереса к искусству танца до овладения основами профессионального мастерства.

Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это опора танца.

Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам.

Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, пробуждает к творчеству. Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях или концертной деятельности, но и в повседневной жизни.

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией принимают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавляют от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру.

Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося. В танце и движении находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник учится сам создавать пластический образ.

Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувства ответственности, дружбы, товарищества.

Идея программы – обучение на материале народных танцев, совершенствование танцевальной техники (развитие мышц, связок, суставов), выработка умения воспринимать особенности стиля и характера народных танцев поможет детям проникнуть в мир музыки и танца, сценического движения.

**Отличительные особенности программы.** Народный танец является одним из средств приобщения подрастающего поколения к богатству танцевального и музыкального творчества, даёт возможность почувствовать свою национальную принадлежность, познакомиться и проникнуть в образную сущность танцевальной культуры своего народа.

Грамотно построенное занятие народно-сценических танцев совершенствует координацию движений, способствует укреплению мышечного аппарата, развивает те группы мышц, которые мало участвуют в процессе тренажа (классического, народного), дают возможность участникам коллектива овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения народных танцев, сложностью их темпов и ритмов.

Занятия начинаются на середине зала с освоения элементов народного танца в тех формах и с той степенью технической сложности и нагрузки на мышечный аппарат, которые доступны участникам детского коллектива.

Весь учебный материал предполагаемой программы делится на 6 частей.

**Учебный материал 1 части – «Первые шаги» (6 – 8 лет)** даёт возможность выявить способности у детей к танцу, который включает в себя массовые танцы, игровые упражнения, музыкально-ритмические движения, импровизацию, координацию движений, эмоциональность и пластичность в танце.

## **Адресат программы**

В детском объединении занимаются дети в возрасте от 6 до 15 лет, постоянного состава. Срок обучения 1 год.

## **Наполняемость групп до 20 человек.**

По состоянию здоровья и другим характеристикам отбор детей не проводится. К занятиям допускаются дети с разрешения педиатра. Дети с ОВЗ и инвалиды допускаются к занятиям в общей группе в зависимости от заболевания, но при обязательном соблюдении рекомендаций индивидуальной программы реабилитации и медико-психолого-педагогической комиссии.

После завершения освоения программы учащиеся могут продолжить занятия в других танцевальных коллективах или могут заниматься самостоятельно.

**Объем и сроки освоения программы** - 2 часа в неделю (1 академический час – 30 мин.).

## **Особенности образовательного процесса.**

Форма обучения - очная с постоянным составом учащихся примерно одного возраста. Преобладают практические занятия.

## **Цели и задачи.**

**Цель программы** – создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков, творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству народного танца.

## **Задачи программы:**

### **Образовательные:**

- дать детям и подросткам систему знаний, умений и навыков в области народной хореографии;
- обучать детей и подростков технике движений, совершенствовать, двигательный опыт;
- расширять объем знаний о различных формах двигательной активности, укреплять и сохранять здоровье;

- обучать основам профилактики травматизма, физиологии, психокоррекции, способов восстановления организма;
- знакомить с формами и методами организации и проведения занятия, дать необходимые знания для разработки индивидуальных программ.

### **Развивающие:**

- развивать основные физические качества детей и подростков: силу, гибкость, танцевальность, выносливость.
- развивать основные двигательные способности детей: умение владеть своим телом, координацию, пластику, чувство ритма;
- развивать психические процессы у детей: память, внимание способность концентрироваться, логично мыслить, анализировать.
- формировать творческое мышление, понимание истинных жизненных ценностей, творческое отношение к любому делу, позитивное восприятие себя и мира.

### **Воспитательные:**

- рассматриваются в трех позициях (такой подход показывает своеобразие программы):
  - воспитывать потребность в здоровом образе жизни, в применении полученных знаний на практике;
  - формировать активную жизненную позицию;
  - воспитывать потребность в самоанализе, самовоспитании, самосовершенствовании.
- формировать гармонично развитую личность учащегося (через развитие способностей, формирование положительных мотиваций).

## Учебно-тематический план

№ п.п.	Наименование предмета	Теория	Практика	Всего	Формы аттестации/контроля
1.	Вводное занятие: 1 полугодие 2 полугодие	1 1	- -	2	Собеседование
2.	Музыкально-ритмические и пространственные композиции. Построение и перестроение.	2	8	10	Наблюдение, опрос, оценка качества исполнения
3.	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.	-	6	6	
4.	Разучивание исходных положений (постановка корпуса, ног и рук).	-	4	4	
5.	Партерная гимнастика (упражнения на растяжение мышц, гибкость. Прыжковые комбинации). Использовать эстрадную музыку (фонограмма).	2	9	11	
6.	Элементы танцев: - элементы русского танца; - элементы польки.	2	14	16	
7.	Массовые танцы, музыкальные игры. Импровизация. Игры на подражание (эстрадная музыка).	2	13	15	Творческий отчет
8.	Итоговые занятия.	-	2	2	Зачёт
9.	Мини-концерт.	-	2	2	Концерт
	<b>Всего:</b>	10	58	68	

## Содержание программы

### Сентябрь – 5 занятий – 5 часов

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

1 час – Правила поведения в зале и в здании Центра детского творчества.

Правила поведения в экстремальных ситуациях.

2 часа – Музыкальные построения и перестроения: основное построение групп (девочки, мальчики, вперемишку, колонкой, шеренгу).

1 час – Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

1 час – Массовые танцы и игры («Вежливый танец», «Чунга-Чанга», «Притопы и прихлопы», «Мы танцуем лучше всех», «Кря-кря» и т.д.)

### **Октябрь – 8 часов – 8 занятий.**

1 час – Разучивание исходных положений. Постановка корпуса. Постановка рук, (руки в закрытом состоянии). Разучивание поклонов для мальчиков и девочек.

2 часа – Развитие отдельных мышц групп и подвижности суставов (раздел 2).

2 часа – Партерная гимнастика ( работа на полу).

1 час – Музыкально-ритмические и пространственные композиции: перестраиваться под музыку (спокойно, стремительно, быстро). Учить держать интервалы, развивать чувство коллективизма.

2 часа – Массовые танцы. Упражнения на подражание.

### **Ноябрь – 7 занятий – 7 часов.**

1 час – Музыкально-ритмические и пространственные композиции. Импровизация - Фигурное построение (кружочки, круг, «карусель», «звездочка» и т.д.).

1 час – Разучивание исходных положений: постановка корпуса и головы (повторение); позиции рук ( закрытое положение рук).

2 часа – Партерная гимнастика (2 часа) развитие мышц спины, растяжка ног.

2 часа – Азбука музыкального движения: шаги с притопами (на месте и с продвижением); тройные притопы; выставление ноги на пятку в полуприседании.

1 час – Массовые танцы и игры.

### **Декабрь – 8 занятий – 8 часов.**

1 час – Разучивание исходных положений: (повторение положения корпуса и головы).

1 час – Развитие отдельных мышц групп и подвижности суставов.

2 часа – Партерная гимнастика: (2 часа): прыжковые упражнения (комбинированные и простые); растяжки (мышц ног – на середине зала).

1 час – Азбука музыкального движения (притопы различного характера, шаги различные, повороты с притопами).

1 час – Массовые игры и танцы (парные).

1 час – Контрольный урок (итоговое занятие за 1 полугодие).

Мониторинг.

1 час – Мини-концерт с приглашением родителей (массовые танцы).

### **Январь – 7 занятий – 7 часов.**

1 час – Вводное занятие.

1 час – Развитие определенных групп мышц и подвижности суставов (в комбинации с руками и положением головы).

2 часа – Музыкально – ритмические и пространственные упражнения (повороты различного характера, различные упражнения для рук и т.д.).

2 час – Массовые танцы (повторение).

1 час – Музыкальные игры (развитие перемещения в пространстве).

### **Февраль – 8 занятий – 8 часов.**

1 час – Разучивание исходных положений (составление малых комбинаций – рук, корпуса и головы).

2 часа – Партерная гимнастика (развитие различных мышц ног).  
Прыжковые комбинации.

2 часа – Музыкально-ритмические и пространственные композиции (притопы, повороты, махи руками).

2 часа – Ритмика (хлопки различного характера, подскоки, повороты, притопы). Составление комбинаций.

1 час – Массовые танцы (из элементов русского танца). Импровизация.

### **Март – 9 занятий – 9 часов.**

2 часа – Музыкально-ритмические и пространственные композиции (упражнения для кистей рук, упражнения для коленного сустава, для стопы).  
Перестроение различного характера.

2 часа – Партерная гимнастика (2 часа) (эстрадное сопровождение) (элементы акробатики: шпагат, «колесо», прыжки в повороте, развороты корпуса в движении).

3 часа – Ритмика (топающие шаги, подскоки различного характера, повороты на месте в характере польки. Танцы в характере польки в парах. Прыжки различного характера).

2 часа – Массовые танцы и игры. (Парные пляски, современные массовые танцы).

### **Апрель – 8 занятий – 8 часов.**

1 час – Построение и перестроение групп (построение двух кругов из одного, сужение и расширение круга, «воротца». Фигурная маршировка с различными положениями рук, с добавлением корпуса и головы).

2 часа – Развитие отдельных групп мышц и подвижности сустава. Увеличить подвижность тазобедренного, коленного сустава. Упражнения в напряжённом и расслабленном состоянии мышц ног. Различные наклоны и повороты. Прыжковые комбинации.

3 часа – Музыкально–ритмические и пространственные построения. Импровизация.

2 часа – Упражнения на подражание (птицы, звери домашние и дикие).

### **Май – 8 занятия – 8 часов.**

1 час – Ритмика и ритмические движения. Повторения притопов, хлопков различного характера.

1 час – Ритмика и ритмические движения. Повторения притопов, хлопков различного характера, повороты на месте.

1 час - Музыкальные игры. Импровизация.

2 час – Массовые танцы (повторение).

1 час - Подготовка к итоговому занятию.

1 час – Контрольный занятие (итоговое занятие за год). Мониторинг.

1 час – Мини-концерт. Для родителей и старших детей.

## **Планируемые результаты по программе**

### **Предметные результаты:**

Учащийся в конце изучения программы **знает** характерные особенности музыкальных жанров и основных стилистических направлений;

- знает профессиональную терминологию;

- знает основные элементы музыкального языка;

- владеет первичными знаниями в области строения классических и народных музыкальных форм;

- знает основные жанры, отличительные особенности хореографического искусства различных исторических эпох, стилей и направлений;

**умеет** разбираться в танцевальной терминологии, умеет её использовать в учёбе и в работе;

- умеет исполнять различные виды танца: классический, народно-сценический;

- умеет подбирать и использовать музыкальные произведения к танцевальным номерам,

- умеет выполнять комплексы специальных хореографических упражнений.

### **Метапредметные результаты:**

- широкий кругозор учащихся;

- развиты наблюдательность и внимание, память, творческое мышление;

- умеет определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа;

- владеет умениями музыкально-пластического интонирования;

- умеет сохранять и поддерживать собственную физическую форму;

- знает и соблюдает основы здорового питания, режима дня;

### **Личностные результаты:**

- интересуется народным танцевальным творчеством, уважает искусство своей Родины, как ценный вид эстетической деятельности;

- аккуратен во внешнем виде, настойчив в работе, трудолюбив;
- проявляет чувство товарищества, ответственности за интересы коллектива.

### **Условия реализации программы:**

#### **Помещение:**

- зал (с деревянным, некрашеным полом).
- помещение для хранения концертных костюмов (костюмерная).
- помещение для переодевания детей (раздевалка).

#### **Оборудование:**

- зеркала;
- столики (отполированная круглая полка, вдоль стены);
- магнитофон, аудиокассеты, музыкальные диски;
- баян;
- специальная литература.

#### **Форма:**

Для девочек:

- спортивное трико;
- лосины;
- юбка (черного цвета);
- балетные тапочки – чешки;
- туфли (жесткая обувь).

Для мальчиков:

- шорты (для мальчиков);
- спортивные брюки (для старших);
- футболка или майка;

чешки или танцевальные сапоги

#### **Формы аттестации и контроля**

Контроль организуется в каждой группе в начале учебного года -вводный, с конце первого полугодия - промежуточный, в конце года – итоговый. Результаты освоения программы отслеживаются в процессе мониторинга .

### **Формы текущего контроля:**

Собеседование.

Открытое занятие.

Контрольное занятие.

Зачет.

Мини-концерты для родителей.

Творческий отчет.

Концерт.

**Знания и умения** в конце учебного года проверяются в танцевальном классе (на уроках) и на концертных выступлениях.

Конечный результат проверки знаний и умений по программе проводится в форме контрольных занятий, тестированием, итоговых концертов.

### **Методическое обеспечение программы.**

#### **Формы и методы организации учебного занятия.**

**Форма обучения:** очная.

**Формы занятий:** групповые, индивидуальные (при постановке концертных номеров).

#### **Формы и методы обучения:**

1. Посещение концертов, спектаклей, музея, выставок.
2. Дискуссии, диспуты (об искусстве).
3. Посещение занятий других танцевальных коллективов (городского ансамбля при КДЦ, эстетический клуб «Родничок», Школы искусств).
4. Беседы об артистах балета, о государственных ансамблях.
5. Участие в мероприятиях Центра детского творчества.
6. Концерты, выступления.
7. Участие в конкурсах, смотрах, фестивалях.
8. Экскурсии.
9. Музыкальные игры.
10. Массовые танцы.
11. Практические упражнения: этюды, комбинации.

**12.** Практические занятия по классическому и народно-сценическому танцу.

**Педагогические технологии:**

- Технология групповой деятельности.
- Технология игровой деятельности.
- Технология коллективной творческой деятельности.
- Технология дифференцированного обучения.
- Здоровье сберегающая технология.

**Алгоритм учебного занятия:**

**1. Организационная часть:**

- Приветствие (поклон)
- проверка готовности к занятию;
- проверка состояния здоровья учащихся;
- проверка внешнего вида учащихся (причёска, форма одежды, обувь);
- эмоциональное состояние учащихся.

**2. Основная часть:**

- Сообщение темы занятия;
- Цель занятия;
- Экзерсис у станка (классический, народный)
- Разучивание элементов классического или народного танца (на середине зала);

- Составление этюдов и комбинаций из элементов классического или народного танцев (на середине зала);

- Повторение пройденного материала;
- Творческое задание;

**3. Заключительная часть:**

- Подведение итогов занятия;
- Оценка работы учащихся на середине;
- Домашнее задание.

## Литература для педагога

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. Л.-М., 1964 г.
2. Программа по классическому танцу и ритмике (начальная школа) для детских хореографических коллективов. – М. Министерство культуры РФ 1996 г.
3. Программа (для внешкольных учреждений) – М. Просвещение Министерство Просвещения РФ , 1988 г.
4. Ритмическая гимнастика и игровой танец на занятиях – СПб.1993г.
5. Руднева С.Д. Фем Э.М. Ритмика (музыкальные движения) Издательство просвещение. Государственного комитета Совета Министров РФ, 1972
6. Сосина В.Ю., Фабион Э.М. Ритмическая гимнастика. – Киев, 1990 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 722671968566237128169706768058107758750791459273

Владелец Бражкина Татьяна Тадеушевна

Действителен с 05.11.2024 по 05.11.2025