

Управление образования и молодёжной политики  
администрации Городецкого муниципального округа  
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Центр детского творчества» г. Заволжье

Принята на заседании  
педагогического совета  
от 30.05.2025 г.  
Протокол № 6

Утверждаю:

Директор МБОУ ДО  
«Центр детского творчества»  
г. Заволжье

/Н.Л.Самсонова/

30 мая 2025г.



**Дополнительная общеобразовательная  
(общеразвивающая) программа  
художественной направленности  
«Знакомство с эстрадным танцем»  
на платной основе**

Возраст учащихся: 5-8 лет

Срок реализации программы: 2 года

Авторы-составители:

Мясникова Елена Александровна,

Петрова Карина Вадимовна,

педагоги дополнительного образования

г. Заволжье, 2025

## Содержание

|    |                                          |    |
|----|------------------------------------------|----|
| 1  | Пояснительная записка.....               | 3  |
| 2  | Учебный план.....                        | 9  |
| 3  | Содержание учебного плана.....           | 10 |
| 4  | Календарный учебный график.....          | 13 |
| 5  | Формы аттестации.....                    | 17 |
| 6  | Оценочные материалы.....                 | 17 |
| 7  | Методические материалы.....              | 16 |
| 8  | Условия реализации программы.....        | 18 |
| 9  | Воспитательный компонент программы ..... | 19 |
| 10 | Список литературы.....                   | 25 |

## **1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Знакомство с эстрадным танцем» (Далее Программа) реализуется в художественной направленности, так как создает условия для развития творческих способностей учащихся; направлена на удовлетворение индивидуальных потребностей детей в художественно-эстетическом, нравственном и интеллектуальном развитии.

Средства раскрытия потенциальных возможностей подрастающего человека, формирования его физических и духовных качеств достаточно разнообразны. Одной из наиболее массовых, общедоступных форм приобщения детей к искусству танца является эстрадный танец, который вобрал в себя все многообразие танцевальных направлений от классической и народной хореографии, до таких современных направлений как: модерн, джаз, хип-хоп и т.д.

Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, а систематические занятия хореографией способствуют формированию у учащихся общей и эстетической культуры, развитию танцевальных, музыкальных и творческих способностей.

Нормативно-правовая база Программы:

- Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» от 29.12.2010 N 436-ФЗ (ред. от 18.12.2018);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (вместе с "СанПиН 1.2.3685-21. Санитарные правила и нормы...") (Зарегистрировано в Минюсте России 29.01.2021 N 62296);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 года N 41 Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”;
- Письмо Министерства образования РФ от 18.06.2003 N 28-02-484/16 «Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей» (в части, не противоречащей действующему законодательству);

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006 N 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей» (в части, не противоречащей действующему законодательству);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года;
- Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей от 03.09.2019 № 467 (ред. От 21.04.2023 г.)
- Федеральный национальный проект «Успех каждого ребёнка», утвержденный 07 декабря 2018г;
- Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр Детского Творчества» г. Заволжье;
- методические рекомендации по разработке (составлению) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (ГБОУ ДПО НИРО).

В программу введена воспитательная работа с учащимися.

Программа актуальна, так как создаёт благоприятную почву для раскрытия потенциальных возможностей детей путём органичного соединения движения, музыки, игры и формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребенка, делают его поведение естественным и красивым.

Новизна Программы заключается в комплексном использовании нескольких направлений танцевального искусства: эстрадный танец; основы классического танца; основы современного танца:

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что занятия эстрадным танцем укрепляют физическое и эмоциональное состояние детей, развивают силу, гибкость, ловкость и координацию движений, способствуют формированию правильной осанки, красивой походки, а также, формируют интерес к занятиям хореографией. Программа позволяет привить трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, развить уверенность в себе, самостоятельность, открытость, научить общению со сверстниками.

Вместе с тем, Программа «Знакомство с эстрадным танцем», имеет отличительные особенности:

- создаёт условия для свободного выбора каждым ребенком образовательного маршрута, поддерживает творческую индивидуальность в импровизационной среде;
- носит лично-ориентированный, деятельностный характер, направлена на самореализацию и самоопределение;
- учебный репертуар, построение рисунка танца, костюмов, соответствует возрасту учащихся, духовно-нравственным критериям воспитания современного ребенка, растущего в духовных и культурных традициях многонационального народа Российской Федерации.

Направленность программы - художественна.

В учебный план Программы введен дополнительный раздел - «Игроритмика и импровизация», которая способствует развитию хореографического и музыкального воображения, учит детей создавать хореографические этюды.

Отличительная особенность программы заключается в акценте на изучение эстрадного танца, который представлен во всем своем многообразии, и учащиеся имеют возможность попробовать себя в любом из данных программой направлений.

В Программу включены следующие разделы:

- Азбука музыкального движения: Отличное начало для понимания основ хореографии и музыкального ритма.
- Основы Классического танца: Формирование правильной осанки и красивых движений — это основа для любого танцевального направления.
- Общая физическая подготовка: Развитие силы и координации — важные аспекты, которые помогут в дальнейшем.
- Основы современного танца: Открывает возможности для самовыражения и эмоционального раскрытия.
- Специальная гимнастика, стрейчинг: Укрепление здоровья и формирование здорового образа жизни — это очень важно для детей.
- Игроритмика и импровизация: Игра и творчество помогают развивать личность и раскрепощают детей.
- Постановочная и репетиционная работа: Это не только о танцах, но и о развитии важных жизненных навыков, таких как самоорганизация и трудолюбие.

Основой Программы является репертуар, танцевальный материал которого, дается в упражнениях, движениях, включающих элементы классического, современного и эстрадного танцев. Это особенно важно, так как хореография может стать мощным инструментом для самовыражения и преодоления трудностей.

Практическое применение знаний и навыков в хореографии дает учащимся возможность не только научиться танцевать, но и развивать критическое мышление, осознание движений и их значения. Это важный аспект, который поможет им в будущем не только в танцах, но и в других сферах жизни.

### **Адресат Программы**

Данная программа предназначена для детей, желающих заниматься по этой программе от 5 до 8 лет, вне зависимости от пола, уровня подготовки, имеющихся знаний и умений. Состав групп – постоянный. Количество учащихся в группе – от 10-25 человек. Для обучения принимаются все желающие, после просмотра педагогом и оценки хореографических способностей (не имеющие медицинских противопоказаний).

Таким образом, программа, ориентированная на детей этого возраста, может стать отличным способом развивать их физические и когнитивные навыки, а также способствовать их эмоциональному и социальному развитию.

Зачисление осуществляется на основании заявления родителей (законных представителей); разрешения от врача, что ребенок физически здоров и может заниматься данным видом деятельности. В группу принимаются учащиеся не зависимо от половой принадлежности, степени предварительной подготовки, уровня образования. На 2-ой год обучения возможен дополнительный набор обучающихся по результатам вводной диагностики и имеющие медицинский допуск к физическим нагрузкам.

Запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Городецкого района»

## **Цели и задачи программы**

Цель программы заключается в знакомстве учащихся дошкольного возраста с творческой деятельностью через эстрадный танец. Учащимся предоставляется возможность более подробно познакомиться с историей появления и развития того или иного современного танцевального стиля, особенностями соответствующей музыки, терминологией, овладеть базовыми движениями и комбинациями, которые развивают координацию, музыкальность, подвижность, научиться импровизировать.

Для достижения этой цели необходимо решить ряд задач, которые можно разделить на три категории: обучающие, развивающие и воспитывающие:

### **Обучающие задачи:**

1. Теоретические знания: познакомить обучающихся с основами танцевального искусства, включая историю, стили и техники;
2. Танцевальные умения и навыки: сформировать базовые танцевальные движения и последовательности, развитие координации и физической подготовки;
3. Поддержка здоровья: обучение основам здорового образа жизни и физической активности, включая разминку и растяжку.
4. Способствовать реализации полученных знаний, умений и навыков.

### **Развивающие задачи:**

1. Развитие чувства ритма и музыкального слуха: способствовать развитию у обучающихся умения чувствовать музыку и ритм, что является основой танцевального исполнения.
2. Подготовка к нагрузкам: способствовать физической и эмоциональной подготовки обучающихся к будущим нагрузкам, как в танце, так и в других сферах жизни;
3. Коммуникативные навыки: формирование умений работать в команде, обеспечивая совместную творческую деятельность в коллективе.
4. Способствовать повышению умственной работоспособности посредством включения обучающихся в двигательную активность
5. Содействовать правильному физическому развитию обучающихся, их двигательным способностям и культуре движений.

### **Воспитывающие задачи:**

1. Развитие фантазии и воображения: стимулирование креативности через импровизацию и создание собственных танцевальных номеров.
2. Внимательность и самодисциплина: воспитание трудолюбия, целеустремленности, навыков самоорганизации и ответственности в процессе обучения и репетиций.
3. Анализ и коррекция деятельности: развитие навыков самоанализа, позволяющих обучающимся оценивать свои достижения и вносить необходимые изменения в свою практику.
4. Формировать потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями, содействовать повышению интереса к танцам.
5. Воспитывать доброжелательные отношения, как к коллективу, так и к окружающим, научить делать общее дело.

Таким образом, программа направлена на всестороннее развитие учащихся через эстрадный танец, что способствует не только их физическому, но и эмоциональному и социальному развитию.

**Уровень программы:** начальный

**Объем и срок освоения программы** 2 года, 144 часа.

**Форма обучения:** очная.

Возможна реализация электронного обучения с применением дистанционных технологий. Состав групп преимущественно одновозрастной. Занятия групповые, но с индивидуальным подходом к каждому учащемуся, в зависимости от степени подготовленности и способностей. При проведении практических занятий состав объединения может делиться на подгруппы. Возможность зачисления детей в группу второго года обучения проходит на добровольной основе, с согласия родителей (представителей), с обязательным допуском врача, сдачей тестов (контрольных нормативов) по общей и специальной подготовке.

Формы организации деятельности учащихся на занятии: групповая; ансамблевая; индивидуально-групповая; индивидуальная.

Формы проведения занятий: учебные занятия; репетиции; открытое занятие; конкурсы; концерты; фестивали; экскурсии; творческие встречи и др.

Формы контроля уровня освоения программы: педагогическое наблюдение; опрос; контрольные занятия в конце полугодия; анализ выполнения творческих работ; открытые занятия (промежуточные, итоговые); концерты.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы: открытое занятие; участие в отчетном концерте.

**Режим занятий.** 144 часа, 2 года, первый год обучения – 72 часа, второй год обучения – 72 часа. В 1-ый и 2-ой года обучения занятия проводятся – один раз в неделю по 2 академических часа или 2 раза в неделю по 1 академическому часу.

Наполняемость учебной группы:

1-й год обучения – не менее 12 чел.

2-й год обучения – не менее 10 чел.

### **Ожидаемые результаты**

Планируемые результаты после 1 года обучения:

Ожидаемые результаты в хореографии после одного года обучения для детей 5-6 лет:

1. Физическое развитие:
  - улучшат гибкость и общую физическую активность.
  - разовьют основные координационные навыки и равновесие.
2. Моторные навыки:
  - освоят базовые движения (например, прыжков, поворотов, шагов).
  - разовьют мелкую моторику через использование рук и тела в танце.
3. Музыкальность:
  - разовьют чувства ритма и способности двигаться под музыку.
  - будут узнавать простые музыкальные структуры и темпы.
4. Социальные навыки:
  - будут уметь работать в группе, взаимодействовать с другими детьми.
  - разовьют навыки дружбы и сотрудничества через совместные танцевальные игры.

5. Креативность и самовыражение:

- будут уметь импровизировать и выражать свои чувства через движение.
- освоят простые элементы танцевального творчества.

6. Внимание и концентрация:

- будут способны сосредотачиваться на заданиях и инструкциях.
- будут уметь следовать за хореографией в простых танцевальных комбинациях.

7. Эмоциональное развитие:

- будут уверены в себе и своих способностях.
- будут уметь проявлять эмоции и настроение через танец.

Таким образом, по завершении первого года обучения, дети смогут уверенно выполнять простые танцевальные движения, разовьют свои физические и социальные навыки, а также получат радость от танца и самовыражения.

Планируемые результаты после 2 года обучения. Ожидаемые результаты в хореографии после второго года обучения для детей 6-8 лет:

1. Физическая подготовка:

- разовьют гибкость, силу и выносливость.
- освоят более сложные танцевальные движения и комбинации.

2. Моторные навыки:

- усовершенствуют координацию и равновесие.
- овладеют умением выполнять движения с большей точностью и выразительностью.

3. Музыкальность:

- разовьют чувство ритма и способность интерпретировать музыку через движение.
- освоят различные стили и темпы танца.

4. Социальные навыки:

- будут уметь работать в команде и взаимодействовать с партнёрами в групповых танцах.
- повысят уровень доверия и поддержки среди сверстников.

5. Креативность и самовыражение:

- смогут создавать собственные танцевальные комбинации и хореографии.
- разовьют индивидуальный стиль и умение самовыражаться через танец.

6. Внимание и концентрация:

- улучшат способность сосредотачиваться на сложных заданиях и хореографических последовательностях.
- овладеют умением запоминать и воспроизводить более длинные танцевальные номера.

7. Эмоциональное развитие:

- будут уверены в своих танцевальных способностях и самовыражении.
- овладеют способностью передавать эмоции и настроение через танец, улучшат эмоциональный интеллект.

В результате второго года обучения дети смогут не только уверенно выполнять более сложные танцевальные движения, но и развивать свои творческие способности, а также укреплять социальные связи с другими детьми через совместную деятельность.

## 2. Учебный план

### Учебный план первого года обучения

| №<br>п/п | Название раздела, темы                | Количество часов |          |       | Формы аттестации/<br>контроля      |
|----------|---------------------------------------|------------------|----------|-------|------------------------------------|
|          |                                       | Теория           | Практика | Всего |                                    |
| 1 год    |                                       |                  |          |       |                                    |
| 1        | Введение в образовательную программу  | 2                | -        | 2     | Вводный контроль,<br>Собеседование |
| 2        | Азбука музыкального движения.         | 2                | 8        | 10    | Текущий контроль<br>Наблюдение.    |
| 3        | Основы Классического танца            | 2                | 10       | 12    | Текущий контроль<br>Наблюдение.    |
| 4        | Игроритмика и импровизация            | 2                | 8        | 10    | Текущий контроль<br>Наблюдение.    |
| 5        | Постановочная и репетиционная работа. | 2                | 20       | 22    | Текущий контроль<br>Наблюдение.    |
| 6        | Общая физическая подготовка           | 2                | 12       | 14    | Текущий контроль<br>Наблюдение.    |
| 7        | Итоговое занятие                      |                  | 2        | 2     | Итоговый контроль                  |
|          | Итого                                 | 12               | 60       | 72    |                                    |

### Учебный план второго года обучения

| №<br>п/п | Название раздела, темы                   | Количество часов |          |       | Формы аттестации/<br>контроля   |
|----------|------------------------------------------|------------------|----------|-------|---------------------------------|
|          |                                          | Теория           | Практика | Всего |                                 |
| 1 год    |                                          |                  |          |       |                                 |
| 1        | Общая физическая подготовка              | 2                | 14       | 16    | Текущий контроль<br>Наблюдение. |
| 2        | Основы современного танца.               | 2                | 14       | 16    | Текущий контроль<br>Наблюдение. |
| 3        | Основы Классического танца               |                  | 10       | 10    | Текущий контроль<br>Наблюдение. |
| 4        | Специальная гимнастика,<br>стрейчинг     | 2                | 8        | 10    | Текущий контроль<br>Наблюдение. |
| 5        | Игроритмика и импровизация               |                  | 8        | 8     | Текущий контроль<br>Наблюдение. |
| 6        | Постановочная и<br>репетиционная работа. | 2                | 8        | 10    | Текущий контроль<br>Наблюдение. |
| 7        | Итоговое занятие                         |                  | 2        | 2     | Итоговый контроль               |
|          | Итого                                    | 8                | 64       | 72    |                                 |
| Из них   |                                          |                  |          |       |                                 |
|          | Мероприятия<br>воспитательного характера |                  | 1        | 1     |                                 |

### 3. Содержание учебного плана первый год обучения

#### 3.1 Содержание учебного плана первого года обучения

##### 1. Введение в образовательную программу- 2 часа.

Теория: 2 час.

Введение в образовательную программу. Техника безопасности на занятиях эстрадным танцем.

##### 2. Азбука музыкального движения - 10 часов.

Теория: 2 час.

Что такое рисунок танца. Понятия: Интервал, плечом к плечу, друг за другом и т.д. Движения по часовой стрелке, против часовой стрелки. Планировка зала (8 точек).

Прослушивание музыки и определение характера и темпа.

Практика: 8 часов.

Логика поворотов в паре. Применение на практике интервал, плечом к плечу, друг за другом, шахматный порядок. Перестроение из колонны в шеренгу и наоборот, освоение пространства (8 точек). Начало движения на «сильную долю». Движения в характере и темпе музыки на 4/4, 3/4, 2/4. Упражнения на динамику включают изменение интенсивности движений в соответствии с громкостью музыки.

##### 3. Основы классического танца- 12 часов.

Теория: 2 час.

Элементарные сведения о классическом танце. Разбор и разучивание позиций ног и рук в классическом танце. Постановка корпуса и осанки. Детям необходимо освоить базовые шаги и прыжки, которые являются основой классического танца.

Практика: 10 час.

Освоение позиций рук и ног: Первая позиция, вторая позиция, третья позиция ног.

Подготовительная позиция рук.

Разучивание и освоение основных шагов и прыжков:

Plie (плие): Мягкий сгиб колен, выполняемый в различных позициях ног.

Tendu (тандю): Выпрямление ноги вперед, в сторону или назад, сохраняя контакт пятки с полом.

Releve (релеве): Подъем на полупальцы или пальцы.

Saute (соте): Простой прыжок на месте.

##### 4. Игроритмика и импровизация – 10 часов.

Теория 2 час.

Игроритмика и импровизация дополняют друг друга, обеспечивая всестороннее развитие ребенка.

Практика 8 час.

Ритмические игры: Включают использование различных инструментов (барабанов, маракасов, трещоток) для создания ритмических рисунков. Дети учатся играть в ансамбле, соблюдая ритм и темп.

Музыкальные сказки: Рассказывание историй с помощью музыки и движений. Дети участвуют в создании сказочных персонажей и сцен, используя свои тела и голос.

Подвижные игры: Активные игры, сопровождающиеся музыкой, помогают детям развивать ловкость, быстроту реакции и координацию движений.

Танцевальные элементы: Простые танцевальные движения, соответствующие ритму и характеру музыки. Дети учатся двигаться в такт, выполняя простые комбинации шагов и поворотов.

Музыкальная импровизация: Использование музыкальных инструментов для создания спонтанных мелодий и ритмов. Дети учатся слушать себя и других, реагируя на музыкальные предложения партнеров.

Танцевальная импровизация: Свободное движение под музыку, основанное на личных эмоциях и восприятии ритма и характера музыки. Дети учатся выражать свои чувства через движение, не ограничиваясь установленными правилами и формами.

Театральная импровизация: Создание коротких сценических этюдов на заданную тему. Дети учатся взаимодействовать друг с другом, развивая актерские навыки и умение быстро принимать решения.

5. Постановочная и репетиционная работа – 22 час.

Теория: 2 часа.

Прослушивание музыки к танцу. Разбор характера и настроения танца.

Практика: 20 часов.

Разбор и разучивание танцевальных элементов и этюдов. Повторение танцевальных элементов. Разбор и разучивание выхода танца. Повторение выхода танца. Разбор и разучивание 1 части танца. Повторение 1 части танца. Разбор и разучивание 2 части танца. Повторение 2 части танца. Отработка танцевального номера и этюдов, поставленных за год.

6. Общая физическая подготовка 14 час.

Теория 2 час.

(ОФП) направлена на развитие основных физических качеств, таких как сила, выносливость, гибкость, скорость и координация. Программа ОФП для этого возраста должна быть адаптирована к особенностям детского организма и включать разнообразные упражнения, чтобы поддерживать интерес и мотивацию детей.

Практика 12 час.

Упражнения на гибкость, упражнения на силу, упражнения на выносливость, координационные упражнения.

7. Итоговое занятие 2 час.

Практика 2 час.

Открытое занятие по итогам года.

### **3.2. Содержание учебного плана второго года обучения**

1. Общая физическая подготовка 16 час.

Теория 2 час.

(ОФП) направлена на развитие основных физических качеств, таких как сила, выносливость, гибкость, скорость и координация. Программа ОФП для этого возраста должна быть адаптирована к особенностям детского организма и включать разнообразные упражнения, чтобы поддерживать интерес и мотивацию детей.

Практика 14 час.

Упражнения на гибкость, упражнения на силу, упражнения на выносливость, координационные упражнения, с усложнением ритма и количества подходов. Кардионагрузка (прыжки через скакалку, упражнения с мячом.)

## 2. Основы современного танца 16 час

Теория 2 час

Особенности стиля, основные положения рук и ног, терминология основных элементов. Характеристика направления. Правила выполнения и характер выполнения движений.

Практика 14 час

Разучивание различных связок, танцевальных элементов данного танцевального направления. Разбор базовых элементов таких как: rolldown, rollup, flatback, urch, reliz, drop, знакомство с первыми кроссами из базовых элементов.

## 3. Основы классического танца 10 часов.

Практика: 10 час.

Освоение позиции рук и ног:

- первая позиция, вторая позиция, третья позиция, пятая позиция ног.
- подготовительная позиция рук, первая, вторая, третья.

Разучивание и освоение основных шагов и прыжков:

- Plie (плие): Мягкий сгиб колен, выполняемый в различных позициях ног.
- Tendu (тандю): Выпрямление ноги вперед, в сторону или назад, сохраняя контакт пятки с полом.
- Releve (релеве): Подъем на полупальцы или пальцы.
- Saute (соте): Простой прыжок на месте.
- Разбор элементов: Demi plie и Grand plié. Разбор и разучивание Relevé на полупальцах одной ноги. Разбор и разучивание классического экзерсиза у станка.

## 4. Специальная гимнастика, стрейчинг 10 час

Теория 2 час

Регулярные занятия помогают развивать гибкость, что важно для здоровья суставов и мышц. Физическая активность помогает детям расслабляться и улучшает настроение. Изучение упражнений, связанных с развитием и гибкостью мышц, суставов.

Практика 8 час

Комплекс упражнений, обеспечивающих наилучшие условия для растягивания мышц и увеличения подвижности суставов. Полное расслабление - «музыкальная релаксация».

Упражнения для развития подвижности стопы: по V1 позиции, по I позиции, круговые движения стопы, упражнения на выработку выворотности ног, упражнения на исправление недостатков осанки и развитие гибкости. Шпагаты.

## 5. Игроритмика и импровизация – 8 часов.

Практика 8 час.

Учимся чувствовать и уметь раскладывать музыку на сильные и слабые части, отличать основу композиции от второстепенных звуков. Образно-игровые и ритмические упражнения. Развитие чувства ритма и музыкальности, выделение сильной доли, понятие

паузы, движение в заданных размерах. Шаг с акцентом на сильную долю. Бег с замедлением и ускорением.

Ритмические игры: усложнения задач, продумывание образов и сюжета для своих историй.

Подвижные игры: Активные игры, сопровождающиеся музыкой, помогают детям развивать ловкость, быстроту реакции и координацию движений, усложнение игр путем применения разных уровней и пространства в зале.

Танцевальные элементы: Простые танцевальные движения, соответствующие ритму и характеру музыки. Дети учатся двигаться в такт, выполняя простые комбинации шагов и поворотов.

Музыкальная и танцевальная импровизация на заданную педагогом тему, свободное движение под музыку, основанное на личных эмоциях и восприятии ритма и характера музыки. Дети учатся выражать свои чувства через движение.

Театральная импровизация: Создание коротких сценических этюдов на заданную тему. Дети учатся взаимодействовать друг с другом, развивая актерские навыки и умение быстро принимать решения.

#### 6. Постановочная и репетиционная работа – 10 час.

Теория: 2 часа.

Прислушивание музыки к танцу. Разбор характера и настроения танца.

Практика: 8 часов.

Разбор и разучивание танцевальных элементов и этюдов. Повторение танцевальных элементов. Разбор и разучивание выхода танца. Повторение выхода танца. Разбор и разучивание 1 части танца. Повторение 1 части танца. Разбор и разучивание 2 части танца. Повторение 2 части танца. Отработка танцевального номера и этюдов, поставленных за год. Усложнение пройденного материала путем усложнения движений.

#### 7. Итоговое занятие 2 час.

Практика 2 час.

Совершенствование знаний, умений, навыков. Отработка проученного материала. Открытое занятие по итогам года.

#### 4. Календарный учебный график

| №                     | Месяц<br>неделя                                | Тема занятий                          | Количество<br>часов | Форма<br>занятий | Форма контроля                  |
|-----------------------|------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------|------------------|---------------------------------|
| <b>1 год обучения</b> |                                                |                                       |                     |                  |                                 |
| 1                     | Сентябрь, 1,2 неделя                           | Введение в образовательную программу  | 2                   | Группа           | Вводный контроль, Собеседование |
| 2                     | Сентябрь, 3,4 неделя, Октябрь, Ноябрь, Декабрь | Азбука музыкального движения.         | 10                  | Группа           | Текущий контроль<br>Наблюдение. |
| 3                     | С ноября- май                                  | Основы Классического танца            | 12                  | Группа           | Текущий контроль<br>Наблюдение. |
| 4                     | В течении года                                 | Игроритмика и импровизация            | 10                  | Группа           | Текущий контроль<br>Наблюдение. |
| 5                     | С января - май                                 | Постановочная и репетиционная работа. | 22                  | Группа           | Текущий контроль<br>Наблюдение. |
| 6                     | В течении года                                 | Общая физическая подготовка           | 14                  | Группа           | Текущий контроль<br>Наблюдение. |
|                       | Май                                            | Итоговое занятие                      | 2                   |                  | Итоговый контроль               |
|                       |                                                | Итого                                 | 72                  |                  |                                 |
| <b>2 год обучения</b> |                                                |                                       |                     |                  |                                 |
| 1                     | В течении года                                 | Общая физическая подготовка           | 16                  |                  | Текущий контроль<br>Наблюдение. |
| 2                     | С ноября-май                                   | Основы современного танца             | 16                  |                  | Текущий контроль<br>Наблюдение. |
| 3                     | В течении года                                 | Основы классического танца            | 10                  |                  | Текущий контроль<br>Наблюдение. |
| 4                     | В течении года                                 | Специальная гимнастика, стрейчинг     | 10                  |                  | Текущий контроль<br>Наблюдение. |
| 5                     | В течении года                                 | Игроритмика и импровизация            | 8                   |                  | Текущий контроль<br>Наблюдение. |
| 6                     | С ноября- май                                  | Постановочная и репетиционная работа. | 10                  |                  | Текущий контроль<br>Наблюдение. |
| 7                     | Май                                            | Итоговое занятие                      | 2                   |                  | Итоговый контроль               |
| 8                     |                                                | Итого                                 | 8                   | 64               | 72                              |
| <b>Из них</b>         |                                                |                                       |                     |                  |                                 |
|                       | Декабрь, Май                                   | Мероприятия воспитательного характера |                     | 1                | 1                               |

## 5. Формы аттестации

**Входная диагностика** проводится в сентябре с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, возможностей детей и желания заниматься хореографическим творчеством.

Формы контроля: собеседование, просмотр данных.

**Текущий контроль** осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся.

Форма контроля: педагогическое наблюдение, устные опросы.

**Промежуточный контроль** проводится в конце каждого года обучения по программе для содержательной оценки результатов освоения программы учащимися и их личностного развития.

Форма контроля: открытые уроки.

**Итоговая аттестация** проводится по итогам освоения всей программы представляет собой публичный отчетный концерт.

## 6. Оценочные материалы

В ходе диагностики по дополнительной общеразвивающей программе «Знакомство с эстрадным танцем» отслеживаются показатели:

- физического развития: выворотность ног, подъем стопы, балетный шаг, гибкость тела, прыжок, координация движений;
- творческого развития: музыкальный слух, эмоциональность, воображение, креативность мышления;
- социализации: культура поведения в коллективе, нравственность, гуманность, дисциплинированность, ответственность, самостоятельность, активность, организаторские способности, коммуникативные навыки;
- уровня освоения дополнительной программы: владение специальной терминологией, практические умения и навыки, предусмотренные дополнительной общеобразовательной программой.
- Показателем качества освоения является открытые занятия для родителей, концерты, смотры, фестивали, конкурсы.

1. Открытое занятие. Это первая ступень, где впервые проявляются исполнительские способности и навыки у воспитанника и педагогические и профессиональные навыки у педагога. На открытом занятии обучающийся показывает без подсказки педагога, чему научился, а педагог – как научил обучающегося определённым навыкам и смог ли раскрыть его способности.

2. Отчётный концерт. Это уже вторая ступень результата. На ней уже более ярко виден результат обучающегося и педагога. Здесь показаны не только способности и навыки в хореографии, но и в других видах искусства. Именно в совокупности всех видов искусства будет проявляться результат.

3. Выход на сцену: концерты, смотры, фестивали, конкурсы и пр. Эта более значимая ступень, более ответственная. Она подразделяется ещё на несколько частей. И каждая часть несёт свой уровень результата.

Показатели критериев оценки результатов освоения образовательной программы:

- высокий уровень – успешное освоение учащимися содержания образовательной программы от 70% до 100%;
- средний уровень – освоение учащимися содержания образовательной программы от 30% до 69%;
- низкий уровень – освоение учащимися содержания образовательной программы от 1% до 29%.

## **7. Методические материалы**

Основные принципы обучения, заложенные в программу:

- принцип природосообразности: образовательный процесс строится, следуя логике (природы) развития личности ребенка;
- принцип развивающего обучения: развитие личности ребенка, направлено на умение сравнивать и обобщать, видеть и понимать;
- принцип индивидуального подхода, максимально учитываются индивидуальные особенности ребенка и создаются наиболее благоприятные условия для развития его индивидуальности, опора на интересы ребенка;
- гуманистический характер отношений педагога и ребенка, ребенок рассматривается как активный субъект совместной с педагогом деятельности, основанной на реальном сотрудничестве, демократических и творческих началах.

Специфика построения образовательного процесса: весь процесс обучения эстрадному танцу строится на профессиональных методиках обучения, без которых обучающиеся не смогут получить необходимые танцевальные навыки. Концентрическое построение программы предполагает постепенное расширение и углубление знаний, совершенствование творческих умений и навыков детей от одной ступени к другой. Учащиеся включены в различные виды деятельности: репродуктивную, поисковую, художественную, творческую, познавательную, практическую и др.

Программа дана по годам обучения. На каждый год обучения предполагается определенный минимум умений, навыков, сведений по хореографии. На каждом этапе обучения дается материал по основным разделам.

В программе представлены различные разделы, которые объединяет постановочная и концертная деятельность, позволяющая учебно-воспитательному процессу быть более привлекательным, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей.

Основные методы работы с обучающимися:

- словесный (устное изложение материала)
- иллюстрированный (просмотр видео и наглядных материалов)
- репродуктивный (практическое изучение материала по образцу педагога)

Методы обучения по источнику знаний:

- объяснительно-наглядный (подробно объясняю правила выполнения тех или иных упражнений, элементов танца с одновременной демонстрацией, задача детей – понять и воспроизвести);
- словесный метод - донести до обучающихся эмоциональный характер танца задача непростая, поэтому через объяснения, беседы имеется возможность сообщить большое количество материала;
- практический метод - источником знания является практическая деятельность обучающихся в активной работе над исполнительской техникой, которая позволяет развивать профессиональные навыки, в проученных движениях, а в дальнейшем и в танце.

Большое место в осуществлении данной программы принадлежит наглядным и словесным методам, так как увлечение детей творческим процессом возможно в том случае, если во время демонстрации приемов работы действия будут комментироваться доступным для восприятия детьми языком.

Структура занятий хореографии – общепринятая. Каждое занятие состоит из трех частей: подготовительной, основной, и заключительной. Деление занятия на части относительно. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

Подготовительная часть занимает от 5% до 15% общего времени и зависит от решения основных задач занятия. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребенка – его центральную нервную систему, различные функции – к работе: разогреть мышцы, связки и суставы, создать психологический и эмоциональный настрой, сосредоточить внимание.

Для решения задач подготовительной части занятия используются следующие средства: строевые, музыкально – подвижные игры малой интенсивности, игры на внимание, игры-танцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы – несложные по координации или хорошо изученные), а также упражнения танцевально – ритмической гимнастики, отвечающие задачам подготовительной части.

Основная часть длится от 70% до 85% общего времени. В этой части решаются основные задачи, формируются двигательные умения и навыки, идет работа над развитием двигательных способностей: гибкости, мышечной силы, быстроты движений, ловкости, выносливости и др. В основной части дается объем знаний, достигается оптимальный уровень физической нагрузки, и входят все средства: элементы музыкальной грамоты, согласованность движений с музыкой; тренировочные вспомогательные упражнения, элементы хореографической азбуки, работа над этюдами, танцами.

Заключительная часть занятия длится от 3% до 7% общего времени. В этой части занятия необходимо создать условия для постепенного снижения нагрузки, постепенного перехода от возбужденного к относительно спокойному состоянию детей. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, игры, игровые задания малой интенсивности.

Общепринятыми формами занятий по хореографии являются: учебное занятие, открытое занятие, контрольное занятие, показательное занятие, итоговое занятие, отчетный концерт.

Дистанционное обучение разрабатывается и записывается для ребят видео занятия с методическими рекомендациями, подробным описанием заданий, упражнений, тренажей и танцевальных комбинаций. Затем всё это размещается в созданных группах. По окончании урока ребята с помощью родителей предоставляют свой конечный результат в виде фото и видео отчёта на электронную почту педагогов или в личном сообщении в мессенджере. Педагоги просматривают высланный им материал и в личных сообщениях отсылают индивидуальные рекомендации по исправлению и устранению.

## **8. Условия реализации программы**

Материально-техническое обеспечение реализации программы:

1. Танцевальный зал
2. Зеркальная стена
3. Хореографические станки
4. Акустическая система (звуковое оборудование для танцевального зала)
5. Проектор или экран для отображения видео материалов и руководств по технике исполнения танцев.
6. Коврики для партера
7. Блоки для упражнений
8. Теннисные мячики для занятий
9. Форма одежды для занятий хореографией: (чёрные балетки, белые носки, лосины (чёрные, трикотажные) для девочек, шорты чёрные для мальчиков.
10. Гимнастический купальник чёрный для девочек, футболка белая для мальчиков
11. Шпильки, невидимки, резинку для волос, шишку белую (для сбора волос - девочкам)
12. Сценические костюмы

## **9. Воспитательный компонент образовательной программы**

### **«Знакомство с эстрадным танцем».**

#### **1.1 Цель, задачи, ориентиры воспитания детей**

*Целью* воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения и, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2021 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п.2).

*Задачи* воспитания по программе:

- содействовать усвоению детьми знаний о норме, духовно-нравственных ценностях и традициях художественной и танцевальной культуры России;
- сформировать и развить у детей личностное отношение к нормам, ценностям и традициям художественной и танцевальной культуры народов России (их освоение, принятие);
- способствовать приобретению детьми социокультурного опыта в поведении, общении, межличностных и социальных взаимодействиях в составе творческого коллектива через вовлечение детей в активные виды деятельности;
- воспитывать нравственное поведение, создавать условия для освоения детьми опыта реализации нравственных позиций, способствующих формированию способности к нравственному отношению как к собственному поведению, так и к действиям других людей;
- создать, поддерживать и развивать условия физической безопасности и комфорта для детей, а также обстоятельства их общения, социализации, признания, самореализации и творчества при освоении содержания программы.

*Целевые ориентиры воспитания детей по программе:*

- овладение детьми культурой своего народа в том числе региона;
- создание условий для реализации творческого потенциала детей в художественной и танцевальной деятельности;
- организация совместных творческих акций;
- раскрытие творческого потенциала каждого ребёнка, опыт самопознания и преобразование окружающего мира;
- приобщение через опыт творческой деятельности к отечественной и мировой художественной культуре;
- формирование уважения к художественной и танцевальной культуре, искусству народов России; восприимчивости к разным видам искусства;
- формирование интереса к истории искусства, достижениям и биографиям мастеров; опыта творческого самовыражения в искусстве, заинтересованности в презентации своего творческого продукта, опыта участия в концертах, конкурсах и т. п.;

- воспитание стремления к сотрудничеству, уважения к старшим; ответственности;
- формирование воли и дисциплинированности в творческой деятельности;
- формирование опыта представления в работах российских традиционных духовно-нравственных ценностей, исторического и культурного наследия народов России;

## 1. 2. Формы и методы воспитания

Ключевой формой воспитания детей при реализации программы является организация их взаимодействия в постановках, этюдах; в участии и проведении календарных праздников с участием родителей (законных представителей), выступление на площадках Центра детского творчества, участие в районных фестивалях и конкурсах, концертных программах к праздничным датам.

В воспитательной деятельности с учащимися творческого объединения по программе используются методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение); метод положительного примера (педагога, родителей, детей); метод стимулирования и поощрения (индивидуального и публичного); методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

## 1. 3. Условия воспитания, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на основной учебной базе реализации программы в МБОУ ДО «Центр детского творчества» г. Заволжье, а также на выездных базах, мероприятиях в образовательных организациях и учреждениях культуры Городецкого муниципального округа.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношением друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогу, к выполнению своих заданий по программе.

Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного ребёнка. Обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем.

## Календарный план воспитательной работы

| <b>№<br/>п/п</b> | <b>Название мероприятия</b>                                                      | <b>Срок<br/>проведения</b> | <b>Форма проведения и<br/>участия</b>                                                            |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1</b>         | «В здоровом теле – здоровый дух!» - пропаганда ЗОЖ                               | Сентябрь                   | Танцевальный марафон с элементами игры и интерактивом                                            |
| <b>2</b>         | Мероприятие «Хорошо нам рядышком с дедушкой и бабушкой» ко Дню пожилого человека | Октябрь                    | Рассказ о своих бабушках и дедушках и знакомство с танцами 60-70-х годов (показ видео материала) |
| <b>3</b>         | «История создания балета»                                                        | Ноябрь                     | Информ час, с просмотром видео материалов и презентации                                          |
| <b>4</b>         | Открытый урок «Мама и Я»                                                         | Ноябрь                     | Танцевально-игровое занятие                                                                      |
| <b>5</b>         | Новогодний танцевальный праздник «В новый год танцуют все»                       | Декабрь                    | Театрализованное представление                                                                   |
| <b>6</b>         | «Посвящение в юные танцоры»                                                      | Январь                     | Познавательно – развлекательная программа                                                        |
| <b>7</b>         | «Папа может все»                                                                 | Февраль                    | Танцевально-игровое занятие                                                                      |
| <b>8</b>         | «Дочки - Матери», мастер класс                                                   | Март                       | Творческий мастер класс                                                                          |
| <b>9</b>         | «Мир под названием танец» мероприятие, посвященное Всемирному дню танца          | Апрель                     | Информ час, с просмотром видео материалов и презентации                                          |
| <b>10</b>        | «Мы- наследники Великой победы»                                                  | Май                        | Квест игра                                                                                       |
| <b>11</b>        | Отчетный концерт учащихся по итогам учебного года                                | Май                        | Концерт                                                                                          |

## **10.Список используемой литературы**

1. Александрова Н. А., Малашевская Е. А. Классический танец. Мастер-класс балетного урока (+DVD), - М.: Логос, 2014 – 64с.
2. Волкова И. Н., Ефимова И. В., Карпова М. В. Комплексы гимнастик для занятий с детьми. Зрительная, пальчиковая, двигательная. – М.: Дрофа, 2019 - 47 с.
3. Карпенко И. А., Карпенко В. Н., Багана Ж., Хореографическое искусство и балетмейстер. Учебное пособие. – М.: Литресс, 2019 – 192 с.
4. Кукушкин В.С. Педагогические технологии: Учебное пособие для студентов педагогических специальностей. - М.: Лабиринт, 2004 – 336 с.
5. Селевко Г.К. Современные педагогические технологии. на основе дидактического и методического усовершенствования УВП, НИИ школьных технологий. – М.: Литресс, 2005 – 208 с.
6. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – М.: Эксмо 2007 – 245 с.
7. Земек В. «Искусство современного танца».- М.: Эксмо 2021-136 с.
8. Полятков С.С. «Основы современного танца». – М.: Литресс 2006 – 113 с.
9. Джозеф Хавилер. «Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки». - СПб.: Логос 2004 – 116 с.

### **Список рекомендуемой литературы для детей и родителей**

1. Зарецкая, Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. – СПб.: Дрофа 2005 – 118 с.
2. Коренева, Т.Ф. Музыкально – ритмические движения. – М.: Логос 2001 – 205 с..
3. Фисанович Т.М. Танцы. – М.: Астрель 2000 – 220 с.
4. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. - М.: Астрель 2003 – 135 с.
5. «Мастерство хореографа в современном танце», учебное пособие. – СПб.: Логос 2011 – 421 с.

### **Интернет ресурсы:**

1. Хореографический ресурс <https://vk.com/club202206113> - видео контент концертов и балетных спектаклей.
2. [www.horeograf.com](http://www.horeograf.com) Сайт посвящен хореографам и танцорам
3. <http://horeograf.ucoz.ru/blog> Музыка для танцев, развивающие игры для детей, гимнастика в стихах, методические пособия для педагога – хореографа.