

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества» Моргаушского района Чувашской Республики**

**ПРИНЯТО**  
педагогическим советом  
МБУДО «Дом детского творчества»  
Моргаушского района ЧР  
№ \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2021г.

Утверждаю  
И.о.директора МБУДО «Дом детского  
творчества» Моргаушского района ЧР  
\_\_\_\_\_  
Рожкова А.В.  
Приказ № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2021г.

**Дополнительная общеразвивающая программа  
объединения  
по хореографии «Топотушки»**

Направленность: Художественная

Срок реализации – 1 год

Для обучающихся: 5 – 7 лет

Автор: педагог дополнительного образования

Тепеева Ольга Вячеславовна

## Пояснительная записка

Танец – самое любимое массовое искусство. Трудно представить семейное торжество, народное празднество, вечер отдыха без танцев.

Особенно любят танцевать дети. Но любить танец, еще не значит уметь исполнять его. Научиться танцевать очень трудно. Путь к познанию и совершенству танца длинный и сложный, умение приходит не сразу. Помочь ребенку развить творческие способности, воображение, выразительность движений, пластичность, призван хореограф в ОУ.

В настоящее время к организации обучения и воспитания детей в ОУ предъявляют все более высокие требования. Общество хочет видеть будущего школьника полноценным и всесторонне развитым. Поэтому необходимо развивать ребенка многогранно, не останавливаясь не перед какими трудностями.

Программа имеет **художественную направленность** и направлена на всестороннее гармоничное развитие детей. Научить обучающегося воспринимать красоту форм, линий, звуков, движений, красок – это значит сделать его лучше, чище, содержательнее. Это эмоциональное, интеллектуальное, физическое, коммуникативное, морально – нравственное, эстетическое развитие, которое достигается в образовательной танцевальной деятельности.

Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника.

Программа **актуальна**, т.к. хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка. Он формирует его художественное «Я» как составную часть орудия «общества», посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые личные стороны нашего существа.

**Педагогическая целесообразность:** обучаясь по этой программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве.

**Новизна** программы заключается в занятиях по хореографии, которые дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. На занятиях разучиваются различные движения под музыку. Дети учатся ускорять и замедлять движения, непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером, динамикой музыки. В процессе систематических занятий у ребят развивается музыкально-слуховое восприятие. Детям постепенно приходится вслушиваться в музыку для того, чтобы одновременно точно выполнять движения.

Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, на занятиях по хореографии дети научатся чувствовать себя более раскрепощенными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитать в себе трудолюбие и терпение.

**Отличительная особенность программы:** танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох также необходимо, как и изучение грамоты и математики. В этом и заключается основа национального характера, любовь к своему краю, своей родине.

Программа рассчитана на один год обучения и рекомендуется для занятий детей с 5-7 лет. Занятия проводятся в 2 раза по 1 академическому часу (30 мин) в неделю, что составляет 58 часов в год.

**Формы обучения и виды занятий:** индивидуальные, групповые.

Срок освоения программы 1 год (7месяцев), что определяется содержанием программы, необходимым для ее освоения:

**Цель** – приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию. Привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности посредством хореографического искусства.

**Задачи:**

-обучающая - научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского – бального танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;

-развивающая – развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству;

-воспитывающая – воспитание эстетически – нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе и в пар.

#### Учебный план

№	Название разделов	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Беседа о танце. Вводное занятие. Техника безопасности.	1	0	1
2.	Классический тренаж	1	8	9
3.	Тренировочные упражнения	0	8	8
4.	Разучивание общих движений. Соединение движений. Отгачивание движений.	0	8	8
5.	Исправление ошибок. Отработка синхронности.	1	7	8
6.	Народно-сценический тренаж	0	8	8
7.	Соединение композиций. Движения в паре.	0	8	8
8.	Повторение разученных движений. Подбор костюма	0	7	7
9.	Итоговое мероприятие: повторение польки и танца «Amore mie».	0	1	1
	<b>ИТОГО</b>	<b>3</b>	<b>55</b>	<b>58</b>

#### Календарно -тематический план

№	Темы занятий	Теория	Практика	Всего
	<b>1.Беседа о танце. Вводное занятие. Техника безопасности.</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>1</b>
1.1	Беседа о танце. Вводное занятие. Техника безопасности. Знакомство с учащимися. Организационный урок.	1		
	<b>2.Классический тренаж.</b>	<b>1</b>	<b>8</b>	<b>9</b>
2.1	Классический тренаж: позиции ног, рук.	1	1	

	Постановка корпуса.			
2.	Развитие двигательных навыков и умений. Разучивание простых движений. Подскоки.		1	
3.	Основные виды ходьбы (ходьба спокойная, на п/пальцах, на пятках, с каблука, с высоким подъёмом колена, с ускорением и замедлением). Бег (лёгкий, ритмичный, передающий различные образы, с остановками, пружинящий).		1	
4.	Прыжковые движения (различные виды галопа, подскоков).		1	
5.	Повторение и исправление ошибок. Дроби.		1	
6.	Подскоки.		1	
7.	Ознакомление с танцем полька формейшен .		1	
8.	Разучивание выхода. Подскоки, каблучные движения, парные движения.		1	
	<b>3.Тренировочные упражнения</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>8</b>
3.1.	Тренировочные упражнения на середине зала. Позиции ног, рук. Развитие правильной осанки. Разучивание основных движений польки.		1	
2.	Танец полька дети формейшен «Встреча». Определение характера танцевальной музыки и передача её в движении. Ознакомление с композицией танца.		2	
3.	Разучивание движений девочек. Построение в круг. Настроение танца.		2	
4.	Шаги вперёд, основной шаг на месте, подскоки. Движения рук.		1	
5.	Двойная смена ног на месте. Подскоки и галопа. Встреча с лесным персонажем, волком.		2	
	<b>4.Разучивание общих движений. Соединение движений. Оттачивание движений.</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>8</b>
1.	Разучивание движений волка. Колесо, подскоки, дроби.		2	
2.	Разучивание общих движений. Хлопки, прыжки, подскоки, диалог лесного чудища и девочек.		1	
3.	Разучивание движений девочек. Движения со скакалкой. Прыжки.		1	
4.	Диалог волка и девочек в польке. Соединение движений. Характер танца.		1	
5.	Прыжки со скакалкой. Элементы парных движений.		2	
6.	Оттачивание движений в диалоге, в паре. Постановка польки.		1	
	<b>5. Исправление ошибок. Отработка синхронности.</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	<b>8</b>
1.	Вводный инструктаж по технике безопасности: инструкции №1,2,3. Исправление ошибок в танце. Оттачивание синхронности.	1	1	
2.	Народно-сценический тренаж. Отработка		2	

	манеры, характера и техники исполнения танца.			
3.	Исправление ошибок. Отработка синхронности.		2	
	Подбор костюма. Повторение разученного танца.		2	
	<b>6. Народно-сценический тренаж</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>8</b>
6.1.	Народно-сценический тренаж. Ознакомление с основами современного бального танца.		1	
2.	Простая комбинация шага. Переход. Повороты вперёд.		1	
3.	Простая комбинация шага с прыжком. Повороты вперёд. Мах ноги ,свинг-степ.		1	
4.	Повторение польки. Основной шаг стиля ФЛЭШ.		1	
5.	Ознакомление с элементами танца «Amore mie». Характер танца.		1	
6.	Основной шаг в сторону (Шассе). Закрытая позиция.		1	
7.	Работа ног в танце: колен и стоп. Приём «танцевать в пол». Не скользить. 3 позиция ног в танце. Основной шаг.		1	
8.	Основной шаг. Тайм-степ, Нью-Йорк в танце «Amore mie».		1	
	<b>7. Соединение композиций. Движения в паре.</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>8</b>
1.	Добавление фигуры спот-поворот. Соединение движений и повторение.		1	
2.	Лок-степ вперёд. Добавляем бейсик-кросс. Соединение композиций.		1	
3.	Знакомство с видеоматериалами. Повторение выученных движений.		1	
4.	Локк-степ назад. Веер, клюшка. Соединение движений.		2	
5.	Разучивание движений в паре. Повороты.		1	
6.	Роли партнёра и партнёрши, смена рук, движения ног.		1	
7.	Клюшка, пикабу. Вариация «шаг». Партия партнёра, партия партнёрши. Движения в паре.		1	
	<b>8. Повторение разученных движений. Подбор костюма</b>	<b>0</b>	<b>7</b>	<b>7</b>
1.	Новые варианты Нью-Йорка. Зигзаг. Повторение разученных движений. Соединение.		2	
2.	Поворот на месте влево. Поворот на месте вправо.		2	
3.	Поворот олемано и турецкое полотенце.		2	
4.	Постановка танца «Amore mie». Соединение всех разученных композиций. Подбор костюма.		1.	
	<b>9. Итоговое мероприятие: повторение польки и танца «Amore mie».</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
	<b>Итого:</b>	<b>3</b>	<b>55</b>	<b>58</b>

## Содержание программы:

### 1. Раздел «Введение» (3/1) 4 ч

#### 1.1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

Теория: Беседа, ознакомление детей с особенностями кружка. Требования к поведению учащихся во время занятия. Соблюдение правил по технике безопасности. Проведение входного контроля.

#### 1.2. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.

Теория: Ознакомление с музыкальным ритмическим рисунком.

Практика: Составление музыкальных ритмических рисунков.

### 2. Раздел «Классический танец». (6/18) 24 ч

#### 2.1 Упражнения на ориентировку в пространстве

Теория: ознакомление с квадратом А.Я.Вагановой

Практика: Положение прямо (анфас), полуоборот, профиль; свободное размещение по залу, пары, тройки;

#### 2.2 Положения и движения рук

Теория: Основные положения и движения рук

Практика: перевод рук из одного положения в другое

#### 2.3 Положения и движения ног

Теория: шаги с высоким подниманием ноги, согнутой в колени вперед и на полупальцах (вперед, назад)

Практика: позиции ног (выворотные), шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад; танцевальный шаг назад в медленном темпе.

#### 2.4 Танцевальные комбинации

Теория: Ознакомление со станком

Практика: *relleve* по 1,2,3 позициям (муз. раз. 1/2, 1/4, 1/8); *demi-plie* по 1,2,3 поз.; сочетание полуприседания и подъема на полупальцы; *sotte* по 1,2,6 поз.; *sotte* в повороте (по точкам зала).

### 3. Раздел «Народный танец» (8/34) 42 ч

#### 3.1 Положения и движения рук

Теория: Ознакомление с основным положением рук

Практика: положение на поясе – кулачком; смена ладошки на кулачок; переводы рук из одного положения в другое (в характере рус. танца); хлопки в ладоши – двойные, тройные; руки перед грудью – «полочка»; «приглашение».

#### 3.2 Положение рук в паре

Теория: Ознакомление с основным положением рук в паре

Практика: «лодочка» (поворот по руку); «под ручки» (лицом вперед); «под ручки» (лицом друг к другу); сзади за талию (по парам, по тройкам).

#### 3.3 Движения ног

Теория: Подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и свободной позиции) у мальчиков; подскоки на двух ногах (1 прямая, свободная позиция) у девочек.

Практика: шаг с каблука в народном характере; простой шаг с притопом; простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта); простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременным открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию); *battement tendu* вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной поз., в сочетании с *demi-plie*; *battement tendu* вперед, в сторону на носок с переводом на каблук по 1 свободной поз., в сочетании с притопом; притоп простой, двойной, тройной; простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу; простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад; танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга); простой бытовой шаг по парам под ручку вперед, назад; простой бытовой шаг по парам в повороте, взявшись под руку

противоположными руками; танцевальный шаг по парам, тройками (положение рук сзади за талию); прыжки с поджатыми ногами; «шаркающий шаг»; «елочка»; «гармошка»; поклон на месте с руками; поклон с продвижением вперед и отходом назад; боковые перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции; «ковырялочка» с двойным и тройным притопом; «припадание» вперед и назад по 1 прямой позиции; простой бег с открыванием рук в подготовительную позицию (вверху, между 2 и 3 позициями); маленькое приседание (с наклоном корпуса), руки перед грудью «полочка»; бег с сгибанием ног назад по диагонали, руки перед грудью «полочка», диагональ;

#### **3.4 Упражнения на ориентировку в пространстве:**

Теория: Ознакомление с основными элементами рисунка «звездочка»; «ручеек»; «змейка».

Практика: простейшие перестроения: колонна по одному, по парам, тройкам, по четыре.

#### **3.5 Танцевальные комбинации**

Практика: Составление различных танцевальных комбинаций по 32 такта.

### **4. Раздел «Бальный танец» (3/17) 20 часов**

#### **4.1 Постановка корпуса, головы, рук и ног.**

Теория: Ознакомление с различной постановкой корпуса, головы, рук и ног.

Практика: разучивание различных позиций рук и ног (1 позиция, 2 позиция, 3 позиция, 4 позиция, 5 позиция и 6 позиция).

#### **4.2 Движения ног**

Теория: Основные движения ног в бальном танце

Практика: шаги: бытовой, танцевальный; поклон и реверанс; «боковой галоп» простой, с притопом (по кругу, по линиям); «пике» (одинарный, двойной) в прыжке; легкий бег на носках по кругу по парам лицом и спиной вперед.

#### **4.3 Движения в паре**

Теория: Ознакомление с постановкой корпуса в паре

Практика: (мальчик) присед на одно колено, (девочка) легкий бег вокруг мальчика; «боковой галоп» вправо, влево; легкое покачивание лицом друг к другу в правую сторону.

### **5. Раздел «Этюды» (2/22) 24 часов**

#### **5.1 Сюжетный танец «Полька»**

Теория: Ознакомление с танцем «Полька»

Практика: Постановка сюжетного танца «Полька»

#### **5.2 «Кадриль»**

Теория: Ознакомление с историей русского танца «Кадриль»

Практика: Постановка сюжетного танца «Кадриль»

#### **5.3 «Мы звезды»**

Практика: выступление с концертными номерами

### **6. Итоговое занятие (0/2) 2 часа**

Практика: подведение итогов и повторение изученного материала.

**ИТОГО: 58 часов**

#### **Планируемые результаты:**

- Определять музыкальные размеры;
- Ориентироваться в танцевальном зале;
- Позициям ног и рук;
- Воспроизводить хлопками и притопами ритмические рисунки;
- Вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой;
- Выполнять поклон в различных стилях;
- Выполнять движения в «зеркальном отражении»;
- Правилам построения в шеренгу, колонну, круг;
- Самостоятельно исполнять любое движение или танцевальную композицию.

## Комплекс организационно — педагогических условий

### 1. Режим работы Дома творчества:

- шестидневная рабочая неделя;
- продолжительность учебного занятия – 45 мин.

### 2. Продолжительность образовательной деятельности:

с 01.09.2021 года по 31.08.2022 года

### 3. Продолжительность учебного года:

Учебный год	Начало	Окончание	Продолжительность
2021-2022год	1 октября 2021 г.	30 апреля 2022 г.	29 недель

### 4. Продолжительность учебных полугодий:

Учебные полугодия	Начало	Окончание	Продолжительность
Первое	1 октября 2021 г.	30 декабря 2021 г.	13 недель (91 день)
Второе	10 января 2022 г.	30 апреля 2022 г.	16 недель (111 дней)
<b>Всего:</b>			<b>29 недель (202 дня)</b>

### 5. Праздничные дни

		Продолжительность
Праздничные дни	С 31 декабря 2021 г. - по 9 января 2022 г.	10 дней
Дополнительные дни отдыха связанные с государственными праздниками	4 ноября, 23 февраля, 8 марта	3 дня
	<i>Всего</i>	<b>13 дней</b>

Итоговое мероприятие – 27 апреля 2022 года.

### Условия реализации программы:

- танцевальный зал,
- DVD -проигрыватель,
- компакт-диски по темам программы,
- учебная литература.

**Форма аттестации и оценочный материал** по общеразвивающей программе объединения «Топотушки» в виде открытых уроков перед родителями, перед педагогами дополнительного образования МБУДО «ДДТ», отчетных концертов, участия в фестивалях, разрабатываются индивидуально для определения результативности усвоения общеобразовательной программы, которые отражают цели и задачи программы.

### Этапы контроля:

- 1.входной контроль, (предварительный) - беседа-опрос; пробный показ;
2. текущий (проводится на каждом занятии в форме педагогического наблюдения);
- 3.промежуточный – выступление или открытое занятие в середине учебного года;

Итоговый контроль проводится в конце учебного года в форме - открытого занятия, выступления.



### **Список используемой литературы**

1. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ.
2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 года №1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.
4. Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей Министерства образования (Приложении к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11 декабря 2006 г. № 06-1844).
5. СанПин 2.4.4.3172-14, от 13 октября 2014 г. вступили в силу новые санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей.

### **Учебно-методическое обеспечение.**

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.
2. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с.
3. Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с.
4. Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.
5. Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.
6. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с.
7. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.
8. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006. -352 с.