

<p>ПРИНЯТА: на заседании педагогического совета №1 от «30» августа 2024г.</p>	<p>УТВЕРЖДАЮ  МАДОУ д/с №11 Сулименко 30.08.2024г.</p>
--	--

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 11 «Лазурный» муниципального образования город-курорт Анапа
(МАДОУ д/с № 11 «Лазурный»)

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественно – эстетической направленности
«ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП»**

**Возраст: 5 - 7 лет года
Срок реализации: 2 года**

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы	
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	5
1.3. Содержание программы	
1.3.1. Учебно-тематический план	6
1.3.2. Содержание учебно-тематического плана	6
1.4. Планируемые результаты.....	8
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий	
2.1. Календарный учебный график	8
2.2. Условия реализации программы	9
2.3. Формы аттестации	9
2.4. Оценочные материалы	9
2.5. Методическое обеспечение.....	9
2.6. Список литературы.....	10
Приложения	11

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальный калейдоскоп» (далее – программа) имеет художественно - эстетическую направленность.

Программа разработана в соответствии с требованиями следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";

- Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2018-2025гг., утвержденная постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. N 1642;

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р;

- Федеральный проект «Успех каждого ребенка», протокол заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 года № 3,

- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» с изменениями от 05.09.2019, 30.09.2020;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- 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" с 01.01.2021;

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), изложенные в приложении к Письму Министерства образования и науки РФ от 18.11.15 № 09-3242 «О направлении информации».

Актуальность программы. Программа направлена на приобщение детей через искусство танца и ритмики к творчеству. На занятиях дети знакомятся с ритмикой и танцем, развивают физические способности, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют такие физические недостатки как сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д. Танец обучает правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству, улучшает состояние здоровья.

Программа направлена на формирование и развитие физических способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании. В процессе обучения по программе у детей формируется культура здорового и безопасного образа жизни, укрепляется здоровье.

Отличительные особенности программы. Программа дает возможность учащимся попробовать свои силы в разных видах хореографии и ритмики. Танцевальные занятия развивают детей физически, укрепляют их здоровье: правильно развивают костно-

мышечный аппарат, помогают избавиться от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формирует красивую фигуру. *Принцип вариативности* реализуется в программе следующим образом: учащийся имеет возможность подбирать оптимальные решения для поставленной задачи. Этот принцип учит творческому мышлению, умению находить новые, ранее не изученные пути решения заданий. Вариативность по программе предполагает наличие нескольких выходов из какой-либо ситуации или задачи и дает возможность мыслить шире. Объем вариативных форм деятельности, форм освоения программы, содержания творческих заданий по различным уровням сложности поможет каждому учащемуся идти в образовательном процессе по собственной траектории. Именно это позволит ему быть успешным, почувствовать себя значимым, поверить в свои возможности с раннего возраста.

Адресат программы. Программа рассчитана на обучение детей 5-7 лет. Наполняемость группы 12-15 человек.

Объем и срок освоения программы. Срок реализации программы – 9 месяцев. Общее количество часов, запланированных на весь период обучения – 36 уч. ч.

Программа построена на последовательном изучении различных техник, направлена на приобщение ребенка к миру танца. **Программа стартового уровня** предполагает использование и реализацию общедоступных форм обучения, минимальную сложность, Воспитанники во время обучения по программе получают первоначальные знания о простейших хореографических приемах. В ходе обучения знакомятся с различными видами эмоционального восприятия и оценкой реальной окружающей действительности. Танец и музыка неразрывно связаны между собой, поэтому занятия помогают адаптироваться ребенку 5-7 летнего возраста на этапе перехода из дошкольного учреждения в школу.

Режим занятий, периодичность и продолжительность. Занятия проводятся два раза в неделю по одному академическому часу, из расчета один академический час – 25 - 30 минут. Для снятия психологических и физических нагрузок периодически проводятся физкультминутки, соблюдается режим смены видов деятельности.

Форма организации обучения – групповая (учебное занятие с преобладанием фронтальной работы). Форма обучения – очная. Основной формой работы является учебное занятие, от коллективной разминочной работы и репетиций до индивидуальных занятий.

Каждое практическое учебное занятие включает в себя следующие разделы:

- организационный момент (построение, приветствие, проверка готовности к занятию);
- разминка (разогрев мышц, упражнения партерной гимнастики, кросс, упражнения на растяжку мышц);
- релаксация (упражнения для восстановления дыхания, расслабления мышц);
- изучение, повторение и закрепление танцевальных элементов.

Отслеживание педагогического эффекта по реализации программы осуществляется в процессе наблюдения за детьми на занятиях, репетициях, в концертной деятельности, бесед с воспитанниками и их родителями.

Особенности организации образовательного процесса. Программа разрабатывалась в соответствии с требованиями к содержанию и оформлению программ дополнительного образования детей Министерства образования РФ, порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.

Содержание и условия реализации образовательной программы соответствуют возрастным и индивидуальным особенностям детей старшего дошкольного возраста по программе.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: эстетическое воспитание и развитие творческих и физических способностей учащихся посредством хореографии и ритмики.

Задачи:

обучающие:

- обучить основам ритмики и хореографии
- обучить элементам музыкальной грамоты
- познакомить детей с историей возникновения и развития танца

развивающие:

- развивать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка;
- развивать культуру поведения и общения, навыки работы в коллективе;
- развивать самостоятельность (чувство ответственности), трудолюбие;
- развивать художественный вкус;
- стимулировать творческую активность, эмоциональную раскованность;

воспитательные:

- воспитать культуру поведения и общения;
- воспитать трудолюбие, аккуратность, усидчивость, ответственность, целеустремлённость и инициативность;
- создавать условия для духовно-нравственного, патриотического и трудового воспитания.

1.3. Содержание программы

1.3.1 Учебно-тематический план

№	Наименование разделов, тем	Теория	Практика	Общее количество часов	Форма контроля
1	Вводное занятие	1	2	3	
1.1.	Вводное занятие. Правила техники безопасности	1	2	3	Беседа, наблюдение.
2	Азбука музыкального движения	1	5	6	
2.1.	Танцевальная игра. Танцевальные шаги.	0,5	2	2,5	Беседа, наблюдение.
2.2.	Учебно-тренировочная работа. Музыкальные пространственные упражнения	0,25	2	2,25	Беседа, наблюдение.
2.3.	Знакомство с азбукой музыкального движения	0,25	1	1,25	Беседа, наблюдение.
3	Ритмика	1	14	15	
3.1.	Выполнение спортивных упражнений.	0,5	9	9,5	Беседа, наблюдение.
3.2.	Движения в образе сказочных героев.	0,5	5	5,5	Беседа, наблюдение.
4	Основы современного танца	1	9	10	
4.1.	Упражнения для растяжения мышц спины.	0,25	3	3,25	Беседа, наблюдение.
4.2.	Изучение танцевальных шагов.	0,25	4	4,25	Беседа, наблюдение.
4.3.	Учебно-тренировочная работа: музыкально пространственные упражнения.	0,5	2	2,5	Беседа, наблюдение.
5	Итоговое занятие	1	1	2	Концерт
	Итого	5	31	36	

1.3.2. Содержание учебно-тематического плана

Раздел 1. Вводное занятие

1. Вводное занятие. Правила техники безопасности.

Теория: Правила техники безопасности. Содержание и форма занятий. Внешний

вид. Дисциплина на занятиях. Взаимоотношение «учащийся- педагог» и отношения между учащимися. Режим занятий. Знакомство с учащимися. Знакомство с основами музыкальной культуры.

Практика: Музыкальные игры. Знакомство с разминкой.

Форма контроля: Беседа. Наблюдение

2.Азбука музыкального движения.

2.1. Танцевальная игра. Танцевальные шаги.

Теория: Связь музыки и движения. Понятие «мелодия». Характер мелодии: грустная, веселая, торжественная. Зависимость движения от характера мелодии.

Практика: Игры под музыку (грустную, веселую, торжественную)

Форма контроля: Беседа, наблюдение.

2.2. Учебно-тренировочная работа. Музыкальные пространственные упражнения.

Теория: Темп музыки. Ускорение и замедление. Музыкальное вступление. Музыкальная фраза. Начало и конец музыкальной фразы. Ритм музыки.

Практика: Музыкальные пространственные упражнения.

Форма контроля: Беседа, наблюдение.

2.3. Знакомство с азбукой музыкального движения.

Теория: Прослушивание музыки. Характеристика музыкальных образов. Подбор выразительных движений для образа, соответствующих темпу, ритму, характеру музыки. Самостоятельное использование музыкально-двигательной деятельности в импровизациях.

Практика: Музыкально-двигательная деятельность в импровизациях.

Форма контроля: Беседа, наблюдение.

3.Ритмика

3.1. Выполнение спортивных упражнений.

Теория: Упражнения, развивающие музыкальное чувство: марш, легкий бег, подскоки, торжественный шаг.

Практика: Выполнение упражнений: марш, легкий бег, подскоки, торжественный шаг.

Форма контроля: Беседа, наблюдение.

3.2. Движения в образе сказочных героев.

Теория: Знакомство с танцевальными играми. Хлопки в различных ритмических рисунках. Использовать в музыкальном сопровождении движения замедления и ускорения.

Практика: Танцевальные игры. Использование в играх хлопков. Выполнения движений в замедленном ритме и в ускоренном.

Форма контроля: Беседа, наблюдение.

4. Основы современного танца.

4.1. Упражнения для растяжения мышц спины.

Теория: Знакомство с комплексом упражнений для укрепления мышц спины.

Практика: Выполнение комплекса упражнений для укрепления мышц спины. Выполнение упражнений: кобра, змея, лодка, рыбка, колечко, кошечка, страус, ванька-встанька.

Форма контроля: Беседа, наблюдение.

4.2. Изучение танцевальных шагов.

Теория: Знакомство с подготовительными упражнениями: шаг, маховые движения,

подскоки, галоп, бег, прыжки.

Практика: Выполнение подготовительных упражнений: шаг, маховые движения, подскоки, галоп, бег, прыжки.

Форма контроля: Беседа, наблюдение.

4.3. Учебно-тренировочная работа: музыкально пространственные упражнения. Теория: Знакомство с комплексом упражнений пальчиковой гимнастики.

Практика: Упражнения: волна, крест, змея, крылья, красим, когти, морская волна, взрыв. Развитие гибкости тела и эластичности мышц. Разминочные упражнения на все части тела: для мышц шеи, плечевого пояса, туловища, ног. Прыжки.

Партерный экзерсис: упражнение на напряжение и расслабление мышц, для развития подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы, на улучшение гибкости позвоночника, для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра, для развития гибкости плечевого сустава и поясничного отдела, танцевального шага.

Форма контроля: Беседа, наблюдение.

5. Итоговое занятие.

Теория: Подведение итогов работы.

Практика: Показательные выступления. Итоговый концерт

Форма контроля: концерт.

1.4. Планируемые результаты

По окончании обучения учащиеся:

будут знать:

- устойчивые музыкально-ритмические упражнения;
- темп и характер музыки;
- требования к внешнему виду на занятиях;

будут уметь:

- воспроизводить хлопками заданный ритмический рисунок хлопками;
- ориентироваться в пространстве;
- выполнять красиво и правильно хореографические движений;
- реагировать на музыкальное вступление, начало и конец музыки;
- давать оценку своим исполнительским возможностям.
- использовать приобретенные знания в практической деятельности и повседневной жизни.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Режим организации занятий по данной программе определяется календарным учебным графиком. Начало учебного года – 1 марта. Окончание учебного года - 31 мая.

№	Год обучения	Объем учебных часов	Режим работы	Количество учебных дней
---	--------------	---------------------	--------------	-------------------------

1	3 месяца	36	2 раза в неделю по 1 академическому часу	36
---	----------	----	--	----

2.2. Условия реализации программы

Содержание и условия реализации образовательной программы соответствуют возрастным и индивидуальным особенностям учащихся по программе. В рамках реализации программы предусматривается материально-техническое обеспечение, достаточное для соблюдения условий реализации программы и достижения заявленных результатов освоения образовательной программы.

Материально-техническое обеспечение:

- Спортивный зал.
- Коврики.
- Музыкальный центр.
- Электронный носитель с фонограммами музыки для танцев.
- Форма для занятий.

Кадровое обеспечение:

По программе может работать педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим обозначениям таблицы пункта 2 Профессионального стандарта (Описание трудовых функций, входящих в профессиональный стандарт), а именно: коды А и В с уровнями квалификации 6.

2.3. Формы аттестации и контроля

Входной контроль предназначен для оценки имеющихся знаний учащихся в начале обучения.

Текущий контроль позволяет объективно оценить и проверить знания и умения учащихся, полученные по теме, разделу. В ходе данного контроля проверяются теоретические, практические и творческие навыки учащихся.

Итоговый контроль (аттестация) проводится по итогам учебного года, реализации всей программы. Критерии оценки уровня сформированности предметных, метапредметных, личностных результатов определяются исходя из планируемых результатов. Проводится в форме выполнения итогового мероприятия. Внешняя оценка даёт возможность учащимся увидеть и оценить свои результаты, формирует опыт творческого общения.

2.4. Оценочные материалы

1. Диагностика обучающихся по разделу» (Приложение 1).

2.5. Методическое обеспечение программы

В образовательном процессе используются следующие типы занятий:

- комбинированное изучение (усвоение нового материала: объяснение, показ и практическая деятельность);
- закрепление и совершенствование приобретённых знаний и навыков.

Формы и методы

Для успешного достижения основных целей и задач данной программы предусматривается применение групповых форм обучения. Групповые занятия проводятся по группам не более 19 человек. Для более полного и глубокого усвоения учебного материала детьми применяются разнообразные методы обучения.

- словесный метод – рассказ, беседа;
- наглядный метод – показ, демонстрация;
- метод наблюдения (прямое, косвенное), самонаблюдение;
- метод подражания;
- игровой метод.

2.6. Список литературы для педагога

1. Алямовская В.Г. Как воспитывать здорового ребёнка. М.,2015;
2. Барышникова Т. «Азбука хореографии», Москва «Айрис-пресс», 2001г.
3. Волкова Г. А. Логопедическая ритмика / Г.А. Волкова. - М.: Детство-Пресс, 2010. - 352 с.
4. Волкова Г.А. Логопедическая ритмика / Г.А. Волкова. - М.: Книга по Требованию, 2008. - 272 с.
5. Ерохина О.В. «Школа танцев для детей», Ростов-на-Дону «Феникс»,2003г.
6. Жукова В.П. Программа «Хореографическое развитие ребенка», Екатеринбург, 1996г.
7. Зарецкая Н.В. «Танцы в детском саду», М. «Айрис-пресс», 2006г.

Приложения

Упражнения для укрепления мышц спины:

Лодка. – И.п. Лечь животом, расположить руки за спиной, сложив руки на крестце. Ноги вместе, ноги вытянуты.

1.Поднимать голову, грудь и ноги, прогнувшись при этом, насколько возможно. Покачаться на животе.

2. Вернуться в и. П.

Рыбка. –И.п. Лечь животом, ноги вместе, руки согнуты в локтях, ладони положить на пол на уровне плеч.

1.Плавно без рывков, разгибая руки, поднять голову, грудь, одновременно сгибая ноги в коленях, постараться дотронуться ступнями ног до головы. Задержаться нужное время.

2.Вернуться в и.п.

Колечко. – И.п. Встать на колени, руки на пояс.

1.Медленно наклониться назад, пока голова не коснется ног. Задержаться нужное время.

2.Медленно вернуться в и. П.

Кошечка. – И.п. Сесть на пятки, прямые руки поставить на пол перед коленями, пальцы вперед. Голова поднята.

1.Прямые руки тянутся вперед, грудь отпускается к полу, таз поднимается вверх, перпендикулярно полу. Голова поднята (кошечка ползает).

2.Медленно вернуться в и.п.

Страус. - И.п. Встать прямо, ноги слегка расставлены, руки свободно опущены.

1.Не сгибая колени, наклониться вперед, стараясь лбом коснуться колен. Стараться наклониться до тех пор, пока голова не окажется между ногами. Руки соединить сзади. Задержаться нужное время.

2.Вернуться в и. П.

Ванька-встанька. – И.п. Сесть в позу прямого угла. Руки в коленях, потом за голову.

1.Медленно, без помощи рук, опустить туловища на пол, пока спина не прижмется к полу.

2.Медленно вернуться в и.п.

Кобра. – И.п. Лечь животом, руки согнуты в локтях, ладони на пол на уровне плеч.

1. Плавно, без рывка поднять голову, затем грудь и верхнюю часть живота как можно выше. Задержать нужное время.

2. Вернуться в и.п.

Упражнения пальчиковой гимнастики:

Волна. И.п.- руки полусогнуты вперед, ладони вниз. Выполнить волнообразные движения ладонями, затем руками в целом. Последовательно сгибать и разгибать руки во всех суставах.

Крест. И.п.- руки вперед-скрестно, ладони развернуты наружу, соединены. Вращать кисти одновременно в противоположные стороны, не отрывая ладони друг от друга.

Змея. И.п.- руки в стороны, подушечки пальцев соединить вместе, изображая змею. Круги предплечьями и кистями кверху.

Крылья. И.п.- руки вниз. Волнообразные поднимания рук через стороны: сначала в стороны - вниз, затем в стороны, в стороны - вверх.

Красим. Имитация покраски кистью предметов. Ладонь выполняет расслабленные движения сверху вниз, снизу вверх, слева направо и справа налево.

Когти. И.п.- руки согнуты в локтях, кисти перед грудью, ладони направлены вниз, пальцы

широко разведены и вытянуты до предела. Медленно сгибать пальцы, сжимая их в кулак, а затем медленно выпрямлять до и.п. Сгибать пальцы надо так, как будто это когти хищной птицы, которая медленно захватывает добычу и потом медленно ее выпускает, раскрывая когти.

Морская волна. И.п.- руки перед грудью, предплечьями вверх, пальцы сцеплены. Волнообразные движения руками вправо и влево.

Взрыв. И.п.- руки согнуты, кисти перед грудью сжаты в кулак: 1- резко поднять руки вверх наружу, ладонями вперед, пальцы врозь; 2-4 опустить руки через стороны вниз и принять и.п.

Позиции рук в парах:

«воротники» - руки соединены в позиции «вверх». Ладонь девочки подкладывается снизу под ладонь закрытой руки мальчика.

«вертушка»- одноименные руки соединены в позиции «вверх»

«лодочка»- руки соединены в позиции «в стороны». Они раскрыты на уровне груди.

«звездочка»- стоят друг за другом, соединив одноименные руки в позиции вверх.

«стрелочка»- руки соединены вперед.

Прыжки:

«крестики»- толчок и скрещивание ног в точке.

Танцевальное движение:

«пружинка» – стоя на месте, легко, часто, непрерывно приседать. Колени при этом не разводятся.

Поворот вокруг себя (кружение) – стоя лицом к зрителям начинать движение вправо. Легко на носочках повернуться на месте вокруг себя и остановиться в исходном положении.

Построения:

Колонна - дети стоят друг за другом, в одном направлении, соблюдая интервалы между собой.

Шеренга - дети стоят рядом друг с другом, в одном направлении, соблюдая интервалы между собой.

Календарный учебный график

№ п/п	Тема - раздел	Содержание занятий	Количество часов	Дата	Оборудование	Дидактический материал
1	Вводное занятие	Организационное занятие. Инструктаж по ТБ.	3		Музыкальный центр. Диски.	Аудиозаписи музыкальных произведений
2	Азбука музыкального движения.	Танцевальная игра. Танцевальные шаги.	2,5		Музыкальный центр Диск. Обруч.	Аудиозаписи музыкальных произведений
		Учебно-тренировочная работа. Музыкальные пространственные упражнения	2,5		Музыкальный центр Диск	
		Знакомство с азбукой музыкального движения.	1		Музыкальный центр Диск.	
3	Ритмика.	Выполнение спортивных упражнений.	9,5		Музыкальный центр Диск, спортивный коврик	Аудиозаписи музыкальных произведений
		Движения в образе сказочных героев.	5,5		Музыкальный центр. Скакалка	
4	Основы современного танца.	Упражнения для растяжения мышц спины..	3,5		Музыкальный центр Диск	Аудиозаписи музыкальных произведений
		Изучение танцевальных шагов	4			
		Учебно-тренировочная работа: музыкально пространственные упражнения.	2,5		Музыкальный центр Диск	
		Итоговое занятие.	2		Музыкальный центр Диск	
Итого:			36ч.			