

**Государственное учреждение Ярославской области  
«Петровский детский дом»**

СОГЛАСОВАНО:

Зам. директора по УВР

Е.В. Кузьмичева \_\_\_\_\_

от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

ГУ ЯО «Петровский детский дом»

\_\_\_\_\_ Л.А. Царева

от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа**

художественной направленности

для детей 7-12 лет

**«Танцевальная фантазия»**

Составитель: Смирнова Юлия Алексеевна

2022 год

## Оглавление

1.	Пояснительная записка	3-7
1.1.	Нормативно-правовые акты и документы	
1.2.	Педагогическая целесообразность и актуальность программы	
1.3.	Отличительные особенности (новизна) программы	
1.4.	Цель и задачи программы	
1.5.	Принципы и подходы к формированию программы	
1.6.	Срок реализации программы и структура занятия	
1.7.	Планируемые результаты освоения программы	
2.	Учебно-тематический план	8
3.	Содержание	9-10
4.	Формы контроля и оценочные материалы	11-14
5.	Ресурсы реализации программы	14
6.	Список литературы	15
	Приложение	16

## **1. Пояснительная записка**

Танцевальное искусство – это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях танцами дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Танцевальное искусство воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, оно развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная фантазия» относится к ознакомительному уровню и имеет художественную направленность.

### **1.1. Нормативно-правовые акты и документы**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
2. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04 сентября 2014 г. №1726-р.).
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

### **1.2. Педагогическая целесообразность и актуальность программы**

В настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни.

Искусство танца – это средство воспитания и развития личности

ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия потенциальных возможностей маленького человека. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным.

Занятия танцем развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.) Танец способствует обучению правилам поведения, хорошим манерам, культуре общения, развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству. Содержание программы создаёт условия для самореализации личности, раскрытия её творческого потенциала.

### **1.3. Отличительные особенности (новизна) программы**

Содержание программы предлагает обширный материал, включающий в себя разные виды деятельности: тренировочные упражнения, выполнение танцевальных движений и этюдов, прослушивание музыки и сказок, игровой материал, которые используются на всех занятиях.

### **1.4. Цель и задачи программы**

**Цель программы:** воспитание нравственно-эстетических чувств, формирование познавательного интереса и любви к прекрасному, раскрытие художественно-творческих, музыкально-двигательных способностей, творческой активности, самостоятельности, выносливости, упорства и трудолюбия, совершенствование физического развития воспитанников.

**Задачи программы:**

**Образовательные:**

- учить детей танцевальным движениям;
- формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер;
- формировать пластику, культуру движения, их выразительность;
- формировать умение ориентироваться в пространстве;

- формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

#### **Развивающие:**

- развивать чувство ритма, музыкальный слух, эмоциональную отзывчивость на музыку, танцевальную выразительность;
- развивать координацию движений и навыки владения своим телом;
- развивать танцевальный шаг.

#### **Воспитательные:**

- воспитывать стремление к двигательной активности;
- воспитывать ответственность, упорство, силу воли;
- воспитывать моральные и волевые качества;
- способствовать формированию инициативной и целеустремлённой личности;
- воспитывать чувство коллективизма;
- формировать коммуникативные навыки;
- воспитывать трудолюбие.

### **1.5. Принципы и подходы к формированию программы**

#### *Основные принципы построения программы:*

- *Принцип доступности изучаемого материала.* Предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей детей и в связи с этим – определение посильных для них заданий. Оптимальная мера доступности определяется соответствием возрастных возможностей ребенка, степени сложности заданий.
- *Принцип «от простого – к сложному».* Заключается в постепенном усложнении изучаемого материала, в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объема интенсивности нагрузок. Обязательным условием успешного обучения также является чередование физических нагрузок с музыкально-ритмическими играми.

– *Принцип систематичности.* Заключается в непрерывности и регулярности занятий. В противном случае наблюдается снижение уже достигнутого уровня знаний и умений.

– *Принцип повторяемости материала.* Занятия требуют повторения вырабатываемых двигательных навыков. Только при многократных повторениях вырабатывается мышечная память и тогда ребенок может больше внимания уделять эмоциям во время исполнения танца.

### **1.6. Срок реализации программы и структура занятия**

Данная программа рассчитана на 1 год систематических занятий для детей от 7 до 12 лет.

Общая продолжительность образовательного процесса составляет 36 часов (36 недель × 1 час в неделю).

Структура занятия – общепринятая и состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной.

*Подготовительная часть* занятия занимает 5-15% общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: разминка, гимнастика, ритмика, музыкально-подвижные игры, танцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы), музыкально- ритмическая композиция.

*Основная часть* занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей.

*Заключительная часть* занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц и игровой отдых. В конце занятия подводится итог.

### **1.7. Планируемые результаты освоения программы**

К концу обучения дети будут

*знать:*

- манеры исполнения танца;
- названия танцевальных элементов и движений;
- правила исполнения движений в паре;

*уметь:*

- правильно исполнять основные элементы упражнений;
- выразительно двигаться под музыку;
- реагировать на музыкальное вступление;
- слышать ритмический рисунок мелодии;
- правильно исполнять ритмические комбинации;
- ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать простейший ритмический рисунок;
- выразительно, свободно, самостоятельно двигаться под музыку;
- исполнять движения в парах, в группах;
- красиво и правильно исполнять танцевальные элементы.

*Личностные результаты освоения программы обучения:*

- укрепление и развитие мышечного аппарата;
- проявление чувства ритма, эмоциональной отзывчивости на музыку, выразительности движений;
- развитие координации движений, пластичности;
- умение выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами, передавать несложный музыкальный ритмический рисунок;
- проявление ответственности и выдержки на протяжении всего занятия.

## 2. Учебный (тематический) план

№	Раздел, тема	Кол-во часов
1	Вводное занятие	1
2	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	5
3	Танцевальная гимнастика. Основные позиции и танцевальные движения.	15
4	Танцевальные этюды, игры, танцы	12
5	Повторение	2
6	Итоговое занятие	1
Итого		36



### **3. Содержание программы**

#### **Раздел 1. Вводное занятие (1 час)**

Цели и задачи обучения, план работы. Инструктаж по технике безопасности в танцевальном классе. Введение в программу.

#### **Раздел 2. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений (5 час.)**

Знакомство детей с танцевальной азбукой. Танцевальная разминка. Танцевальная азбука. Разучивание танца к Дню воспитателя. Танцевальная азбука. Отработка элементов танца. Танцевальная разминка. Элементы танцевальных движений. Отработка всего танца. Танцевальная разминка. Основные понятия: музыка, темп, такт. Разучивание танца с листочками. Танцевальная разминка. Основные понятия: музыка, темп, такт. Отработка элементов танца.

#### **Раздел 3. Танцевальная гимнастика. Основные позиции и танцевальные движения. (15 час.)**

Танцевальная разминка. Упражнения на координацию и внимание. Отработка всего танца. Танцевальная разминка. Изучение позиций ног. Ориентировка в пространстве. Разучивание танца на степенях. Знакомство детей с элементами танцевальных движений: ходьба: простой шаг в разном темпе и характере. Танцевальная разминка. Отработка элементов танца. Танцевальная разминка. Изучение поворотов влево и вправо. Танец-игра «Чуча-чача». Отработка всего танца. Танцевальная разминка. Упражнение на силу рук, повороты влево и вправо. Танец-игра «Я ракета». Разминка. Упражнение на силу рук, повороты влево и вправо. Знакомство с танцем «Зима» к Новому году. Танцевальная разминка. Игра "Разноцветная игра». Повторение позиций ног. Отработка элементов танца. Танцевальная разминка. Построение в круг по линиям в диагональ. Отработка всего танца. Танцевальная разминка. Построение в круг по линиям в диагональ. Разучивание прыжков (sauté-cote). Знакомство с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве:

упражнения и игры по ориентации в пространстве. Танцевальная разминка. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений. Разучивание танца «В стиле милитари». Танцевальная разминка. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений на слабую долю и с различным ритмическим рисунком. Отработка элементов танца. Танцевальная разминка. Отработка всего танца. Танцевальная разминка. Выполнение упражнений по ориентации в пространстве. Танцевальные этюды. Разучивание танца к 8 марта. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком. Отработка элементов танца.

#### **Раздел 4. Танцевальные этюды, игры, танцы (12 часов)**

Танцевальная разминка. Выполнение тренировочных упражнений на полу. Отработка движений танца. Танцевальная разминка. Отработка всего танца. Разминка. Разучивание танца ко дню космонавтики. Разминка. Отработка элементов танца. Разминка. Элементы русского танца. Игра - импровизация "Море волнуется раз". Отработка всего танца. Разминка. Упражнения на плавность рук. Этюд "Птицы". Танцевальная разминка. Упражнения на плавность рук. Разучивание танца к празднику «9 Мая». Танцевальная разминка. Отработка элементов танца. Ритмическая разминка. Отработка движений танца. Ритмическая разминка. Отработка всего танца. Ритмическая разминка. Разучивание танца «Зонтики». Танцевальная разминка. Танец «Зонтики».

#### **Раздел 6. Повторение (2 час.)**

Ритмическая разминка. Повторение ранее разученных танцев.

#### **Раздел 5. Итоговое занятие (1 час.)**

Подведение итогов года. Видеопросмотр выступлений

#### 4. Формы контроля и оценочные материалы

В начале и в конце учебного года проводится диагностика по методике А.А. Бурениной «Уровень музыкального и психомоторного развития ребенка на музыкальных занятиях» в форме наблюдения. Благодаря этому педагог имеет возможность оценить качество выполняемой работы, аккуратность, точность и проверить уровень освоения практических навыков. Диагностика состоит из 7 критериев: музыкальность, эмоциональность, творческие проявления, внимание, память, координация, ловкость движений, гибкость, пластичность. По каждому критерию необходимо поставить от 0 до 5 баллов. В конце учебного года по результатам диагностики строится диаграмма, где отслеживается динамика работы по программе на начало и конец учебного года.

*Диагностика уровня музыкального и психомоторного развития ребёнка на музыкальных занятиях (по методике А.И. Бурениной)*

**Музыкальность** – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений в музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога).

**Эмоциональность** – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу, нежность и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Оценивается по внешним проявлениям.

**Творческие проявления** – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные. Оценивается в процессе наблюдения.

**Внимание** – способность не отвлекаться от музыки в процессе движения.

**Память** – способность запоминать музыку и движения.

**Координация, ловкость движений** – точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе и при выполнении других видов движений.

**Гибкость, пластичность** – мягкость, плавность и музыкальность движений рук и тела при выполнении движений.

### **1) Музыкальность**

**5 баллов** – умеет передавать характер музыки, самостоятельно начинает и заканчивает движение вместе с музыкой, меняет движения на каждую часть музыки.

**4-2 балла** – в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда.

**1-0 баллов** – движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, с началом и концом произведения.

### **2) Эмоциональность**

**5 баллов** – умеет ярко передавать мимикой, пантомимой, жестами радость, удивление, восторг, грусть исходя из музыки и содержания композиции, подпевает, приговаривает во время движения, помогая этим себе.

**4-2 балла** – передаёт настроение музыки и содержание композиции характером движений без ярких проявлений мимики и пантомимики.

**1-0 баллов** – затрудняется в передаче характера музыки и содержания композиции движением, мимика бедная, движения невыразительные.

### **3) Творческие проявления**

**5 баллов** – проявляет свои фантазии, придумывает свои варианты движения для передачи характера музыки, игрового образа, используя при

этом выразительный жест и оригинальные движения; умеет исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях и под другую музыку.

**4-2 балла** – затрудняется в придумывании своих движений для передачи характера музыки, игрового образа, но прослеживается стремление к этому; исполняет знакомые движения под новую музыку.

**1-0 баллов** – отказывается придумывать свои движения для передачи характера музыки, игрового образа, копирует движения других детей и взрослого, не может исполнять знакомые движения под новую музыку самостоятельно.

#### **4) Внимание**

**5 баллов** – правильно выполняет танцевальную композицию от начала до конца самостоятельно.

**4-2 балла** – выполняет танцевальную композицию с некоторыми подсказками.

**1-0 баллов** – затрудняется в выполнении танцевальной композиции из-за рассеянности внимания.

#### **5) Память.**

**5 баллов** – запоминает танцевальные движения, комплекс упражнений с 3-5 исполнений по показу педагога.

**4-2 балла** - запоминает танцевальные движения, комплекс упражнений с 6-8 исполнений по показу педагога.

**1-0 баллов** – неспособен запомнить последовательность движений или нуждается в большем количестве показов (более 10).

#### **б) Координация, ловкость движений**

**5 баллов** – правильное и точное исполнение ритмических и танцевальных композиций, упражнений, правильное сочетание рук и ног при ходьбе.

**4-2 балла** – не всегда точное и правильное исполнение движений в композициях и упражнениях, некоторая раскоординированность рук и ног при ходьбе.

**1-0 баллов** – затрудняется в выполнении движений, отсутствие координации рук ног при выполнении упражнений и танцевальных композиций.

### **7) Гибкость, пластичность**

**5 баллов** – движения очень гибкие, пластичные в течение всего выполнения задания, полностью соответствуют характеру звучащей музыки и игровому образу.

**4-2 балла** – движения не всегда гибкие и пластичные, лишь временами соответствуют характеру музыки и образу (трудность в постоянном выполнении гибких, пластичных движений).

**1-0 баллов** – в движениях отсутствует гибкость, пластичность, нет соответствия характеру музыки и игровому образу.

## **5. Ресурсы реализации программы**

— Материально-технические: актовый зал, оборудованный необходимым инвентарем, ноутбук, музыкальные инструменты, аудио- и видеоаппаратура, фонотека музыкальных произведений.

— Информационно-методический ресурс: учебно-методическая литература.

— Аппаратура для озвучивания занятий: музыкальный центр.

## 6. Список литературы

1. Барышникова Т. Албука хореографии, Москва: Айрис Пресс, 2015.
2. Буренина А. И. Программа “Ритмическая мозаика”.
3. Запорожец А.В. Развитие произвольных движений. — М., 2016.
4. Калашникова Т. И. Программа музыкально-ритмического воспитания. – ИГПК №1, 2017.
5. Лисицкая Т. Пластика, ритм. — М.: Физкультура и спорт, 2015.
6. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. — М.: Академия, 2015.
7. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду. Москва, Просвещение, 2016.
8. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие, Москва, Владос,2018)
9. Урунтаева Г. Дошкольная психология, Москва, 2016.

## Правила поведения и техника безопасности во время занятий танцами и ритмикой

### Перед занятием:

- Нельзя много есть (последний прием пищи за 2 часа до занятия): это может привести к расстройству желудка и завороту кишок. Можно пить.

### На занятии:

- Нельзя без разрешения педагога самостоятельно включать и выключать свет, музыкальную аппаратуру.

- Поведение должно быть спокойным: нельзя шуметь, толкать друг друга, трогать зеркала, технические средства обучения и другой инвентарь кабинета.

- Необходимо соблюдать очередность, интервал движения при выполнении тренировочных упражнений.

- Во время занятий нельзя есть и употреблять жевательную резинку, т.к. можно подавиться. Пить не рекомендуется: это плохо сказывается на работе сердца.

### Требования к одежде для занятий:

- Для занятий необходимо иметь специальную спортивную форму, которая должна быть максимально удобной, легкой и не стеснять движений, т.к. выполнение упражнений требует определенной физической нагрузки. Предпочтителен белый верх - черный низ.

- Для занятий необходима специальная спортивная (кроссовки для занятий ритмикой) или танцевальная (чешки, туфли) обувь; она не должна скользить по полу.

### После занятия:

- Нельзя пить в течение 30 минут: это ухудшает работу сердца.



## Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма проведения занятия	Дата проведения занятия
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1	Групповая	
2.	Знакомство детей с танцевальной азбукой. Танцевальная разминка. <b>Разучивание танца к Дню воспитателя.</b>	1	Групповая	
3.	Танцевальная азбука. Отработка элементов танца.	1	Групповая	
4.	Танцевальная разминка. Элементы танцевальных движений. Отработка всего танца.	1	Групповая	
5.	Танцевальная разминка. Основные понятия: музыка, темп, такт. <b>Разучивание танца с листочками.</b>	1	Групповая	
6.	Танцевальная разминка. Основные понятия: музыка, темп, такт. Отработка всего танца.	1	Групповая	
7.	Танцевальная разминка. Упражнения на координацию и внимание.	1	Групповая	
8.	Танцевальная разминка. Изучение позиций ног. Ориентировка в пространстве. <b>Разучивание танца на стенах.</b>	1	Групповая	
9.	Знакомство детей с элементами танцевальных движений: ходьба: простой шаг в разном темпе и характере. Танцевальная разминка. Отработка элементов танца.	1	Групповая	
10.	Танцевальная разминка. Изучение поворотов влево и вправо. Танец-игра "Чуча-чача".	1	Групповая	
11.	Танцевальная разминка. Упражнение на силу рук, повороты влево и вправо. Танец-игра "Я ракета".	1	Групповая	
12.	Разминка. Упражнение на силу рук, повороты влево и вправо. <b>Знакомство с танцем "Зима" к Новому году.</b>	1	Групповая	
13.	Танцевальная разминка. Игра "Разноцветная игра". Повторение позиций ног. Отработка элементов танца.	1	Групповая	
14.	Танцевальная разминка. Построение в круг по линиям в диагональ. Отработка всего танца.	1	Групповая	
15.	Танцевальная разминка. Построение в круг по линиям в диагональ. Разучивание прыжков (sauté-cote).	1	Групповая	
16.	Знакомство с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве: упражнения и игры по ориентации в пространстве.	1	Групповая	
17.	Танцевальная разминка. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений. <b>Разучивание танца «В стиле милитари».</b>	1	Групповая	
18.	Танцевальная разминка. Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений на слабую долю и с различным ритмическим рисунком. Отработка элементов танца.	1	Групповая	
19.	Танцевальная разминка. Отработка всего танца.	1	Групповая	

20.	Танцевальная разминка. Выполнение упражнений по ориентации в пространстве. Танцевальные этюды. <b>Разучивание танца к 8 марта.</b>	1	Групповая	
21.	Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком. Отработка элементов танца.	1	Групповая	
22.	Танцевальная разминка. Выполнение тренировочных упражнений на полу. Отработка движений танца.	1	Групповая	
23.	Танцевальная разминка. Отработка всего танца.	1	Групповая	
24.	Разминка. <b>Разучивание танца ко дню космонавтики.</b>	1	Групповая	
25.	Разминка. Отработка элементов танца.	1	Групповая	
26.	Разминка. Элементы русского танца. Игра-импровизация "Море волнуется раз" Отработка всего танца.	1	Групповая	
27.	Разминка. Упражнения на плавность рук. Этюд "Птицы"	1	Групповая	
28.	Танцевальная разминка. Упражнения на плавность рук. <b>Разучивание танца к празднику «9 мая»</b>	1	Групповая	
29.	Танцевальная разминка. Отработка элементов танца.	1	Групповая	
30.	Ритмическая разминка. Отработка движений танца.	1	Групповая	
31.	Ритмическая разминка. Отработка всего танца.	1	Групповая	
32.	Ритмическая разминка. <b>Разучивание танца «Зонтики».</b>	1	Групповая	
33.	Танцевальная разминка. Танец «Зонтики».	1	Групповая	
34.	Ритмическая разминка. Повторение ранее разученных танцев.	1	Групповая	
35.	Ритмическая разминка. Повторение ранее разученных танцев.	1	Групповая	
36.	Подведение итогов года. Видеопросмотр выступлений.	1	Групповая	