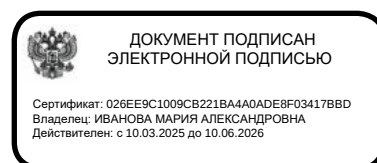


Комитет образования администрации
Лужского муниципального района Ленинградской области

муниципальное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Центр детского и юношеского творчества»

Принята
педагогическим советом
Протокол №1
от 28.08.2025 г.

Утверждено
Приказ № 133
от 29.08.2025 г.



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
"Танцевальная азбука "**

Возраст обучающихся: 5 -7 лет
Срок реализации программы: 1 год, 144 часа
Направленность: художественная
Уровень программы: ознакомительная

Разработана:
Гловой Юлией Сергеевной,
педагогом дополнительного образования

Луга
2025

Содержание

Лист коррекции	3
Пояснительная записка	4
Учебно-тематический план	7
Календарный план	8
Содержание программы	8
Методическое обеспечение программы	10
Список литературы для обучающихся	11
Список литературы для педагога	11
Приложение	12

В 2022 году

- в раздел «Содержание программы» в пункт №4 «Играя танцуя»
изменена практика игр «Танцевальные змейки», «Другая ламбада», «Держите ритм»
- откорректировано количество часов

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно-правовая база

Дополнительная общеразвивающая программа **художественной** направленности «Танцевальная азбука (подготовительный курс)» разработана на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р).
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 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 17.03.2025 № 2 "О внесении изменений в санитарные правила и нормы СанПин 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания", утвержденные постановлением государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2;
- Уставом и локальными актами МОУ ДО «ЦДЮТ».

Направленность

Дополнительная общеразвивающая программа «Танцевальная азбука(подготовительный уровень)» имеет художественную направленность. Рассчитана на развитие физических и творческих способностей детей в возрасте 5-7 лет.

1.2. Актуальность программы и педагогическая целесообразность

Искусство хореографии – явление общечеловеческое, имеющее многовековую историю развития. В основе его происхождения лежит непреодолимое стремление человека к ритмичному движению, потребность выразить свои эмоции, средствами пластики, гармонично связывая движение и музыку.

Хореография, являясь одним из синтетических видов творчества, включает в себя основы различных видов искусств: музыкального и театрального, декоративно - прикладного и художественного творчества, классического, народного, современного танцев и пластики. Занятие хореографией способствует не только развитию внешних данных ребенка, но и формированию его внутреннего мира.

Изучение хореографии, как и других видов искусства, помогают развить те стороны личностного потенциала учащегося, на которые содержание других предметов имеет ограниченное влияние: воображение, активное творческое мышление, способность рассматривать явления жизни с разных позиций. Как и другие виды искусства, танец развивает эстетический вкус, воспитывает возвышенные чувства, но, в отличие от других искусств, оказывает существенное влияние на физическое развитие ребенка.

Педагогическая целесообразность

Данный вид творчества несет в себе функцию разумного и полезного проведения досуга. Занимаясь хореографией, дети приобретают необходимые навыки для жизни: коммуникативность, активность, смелость, первоначальные знания в искусстве.

1.3 Цель и задачи программы

Цель: Развитие творческих способностей через овладение основами хореографии.

Первый год обучения:

Обучающие

- сформировать знания и умения в области здоровья сбережения;

- сформировать умение работать в группе;

Развивающие

- развить художественно-эстетический вкус;
- развить познавательные способности: восприятие, образное и логическое мышление, память, воображение и внимание;

Воспитательные

- воспитать чувство личной ответственности;
- воспитать позитивное отношение к окружающему, уважение к окружающим

1.4 Отличительные особенности

Отличительные особенности программы заключаются в том, что кроме основ изучения хореографии проводятся занятия по актерскому мастерству, что позволяет формировать у детей, артистизм, как взаимосвязанную целостность.

1.5 Возраст детей

Программа рассчитана на детей 5-7 лет.

1 группа – (5-7 лет) – 1 год обучения

1.6 Сроки реализации

Программа рассчитана на 1 года обучения.

1 год обучения- 144 часа

.

1.7 Формы и режим занятий

Форма обучения: очная (Закон № 273-ФЗ, гл. 2, ст. 17, п. 2)

Формы проведения занятий: аудиторные и внеаудиторные.

Форма организации занятий: групповая.

Режим занятий:

Продолжительность занятий– 60 минут; 2 раза в неделю по 2 академических часа (30 минут) на 1 году обучения с 10 минутным перерывом. Количество обучающихся и режим занятий соответствует Положению о количестве обучающихся в детских объединениях, их возрастных категориях, а также продолжительности учебных занятий в Муниципальном образовательном учреждении дополнительного образования «Центр детского и юношеского творчества» в соответствии с направленностями дополнительных общеразвивающих программ.

1.8 Ожидаемые результаты и способы их проверки:

Формы подведения итогов.

Первый год обучения:

Личностные результаты:

В результате освоения программы обучающиеся *будут способны*

- ориентироваться в мире хореографического искусства.
- работать в микрогруппе.

Метапредметные результаты:

В результате освоения программы обучающиеся *будут способны:*

- ориентироваться в содержании теоретических понятий предметной области;
- концентрировать внимание на задания педагога;
- с желанием заниматься хореографией;

Предметные результаты:

В результате освоения программы обучающиеся *будут знать:*

- приемы самостоятельной и коллективной работы,
- основные элементы классической, народной и современной хореографии;
- музыкальный ритм

будут уметь:

- грамотно выполнять упражнения;
- выразительно и артистично передавать характер музыки и танца;
- применять теоретические знания в практической деятельности.

Второй год обучения:**Личностные результаты:**

В результате освоения программы обучающиеся *будут способны:*

- владеть навыками актерской выразительности (передать некоторые художественные образы)
- соблюдать правила поведения в коллективе
- добиваться нужного результата в решении творческой задачи

Метапредметные результаты:

В результате освоения программы обучающиеся *будут способны:*

- ориентироваться в содержании теоретических понятий предметной области и применять их в практической деятельности.
- проявлять творческую инициативу.

Предметные результаты:

В результате освоения программы обучающиеся *будут знать:*

- движения, изученные по программе 1-го года обучения,
- хореографические термины.

будут уметь:

- грамотно выполнять упражнения;
- выразительно и артистично передавать характер музыки и танца;
- применять теоретические знания в практической деятельности.

Способы определения результативности:

- наблюдения
- опрос обучающихся
- тестирование
- творческий отчет

Способы фиксации результатов

- Диагностические карты.

1.9 Формы подведения итогов.

Подведение итогов реализации программы проводится в **3 этапа** (в начале, середине, конце года) по результатам **наблюдений** за деятельностью обучающихся.

Уровень усвоения программы отслеживается по следующим критериям:

- навыки правильного и выразительного движения в области классической, народной и современной хореографии;

- выворотность, гибкость, растяжка;
- начальные знания терминологии;
- музыкально-ритмические навыки;

Формой промежуточной аттестации является: открытый урок, концерт.

2. Учебно-тематическое планирование

Учебно-тематический план

№	Раздел. Тема	Количество часов		
		Общ.	Теор.	Практ
1	Знакомство.	2	1	1
	1.1.Вводное занятие. Правила внутреннего распорядка и техники безопасности. Сведения о курсе обучения, об ожидаемых результатах.	2	1	1
2	Азбука музыкального движения	28	3	23
3	Партерная гимнастика.	28	3	24
4	Играя, танцуем	26	3	22
5	Основные танцевальные движения	28	2	24
6	Репетиционно- постановочная работа	28	2	26
7	Итоговые занятия	4	-	4
	6.1.Итоги за первое полугодие.	2	1	1
	6.2.Итоги за учебный год.	2	1	1
Итого:		144	17	127

Календарный учебный график дополнительной общеразвивающей программы «Танцевальная азбука» на 2024-2025 год

Комплектование коллективов – 01.09.2025 - 09.09.2026

Начало учебного года -10.09.2025 года

Окончание учебного года - 30.05.2026 года

Продолжительность учебного года - 36 недель

Промежуточная аттестация – 15.12.2025 по 30.12.2025 года и с

15.04.2026 по 30.04.2026 года Итоговая аттестация - 15.04 по 15.05.2026 года

Количество праздничных дней:

а) шестидневная учебная неделя – 04.11.2025, 23.02.2026; 08.03.2026; 09.03. 2026; 01.05.2026, 09.05.2026

б) пятидневная учебная неделя – 04.11.2025; 23.02.2026; 08.03.2026, 09.03. 2026; 01.05.2026; 11.05.2026.

Каникулы с 01.01.2026. по 11.01.2026.

1-й и последующие года обучения

I-е полугодие	Зимние Каникулы	II-е полугодие	Летние каникулы	Всего в год
10.09-30.12 16 недель	01.01.-11.01.	12.01-30.05 20 недель	01.06-31.08	36 недель

Количество часов, режим занятий:

1 год обучения: в неделю – 4 часа (2 раза в неделю по 2 академических часа), в год – 132,144 часа.

Продолжительность занятия: 60 минут с 10 минутным перерывом.

Занятия в детском объединении проводятся в соответствии с учебной нагрузкой педагогов и расписанием занятий.

3.Содержание программы**Содержание программы 1 года обучения****1. Вводное занятие****Теория:**

-образовательная программа объединения, план работы, расписание занятий, техника безопасности в танцевальном классе;

Практика:

-игры на знакомство, сплочение коллектива;

2. Азбука музыкального движения**Теория:**

-знакомство с ритмическими упражнениями, музыкальными играми;

Практика:

- определение музыки и передача ее в движении;

- упражнения на развитие ориентации в пространстве;

- упражнения на развитие «мышечного чувства» и отдельных групп мышц;

3. Партерная гимнастика**Теория:**

-партерная гимнастика;

-правила техники безопасности;

Практика:

-упражнение на подвижность голеностопного сустава;

-упражнение на развитие шага;

-упражнение на развитие гибкости;

-упражнение на выворотность ног;

-упражнение на полу;

4. Играя, танцуем**Теория:**

-значение игры в хореографии;

Практика:

-игра "Танцевальная змейка";

-игра "Другая Ламбада";

-игра "Держите ритм";

5.Основные танцевальные движения.**Теория:**

- правила исполнения отдельных движений;

Практика:

-шаг на носках;

- приставной шаг;
- легкие подскоки;
- различные виды прыжков;
- «пружинка»;
- основные пространственные построения и передвижения;

6.Репетиционно-постановочная работа

Теория:

- постановочный материал танца;

Практика:

- танцевальная композиция;

7. Выступление

Теория:

- правилаповедения на концертных выступлениях;

Практика:

- концерт;

4.Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы

Материально-техническое обеспечение

Основной задачей является качественное обучение учащихся, которое зависит не только от профессионального преподавательского состава, правильно и систематически выстроенного учебного процесса, но и от необходимых условий для проведения учебных и репетиционных занятий:

- Наличие большого зала.
- Оборудование зала: зеркала, станки, коврики для партерной гимнастики, раздевалка, комната для преподавателей
- Техническое оснащение: магнитофон, музыкальный аудио-центр, колонки.

Информационное обеспечение

Кадровое обеспечение – педагог дополнительного образования, имеющий хореографическое образование.

Реализация данной программы базируется на следующие принципы:

- **принцип дидактики** (построение учебного процесса от простого к сложному).
- **принцип актуальности** (предлагает максимальную приближенность содержания программы к современным условиям деятельности детского объединения).
- **принцип системности** (подразумевает систематическое проведение занятий).
- **принцип творческой мотивации** - индивидуальная и коллективная деятельность позволяет определить и развить индивидуальные особенности воспитанников. Достижение успеха в том или ином виде деятельности способствует формированию позитивной личности, стимулирует осуществление ребенком дальнейшей работы по самообразованию и самосовершенствованию своего «Я».

Для достижения цели образовательной программы необходимо опираться на следующие основные принципы:

- постепенность в развитии природных способностей детей;
- строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами;
- систематичность и регулярность занятий;
- целенаправленность учебного процесса.

Материально-техническое обеспечение программы

Педагогические требования:

- Подготовка документации (планов занятий).
- Занятия должны проводиться по расписанию, утвержденному администрацией.
- Перед началом занятий с детьми проводится инструктаж по технике безопасности.
- Занятия должны отвечать педагогическим правилам и принципам обучения, должны проводиться методически грамотно, используя разнообразные методы и приемы обучения.
- На занятиях необходимо вести индивидуальную работу с дошкольниками, учитывая возрастные, психологические особенности детей, правильно планируя физическую нагрузку.
- На занятиях должны решаться образовательные, развивающие и воспитательные задачи.
- Наличие удобной формы для занятий и у преподавателя и у детей.
- Волосы на голове собраны в пучок.
- На теле ребенка не должно быть никаких украшений.
- Во время занятия нельзя шуметь, отвлекаться самому и отвлекать других посторонними разговорами и другими, не относящимися к занятию, делами.

Гигиенические требования:

- Во время занятий музыкальный зал должен быть чистым.
- Помещение проветрено.
- Относительная влажность и скорость воздуха должны составлять: в теплый период года – относительная влажность 60-30% , скорость движения воздуха – 0,2-0,3 м/сек; в холодный и переходный период года – влажность 30-45%, скорость движения не более 0,2 м/сек.
- Учебное помещение должно иметь естественное освещение в соответствии гигиеническим требованиям к естественному, искусственному, смешенному освещений жилых и общественных зданий.

Список используемой литературы

нормативные документы

1. Федерального закона от 29.12.2012 г. №273-ФЗ « Об образовании в Российской Федерации».
2. Концепции развития дополнительного образования детей(утверждена Распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014г. №1726-р).
3. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи», (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. №28).
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".

Перечень литературы, рекомендуемый обучающимся:

1. Ивановский Н. Бальный танец XVI-XIX вв.- М.: Л., 2005.
2. Наборщикова С. Видеть музыку, слышать танец: Стравинский и Баланчин. К проблеме музыкально-хореографического синтеза.- М.: 2010.
3. Щугарева И.Н. Нравственное воспитание средствами хореографии.- Ростов - на –Дону, 2009.

Перечень литературы, использованный педагогом:

1. Барышникова Т. К. Азбука хореографии.- М.: Айрис – пресс, 2000.
2. Горшкова Е. От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5 – 7 лет творчества в танце. – М.: Гном и Д, 2002.
3. Колсдницкий Г.Л. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов.- М.: Гном-Пресс, 2000.
4. Наборщикова С. Видеть музыку, слышать танец: Стравинский и Баланчин. К проблеме музыкально-хореографического синтеза.- М.: Искусство, 2010.
5. Щугарева И.Н. Нравственное воспитание средствами хореографии.- Ростов - на – Дону, 2009

Интернет ресурсы

1. <http://piruet.info>
2. <http://www.monlo.ru/time2>
3. [www. psychlib.ru](http://www.psychlib.ru)
4. [www. horeograf.com](http://www.horeograf.com)
5. www.balletmusic.ru
6. <http://pedagogic.ru>
7. <http://spo.1september.ru>

Приложение.

Тема 1. Развитие слуховых способностей восприятия средств музыкальной выразительности.

Характер музыки

- умение слушать музыку и определять её характер;
- отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных произведений (весёлый, спокойный, энергичный, торжественный и т.д.).

Динамика (сила звука)

- forte (громко)
- piano (тихо)
- fortissimo (очень громко)
- crescendo (постепенно увеличивая силу звука)
- diminuendo (постепенно ослабляя силу звука)
- понятие штрихов legato (связанно) и staccato (отрывисто)
- sforzando (акцентируя, выделяя с силой)
- пианиссимо (pp) (очень тихо)
- фортиссимо (ff) (очень громко)

Темп (скорость музыкального движения)

- allegro (быстро)
- allegretto (довольно быстро)
- andante (не спеша)
- adagio (медленно)
- lento (очень медленно)
- ritenuto (постепенно замедляя)
- accelerando (постепенно ускоряя)

Метроритм (метр, музыкальный размер)

- 2/4, 3/4, 4/4, 6/8;
- такт, сильные и слабые доли такта;
- тактовые и затактовые вступления;
- тактирование (дирижирование) в указанных размерах.

Строение музыкального произведения (форма и фактура)

- двухчастная, трёхчастная, куплетная формы;
- фраза;
- мотив, предложение, период;
- начало и окончание музыкальной фразы;
- понятие о вступлении, куплете, запеве и припеве;
- мелодия и аккомпанемент.

Длительности. Ритмический рисунок

- целые, половинные, четверти, восьмые, шестнадцатые;
- ритмические рисунки (сочетание указанных длительностей);
- несложное двухголосие, каноны с порядком вступления голосов в 1-2 такта;
- ритмические диктанты, так называемое «ритмическое эхо» (учащиеся повторяют по памяти движением ритмический рисунок прослушанной музыки (фразы, предложения), исполненной концертмейстером на музыкальном инструменте);
- ритмические фигуры «четверть с точкой и восьмая» или «восьмая с точкой и шестнадцатая».

Маршевая и танцевальная музыка

- особенности танцевальных жанров: полька, лендлер, галоп;
- слушание и анализ маршевой и танцевальной музыки.

Тема 2. Формирование танцевально-двигательных навыков, основанных на метроритмической организации музыки.

- **танцевальные шаги и бег** в соответствии с музыкальными длительностями и музыкальными размерами; дирижирование во время исполнения шагов:

- танцевальный шаг в продвижении вперёд и назад;
- шаг на полупальцах в продвижении вперёд и назад;
- шаг с высоким подъёмом колена на всей стопе и на полупальцах;
- лёгкий бег; бег, сгибая ноги сзади; бег, вынося прямые ноги вперёд;
- подскоки;
- галоп;
- **позиции ног**, смена позиций ног на новый музыкальный такт;
- **позиции и положения рук**, переводы рук из позиции в позицию; положения рук в паре;
- **положения корпуса**;
- **простейшие элементы русского (национального) танца**; ритмический рисунок в движении и музыке:
- шаг польки;

- русский переменный шаг;
 - припадание;
 - «ковырялочка»;
 - «гармошка»;
 - притопы;
 - хлопки в ладоши соло и в паре.
- **прыжки** (на двух ногах на месте, в продвижении вперёд, в повороте вокруг себя) в соответствии с музыкальными длительностями и ритмическими рисунками;
- **упражнения на ориентировку в пространстве** (повороты вправо-влево, движение по линии и против линии танца, движение по диагонали); согласовывать изменение направления движения с построением музыкального произведения;
- **построения и перестроения** (рисунки в танце); смена рисунка в танце в соответствии с музыкальным периодом, предложением, фразой.

Тема 3. Музыкально-ритмические этюды и игры.

(возможно использование предметов и музыкальных шумовых инструментов).

- этюды с предметами (мяч, скакалка, обруч, шарф, лента и т. д.);
- этюды с использованием детских музыкальных инструментов (бубен, колокольчики, маракасы, ложки, барабан и т. д.);
- музыкально-ритмические этюды и танцы, сочиненные самими учащимися;
- музыкально-ритмические игры (сюжетные и ролевые).

Объем знаний и умений

Ученики должны иметь следующие знания, умения, навыки:

- уметь определять выразительные средства музыки - характер, темп, штрихи, регистр, динамические оттенки;
- знать музыкальную терминологию в объеме знаний учебного предмета «Слушание музыки и музыкальная грамота»;
- музыкальный размер 2/4, 3/4, 4/4, 6/8;
- затакт;
- различать жанры в музыке: песня, танец, марш;
- знать особенности народной и классической музыки;
- уметь правильно исполнять движения в характере музыки;
- слышать изменения звучания темпа в музыке и передавать их движением;
- выполнять упражнения с предметами и без них под музыку в простых и сложных музыкальных размерах;
- уметь видеть свои ошибки и ошибки других учеников;
- уметь координировать движения рук, ног и головы;
- уметь ориентироваться в пространстве;
- уметь танцевать в паре и в ансамбле.