

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ  
«АКАДЕМИЧЕСКАЯ ГИМНАЗИЯ №1534»**



*Направленность – художественная  
Уровень: ознакомительный*

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
«ДЕТСКИЕ ТАНЦЫ»**

*Срок реализации: 2 года  
Возраст обучающихся: 6 - 10 лет*

*Педагог дополнительного  
образования  
Архипова Мария Михайловна*

**МОСКВА – 2016 год**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа относится к художественной направленности и направлена на формирование художественного и эстетического вкуса. Данная программа является ознакомительной со сроком обучения 2 года.

По данной образовательной программе в коллектив принимаются все желающие дети в возрасте от 6 до 10 лет, которые хотят научиться танцевать.

Веселые танцевальные движения и забавные упражнения подражательного характера нравятся детям. Важнейший результат - это радость и эмоциональный подъем, которые дети получают на занятиях. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка. Именно благодаря этому замечательному свойству танцевальные движения способствуют всестороннему, физическому и умственному развитию детей, воспитанию у них координации движений, ловкости, социальной адаптации, дисциплинированности и других важных качеств.

Данная программа разработана на основе собственной практической работы с обширным контингентом обучающихся, разных по музыкальным и физическим данным, с учётом интересов ребят, их познавательной активности и творческих возможностей, а также опираясь на опыт следующих педагогов: Сафина Н.А. (Оздоровительно-развивающая программа по танцевально-игровой гимнастике направлена на творческое развитие детей дошкольного возраста); Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ» (танцевально-игровая гимнастика для детей), а так же на опыт «Прыг-скок команды» (телепрограмма для детей на телеканале «Теленяня»).

## **Цель программы:**

Приобщить детей к ценностям танцевальной культуры, опираясь на интерес к современным танцам. Развивать творческие способности детей через самовыражение в танце.

## **Задачи программы:**

### Задачи обучающие.

- Обучить детей основами танцевального искусства
- Обучить танцевальным элементам и соединению их в танцевальные связки.
- Познакомить с танцевальными композициями современного эстрадного направления.
- Учить импровизировать под разную музыку

### Задачи развивающие.

- Гармонично развивать танцевальные способности учащихся;
- Развивать у детей чувство ритма и музыкальности (музыкально-двигательные и художественно-творческие способности);
- Развивать воображение, координацию, пластичность;
- Развивать физические данные и образное мышление;
- Развивать творческий потенциал детей;
- Развивать уверенность в себе.

### Задачи воспитательные.

- Расширять художественные интересы;
- Воспитывать у детей интерес к танцам;
- Воспитать и прививать художественный вкус;
- Воспитывать культуру поведения и общения;
- Воспитывать чувство коллективизма и коммуникабельности.

## **Сроки реализации дополнительной образовательной программы**

Занятия проводятся с детьми в возрасте от 6 до 10 лет. В студию принимаются все желающие (и девочки, и мальчики) без предварительного отбора. В течение учебного года допускается дополнительный набор детей в студию, соответствующих возрастной категории, и прошедшие собеседование.

### **Формы и режим занятий.**

- Форма занятий – групповая.
- Наполняемость группы 6 – 15 чел. (в зависимости от помещения, в котором проводятся занятия и года обучения). В группе могут обучаться минимум 6 человек и не более 15 человек.
- Режим занятий – 1 час / 2 раз в неделю. Учебный час: 45 мин.

### **Ожидаемые результаты**

Итогом учебного года служит открытое мероприятие - выступление на отчетном концерте для выявления результатов реализации программы.

#### **Ожидаемые результаты 1 года обучения:**

- Дети познакомятся с основами танцевального искусства;
- Разучат танцевальные элементы движений и связки;
- Изучат основные позиции ног классической хореографии;
- Изучат основные танцевальные аэробные шаги (степы);
- Будут уметь исполнять несложные танцевальные композиции;
- Будут уметь импровизировать под несложные музыкальные фрагменты;
- Будут выступать и принимать участие в концертах и в культурно-массовых мероприятиях ЦВР «Патриот».

### Ожидаемые результаты 2 года обучения:

- Будет лучше развито чувство ритма и музыкальности;
- Будут приобретены необходимые физические качества: силы, быстроты, выносливости;
- Будет лучше развита пластика и координация;
- Будут уметь ориентироваться в пространстве зала и относительно друг друга;
- Дети успешно изучат игровые, массовые и последовательные современно-эстрадные танцы;
- Будут уметь ориентироваться в пространстве зала и относительно друг друга;
- Будут уверенно выступать на сцене;
- Будут принимать участие в окружных конкурсах, и фестивалях детского творчества, а также принимать участие в фестивалях и концертах города Москвы.

### УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЕ ПЛАНЫ

№	содержание	I год обучения			II год обучения		
		Т.	П.	В.	Т.	П.	В.
1	Вводное занятие	1	1	2	0.5	0.5	1
2	Танцевальная аэробика		8	8		8	8
3	Танцевальные упражнения		11	11		12	12
4	Танцевальные игры		10	10		10	10
5	Изучение танцевальных композиций		30	30		30	30
6	Закрепление пройденного материала		10	10		10	10
7	Итоговое занятие		1	1		1	1
	<b>Итого:</b>			<b>72</b>			<b>72</b>

## СОДЕРЖАНИЕ 1-го ГОДА ОБУЧЕНИЯ

**ТЕМА 1. Вводное занятие.** Знакомство с программой, обсуждение плана работы на год, инструктаж по технике безопасности в танцевальном зале, в здании ЦВР «Патриот» и на сцене. Правила студии современного танца «3Color Dance». Правила дорожного движения. Игры на знакомство.

**ТЕМА 2. Танцевальная аэробика.** Комплекс общефизических и танцевальных упражнений под музыку. Детский фитнес. Мини-диско.

*Базовые аэробные шаги, выпады, наклоны, махи ногами и руками, сгибания ног, хореографические соединения базовых аэробных шагов и танцевальных движений.*

- постановка корпуса;
- упражнения для рук, кистей, и пальцев;
- упражнения для плеч;
- упражнения для головы;
- упражнения для корпуса;
- упражнения для ног и стоп, шаги (степы).

**ТЕМА 3. Танцевальные упражнения.** Общая физическая подготовка. Растяжка и гимнастические элементы. *Ритмичные упражнения и упражнения на пластику, равновесие, ловкость, импровизацию и внимание* (Приложение №4).

**ТЕМА 4. Танцевальные игры:** составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов; применение игр на занятиях: музыкально-подвижные, творческие, сценические игры, игры на внимание и веселые соревнования; а также танцевальные сказки, истории, приключения.

**ТЕМА 5. Изучение танцевальных композиций:** характерные и сюжетные танцы, танцы на классическую и современную музыку, изучение танцевальных движений, связок, различных комбинаций,

изучение детских танцевальных композиций. (Приложение 1)  
Изучение *танцев животных, природы, танцев сказочных персонажей и танцев с предметами.*

**ТЕМА 6. Закрепление пройденного материала** путем повторения изученных танцев и работа над деталями, а также выступление детей на различных мероприятиях.

**ТЕМА 7. Итоговое занятие:** концертное выступление для родителей, демонстрация детьми полученных знаний, навыков, умений через исполнение подготовленного «зачетного танца».

## **СОДЕРЖАНИЕ 2-го ГОДА ОБУЧЕНИЯ**

**ТЕМА 1. Вводное занятие.** Знакомство с программой, обсуждение плана работы на год, инструктаж по технике безопасности в танцевальном зале, в здании ЦВР «Патриот» и на сцене. Правила студии современного танца «3Color Dance». Правила дорожного движения. Игры на знакомство.

**ТЕМА 2. Танцевальная аэробика.** Комплекс общефизических и танцевальных упражнений под музыку. Детский фитнес. Мини-диско. *Аэробные шаги, махи ногами и руками, кик-удары. повороты, прыжки, перестроения и перемещения.*

**ТЕМА 3. Танцевальные упражнения.** Общая физическая подготовка. Растяжка и гимнастические элементы. *Упражнения на пластику, равновесие, ловкость, импровизацию и внимание, на ориентацию в пространстве, упражнения на синхронность движений, упражнения на гимнастических ковриках, растяжка, гимнастика, упражнения на футбольных мячиках* (Приложение №4).

**ТЕМА 4. Танцевальные игры.** Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов; применение игр на занятиях: музыкально-подвижные, творческие, сценические игры, игры на

внимание и веселые соревнования; а также танцевальные сказки, истории, приключения.

**ТЕМА 5. Изучение танцевальных композиций:** характерные и сюжетные танцы, танцы на классическую и современную музыку, изучение танцевальных движений, связок, различных комбинаций, изучение детских танцевальных композиций. (Приложение 1).

*Изучение таких танцевальных жанров как: танцевальная сказка, танцевальная история, музыкальный спектакль. Изучение индивидуальных и массовых танцевальных образов для музыкального спектакля.*

**ТЕМА 6. Закрепление пройденного материала** путем повторения изученных танцев и работа над деталями, а также выступление детей на различных мероприятиях.

**ТЕМА 7. Итоговое занятие:** концертное выступление для родителей, демонстрация детьми полученных знаний, навыков, умений через исполнение подготовленного «зачетного танца».

## **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

Для прочного усвоения материала, развития творческой активности, для развития эмоционального восприятия используются следующие формы организации детей: учебное занятие, учебная игра, музыкальное соревнование, занятие-праздник, концерт, конкурс, фестиваль, участие в организации аттестаций.

***Методы, в основе которых лежит способ организации занятий:***

- Словесные методы (устное изложение материала);
- Наглядные методы (педагогический показ);
- Практические методы (упражнения, тренинги).



***Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:***

- Объяснительно-иллюстративные (дети усваивают и воспроизводят готовую информацию);
- Репродуктивные (дети воспроизводят полученные знания).

Процесс обучения строится на 3-х основных этапах усвоения учебного материала:

- **Ознакомление.** Объяснение правил изучаемого упражнения, либо рассказ о сюжете нового танца; затем демонстрация упражнения, либо движения в правильном исполнении.
- **Тренировка.** Процесс самостоятельного осмысления движения или упражнения ребёнком, затем работа над техникой исполнения и работа над синхронностью исполнения движений всеми участниками группы.
- **Применение.** Использование полученных знаний, умений и навыков, участие в конкурсах и фестивалях, выступление на концертах.

**Методика организации занятия:**

- I. Разминка. Это 10-ти минутный отрезок времени, в течение которого организм подготавливается к физическим нагрузкам. Пример разминки: разминка головы (наклоны по сторонам, круговые движения). Разминка плеч, рук, туловища (круговые движения, наклоны, вращения, мельница). Разминка ног (мельница, приседания, выпады, качание, растяжка) и др.
- II. Основная часть (25 мин.). Данная часть занятия включает в себя: разучивание танцевальных композиций (изучение танцевальных движений, связок и комбинаций), танцевальные

упражнения, повторение и закрепление изученного материала, а также работу над ошибками и деталями танцевальных композиций.

III. Заключительная часть (10 мин.). Заминка, танцевальная игра и подведение итогов занятия.

### **Способы проверки ожидаемых результатов:**

Аттестация по дополнительной образовательной программе «Детские танцы» проводится в форме открытого мероприятия или концертного выступления для родителей на базе центра, где обучающимся предоставляется возможность продемонстрировать свои знания, умения, навыки, исполняя детские танцы на сцене.

Итоговая аттестация отражает: насколько достигнуты прогнозируемые результаты программы воспитанником, степень усвоения им программного материала.

### **Основные показатели танцевальной культуры и эстетической воспитанности детей:**

- музыкальность и выразительность;
- правдивость и искренность в передаче танцевального образа;
- благородство манеры исполнения;
- осмысленное отношение к танцу как художественному произведению;
- понимание единства формы и содержания танца;
- эмоциональное восприятие хореографического искусства;
- способность самостоятельно оценивать хореографическое произведение;
- наличие нравственной воспитанности, выражающейся в

поведении в коллективе, в трудолюбии, взаимопомощи и доброжелательности.

### **Критерии оценки результатов итоговой аттестации:**

Уровни «Высокий уровень» и «Средний уровень» предполагают перевод на следующий год обучения. «Низкий уровень», предполагает повторное обучение.

### **Материально – техническое обеспечение:**

- Танцевальный зал с твердым покрытием пола и зеркалами, а также стулья, скамейки и шкафы для хранения инвентаря и станок для растяжек.
- Наличие раздевалок с душевыми кабинками и туалетными комнатами.
- Наличие персонального компьютера и музыкального проигрывателя, CD-записи для проведения занятий, костюмы для выступлений, спортивный инвентарь (мячи, скакалки, обручи, гимнастические коврики, футбольные мячи и другие).

### **ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ПЕДАГОГА И ОБУЧАЮЩИХСЯ**

- 1) Музыкальное движение. С. Руднева, Э. Фиш. Методическое пособие для педагогов музыкально-двигательного воспитания, работающих с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. СПб, 2000.
- 2) Энциклопедия фитнеса. Э.Карпей, М. 2003.
- 3) Основы современного танца. Полятков С.С., Феникс, 2005.
- 4) Российский Современный танец. Е. Васенина, 2005.
- 5) Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студентов вузов; Под ред. О. Е. Лебедева. – М.: Владос, 2003

- 6) Танцуют все! Клубные, бальные, восточные танцы. Л.В.Браиловская [и др.]. Ростов н./Д: Феникс, 2007.
- 7) Танцы для детей среднего дошкольного возраста. Зарецкая. Айрис-Пресс, 2008.
- 8) Русский народный танец. Теория и методика преподавания. Матвеев, В. Ф. (Учебники для вузов. Специальная литература) – СПб: Планета музыки, Лань, 2010.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

	<b>ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ РЕПЕРТУАР</b>
«Ознакомительный танец»	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ «Арам-зам-зам»</li> <li>➤ «Четыре шага»</li> <li>➤ «Солнышко лучистое»</li> <li>➤ «Танец дружбы»</li> <li>➤ «Танец Буги-вуги»</li> <li>➤ «Добрый жук»</li> <li>➤ «Хоровод»</li> <li>➤ «Веселая стирка»</li> <li>➤ «Веселая уборка»</li> </ul>
«Осенний танец»	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ «Танец маленьких утят»</li> <li>➤ «Черный кот»</li> <li>➤ «Красная шапочка»</li> <li>➤ «Буратино»</li> <li>➤ «Чебурашка»</li> <li>➤ «Осенний листопад»</li> <li>➤ «Танец игрушек» - «Ленка-енка»</li> <li>➤ «Танец кукл»</li> </ul>
«Новогодний танец»	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ «В лесу родилась елочка»</li> <li>➤ «Зайчики»</li> <li>➤ «Метельки»</li> <li>➤ «Новогодняя»</li> <li>➤ «Зимние забавы»</li> <li>➤ «Новогодние гномики»</li> <li>➤ «Танец снежинок»</li> <li>➤ «Танец снеговиков»</li> <li>➤ «Танец вокруг елки» (хоровод)</li> </ul>
«Весенний танец»	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ «Барбарики»</li> <li>➤ «От улыбки»</li> <li>➤ «Матрешки»</li> <li>➤ «Утиные истории»</li> <li>➤ «Цветущий сад»</li> <li>➤ «Мама первое слово»</li> </ul>
«Зачетный танец»	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ «Маленькая страна»</li> <li>➤ «Про лето»</li> <li>➤ «Учат в школе»</li> <li>➤ «В каждом маленьком ребенке»</li> <li>➤ «Дождя не боимся»</li> <li>➤ «В мире много сказок»</li> </ul>

«Дополнительный репертуар»	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ «Птичка»</li> <li>➤ «Капитан»</li> <li>➤ «Пляска с платочком»</li> <li>➤ «Солнечные зайчики»</li> <li>➤ «Танец с куклами»</li> <li>➤ «Времена года»</li> <li>➤ «Мушкетеры»</li> <li>➤ «Веселые путешественники»</li> <li>➤ «Я на солнышке лежу»</li> </ul>
----------------------------	---

**Примечание:** репертуар постоянно пополняется новыми идеями.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

### «ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ИГРЫ»

№	Вид	Название танцевальных игр
1	Игры на знакомство	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Расскажи-ка про себя»,</li> <li>• «Я люблю...»,</li> <li>• «Я умею танцевать вот так...»,</li> <li>• «Паровозик с именем»,</li> <li>• «Круг имен»,</li> <li>• «Кто исчез?»</li> </ul>
2	Музыкально-подвижные	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Танцующие домики»,</li> <li>• «Птица в клетке»,</li> <li>• «Теремок»,</li> <li>• «Зеркало»,</li> <li>• «Танец природы»,</li> <li>• «Танцевальная ромашка»,</li> <li>• «Танцевальная страна»,</li> <li>• «Зверята», «День ночь»,</li> <li>• «Море волнуется...»,</li> <li>• «Мышеловка»,</li> <li>• «Паровоз»,</li> <li>• «Самолеты»,</li> <li>• «Машины»,</li> <li>• «Гусеница»,</li> <li>• «Построения»,</li> <li>• «Цапля и лягушки»,</li> <li>• «Зеленый светофор» (под песню</li> </ul>

		<p>Валерия Леонтьева),</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● «Светофор и машины»,</li> <li>● «Светофор» - классический,</li> <li>● «Музыкальный светофор»,</li> <li>● «Заяц и охотник»</li> </ul>
3	Творческие	<ul style="list-style-type: none"> <li>● «Ручеек»,</li> <li>● «Сад»,</li> <li>● «Достраивание фигур»,</li> <li>● «Мячик-невидимка»,</li> <li>● «Веревочка»,</li> <li>● «Живые картины»,</li> <li>● «Кошки-мышки»,</li> <li>● «Пантомима»,</li> <li>● «Скульптор»,</li> <li>● «В игрушечном магазине»,</li> <li>● «Несколько способов пройти»,</li> <li>● «Подарок»,</li> <li>● «Герои сказок»,</li> <li>● «Фотоаппарат».</li> </ul>
4	Сценические	<ul style="list-style-type: none"> <li>● «Эмоции»,</li> <li>● «Голливудская улыбка»,</li> <li>● «Мимика и жесты»,</li> <li>● «Части тела»,</li> <li>● «Кто такой я?»,</li> <li>● «Танец-ситуация»,</li> <li>● «Танец-сценка»,</li> <li>● «Танец-сказка».</li> </ul>
5	На внимание	<ul style="list-style-type: none"> <li>● «Раз, два, три, а ну-ка повтори!»,</li> <li>● «Огород»,</li> <li>● «Я умею делать так...»,</li> <li>● «Части тела»,</li> <li>● «Лесенка»,</li> <li>● «Ягоды, орехи и грибы»,</li> <li>● «Пропавший предмет»,</li> <li>● «Сыщики»,</li> <li>● «Холодно, горячо»,</li> <li>● «Найди отличия» и др.</li> </ul>

## ПРИЛОЖЕНИЕ 3

### «ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ»

- «В мире животных»
- «Прогулка в лес»
- «Путешествие в зоопарк»
- «Путешествие на птичий двор»
- «Мир насекомых»
- «В гости к сказкам»
- «Морское путешествие»
- «Путешествие на северный полюс (зима)»
- «Волшебный лес (осень)»
- «Цветущий сад (весна)»
- «Веселый летний день (лето)»
- «Волшебная страна»
- «Цирковое представление»
- «Космическое путешествие»
- «Спортивная олимпиада»
- «Путешествие в страну спорта»
- «Веселые соревнования»
- «Путешествие по Африке»
- «Поездка в деревню»
- «Веселый транспорт»
- «Профессии людей»
- «Танцевальная азбука»
- «Музыкальные инструменты»
- «Магазин игрушек»
- «Зимние забавы»



## ПРИЛОЖЕНИЕ №4

### Танцевальные упражнения:

- ритмичные упражнения (ходьба: простой шаг в разном темпе и характере; бег и прыжки; притопы и хлопки)
- импровизация (игровое задание)
- танцевальные рисунки и ориентация в пространстве (построение в круг; построение в одну или две линии; построение в одну или две колонны, построение в шахматном порядке, построение по парам)
- упражнения на развитие мимики и жестов (показ или обыгрывание действия: веселюсь, мечтаю, грущу, плачу, радуюсь, скучаю, интересуюсь, не понимаю и др.)
- упражнения с предметами (мяч, лента, игрушка, цветок, погремушка и др.)
- упражнения на пластику (змея, волна, ветерок, цветок, дерево)
- упражнения на гимнастических ковриках (березка, корзиночка, лодочка, мостик, змейка, рыбка, лягушка и др.)
- упражнения на равновесие (цапля, ласточка, звезда, журавль, аист, павлин и др.)
- упражнения на выносливость (подъемы туловища, прыжки со скакалкой, вращение обруча и др.)