

**ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МИЧУРИНСКОГО РАЙОНА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНО УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»**

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «30» мая 2022 г.  
Протокол № 4



Утверждаю:  
Директор МБОУ ДО «ДДТ»  
Курбатова Т.Э.  
Приказ № 20 от «31» мая 2022 г.

**Краткосрочная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа художественной направленности  
«Летняя эстрада»**

Возраст учащихся 8-12 лет

Автор-составитель:  
Балабаев Сергей Иванович  
педагог дополнительного образования

Мичуринский район, 2022 г.

## Информационная карта программы

<b>1. Учреждение</b>	Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Дом детского творчества» Мичуринский район
<b>2. Полное название программы</b>	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Летняя эстрада»
<b>3. Сведения об авторе:</b>	
<b>3.1. Ф.И.О., должность</b>	Балабаев Сергей Иванович, педагог дополнительного образования
<b>4. Сведения о программе:</b>	
<b>4.1. Нормативная база</b>	<p>Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;</p> <p>Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. N 196);</p> <p>«Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года» (утверждена Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р);</p> <p>Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года N 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;</p> <p>Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.);</p> <p>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»».</p>
<b>4.2. Область применения</b>	дополнительное образование
<b>4.3. Направленность</b>	художественная
<b>4.4. Тип программы</b>	общеразвивающая
<b>4.5. Целевая направленность программы</b>	образовательная
<b>4.6. Возраст учащихся по программе</b>	8-12 лет

## **Блок №1 Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

### **1.1 Пояснительная записка.**

Краткосрочная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Летняя эстрада» относится к художественной направленности. Данная программа направлена на мотивацию детей к занятиям хореографии.

**Уровень освоения программы:** ознакомительный

**Актуальность** данной программы заключается в том, что она соответствует социальному заказу на формирование здорового образа жизни, духовного и физического развития современных детей.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что носит практико-ориентированный характер. Учащиеся проходят обучение в процессе работы над составлением комплекса танцевально - гимнастических упражнений, такая работа накладывает на весь коллектив и каждого ребенка большую ответственность за выполнение взятых на себя обязательств. В процессе обучения используются авторские движения, комбинации и танцы педагога, который в свою очередь активно привлекает учащихся к придумыванию упражнений танцевально-гимнастического комплекса, сюжета и образов.

**Отличительная особенность** данной программы состоит в том, что дети могут осваивать различные способы выполнения комплексов упражнений направленные на развитие гибкости, координации, силы, быстроты и выносливости как в очной форме, так и в дистанционном формате по всем разделам программы.

**Адресат программы.** Программа адресована детям 8-12 лет.

**Условия набора учащихся.** Для обучения принимаются все желающие.

**Норма наполнения группы.** Группа 10-12 человек

**Объем и срок освоения программы**

Объем реализации программы 14 часов.

**Режим занятий:** 2 раза в неделю по 2 академических часа с 10 минутным перерывом).

**Форма обучения:** очная.

**По форме организации образовательного процесса:** групповая (с постоянным составом). Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей. Больше количество времени занимает практическая часть.

## **1.2. Цели и задачи программы.**

**Цель программы** – формирование интереса к занятиям хореографией.

**Задачи программы:**

**Обучающие:**

- познакомить детей с лексикой танца;
- разучить основные элементы разных по стилю танцевальных форм;
- формировать умение работать в творческой группе.

**Развивающие:**

- развить навыки правильной и красивой осанки;
- развить координацию движений, ориентировку в пространстве;
- способствовать развитию чувства ритма.

**Воспитывающие:**

- воспитать эстетический вкус танцевальной и исполнительской культуры;
- воспитать уверенность в своих силах и возможностях.

### 1.3. Содержание программы Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Прак	
	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>Входной контроль</b>
<b>I.</b>	<b>Прослушивание и простукивание музыкального рисунка</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>Наблюдение. Контрольное задание</b>
<b>II.</b>	<b>Гимнастика</b>	<b>3</b>		<b>3</b>	<b>Наблюдение. Контрольное задание</b>
2.1	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	2		2	
2.2	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках	1		1	
<b>III</b>	<b>Композиционно-постановочный практикум</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>Наблюдение. Контрольное задание</b>
<b>IV</b>	<b>Современный танец</b>	<b>4</b>		<b>4</b>	<b>Наблюдение. Контрольное задание</b>
4.1	Рисунок танца	1		1	
4.2	Динамика движений	1		1	
4.3	Разучивание основных элементов танца. Флешмоб	2		2	
	<b>Итоговое занятие</b>	<b>1</b>		<b>1</b>	<b>Итоговая диагностика</b>
	<b>Всего часов</b>	<b>14</b>	<b>3</b>	<b>11</b>	

#### Содержание учебного плана

##### **Вводное занятие**

**Теория:** экскурс в историю хореографического искусства. Формы предстоящей работы: учебная деятельность, практические задания.

Объяснение целей и задач работы по программе. Режим занятий. Правила поведения, личная гигиена, инструктаж по технике безопасности.

**Практика:** начальная диагностика. Творческие задания.

## **Раздел I «Прослушивание и простукивание музыкального рисунка»**

**Теория:** Теоретические основы хореографических движений. Хореографические термины.

**Практика:** Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные упражнения: продвижения в различных рисунках по одному, в паре, перестроения: из колонны в шеренгу и обратно, из одного круга в два и обратно, продвижения по кругу (внешнему и внутреннему), «звёздочка», «конверт».

## **Раздел II «Гимнастика»**

**Тема 2.1 «Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса»**

**Практика:** Выполнение упражнений, направленных на растягивание и силу мышц спины, ног, пресса.

**Тема 2.2 «Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках»**

**Практика:** Упражнения на эластичность мышц, подвижность суставов, формирование мышц брюшного пояса, гибкость. Растяжка. Шпагаты. Выполнение индивидуальных трюков: «кувырок» (вперёд и назад), «колесо», «стойка на лопатках», «мостик».

## **Раздел III «Композиционно - постановочный практикум»**

**Теория:** Подготовка корсетно-мышечного аппарата у детей.

**Практика:** Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц. Упражнения на улучшение выворотности.

## **Раздел IV «Современный танец»**

**Тема 4.1 «Рисунок танца»**

**Практика:** «озорные» и «лирические» руки; притопы и хлопки; «присядка». Современный танец изучается по разделам:

В разделе «Разогрев» используется:

- движение по кругу (бег, шаги, подскоки, галоп и т.д.);
- движение на середине (работа с пространством, шаги, прыжки т.д.).

В разделе «Изоляция» изучаются следующие движения:

- голова: наклоны, повороты, круги, zundari;
- плечи: прямые направления одним и двумя плечами, полукруги и круги;
- грудная клетка: вперед-назад; в стороны, крест, квадрат;
- пелвис: из стороны в сторону, вперед-назад, крест, квадрат;
- руки: основные позиции и их варианты, переводы из положения в положение, круги кистью.

- ноги: переводы стоп из параллельного в выворотное положение, исполнение основных движений как по параллельным, так и по выворотным позициям

#### **Тема 4.2 «Динамика движений»**

**Практика:** Темп основной 4/4, 2/4. Основные шаги: простой танцевальный шаг, шаг с подскоком, приставной шаг, топающий шаг. Основные движения: «ковырялочка», «моталочка», «гармошечка», «ёлочка».

#### **Тема 4.3 «Разучивание основных элементов танца. Флешмоб»**

**Практика:** Изучение различных положений рук в паре. Простые танцевальные композиции.

#### **Тема: Итоговое занятие**

**Теория:** Тестирование. Итоговая диагностика усвоения программного материала.

**Практика:** Диагностика усвоения программного материала, физических возможностей детей (изменилась ли пластика ребенка за данный период).

## 1.4. Планируемые результаты

### **Предметные результаты:**

**По окончании обучения учащиеся**

**должны знать:**

- ✓ танцевальные термины;
- ✓ различные виды танцев и различать их по музыке, характеру исполнения, танцевальным движениям;

**должны уметь:**

- ✓ передавать в танцевальных движениях особенности ритма и характер музыкального произведения;
- ✓ ориентироваться в пространстве класса и относительно друг друга (осуществлять перестроения);
- ✓ исполнять простые комбинации из шагов, бега, прыжков в различных ритмических рисунках и разном направлении, сочетая их с движениями рук и головы;
- ✓ исполнять различные прыжки.

### **Личностные результаты:**

**у учащихся будут сформированы:**

- ✓ потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению окружающих;
- ✓ готовность к творчеству.

### **Метапредметные результаты:**

**учащиеся будут:**

- ✓ планировать свои действия на отдельных этапах работы над танцем;
- ✓ контролировать, корректировать и давать оценку результатов своей деятельности;
- ✓ понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий.



Блок №2. Комплекс организационно – педагогических условий

**2.1. Календарный учебный график**

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				Комбинированное занятие	1	Вводное занятие	Кабинет	Начальная диагностика
2				Комбинированное занятие	1	Прослушивание и простукивание музыкального рисунка	Кабинет	Наблюдение. Контрольное задание
3				Комбинированное занятие	1	Основы образно-игровой партерной гимнастики	Кабинет	Наблюдение. Контрольное задание
4				Практическое занятие	1	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	Кабинет	Наблюдение. Контрольное задание
5				Практическое занятие	1	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках	Кабинет	Наблюдение. Контрольное задание
6				Практическое занятие	1	Композиционно-постановочный практикум	Кабинет	Наблюдение. Контрольное задание
7				Комбинированное занятие	1	Разучивание музыкальной композиции. Флешмоб	Кабинет	Наблюдение. Контрольное задание
8				Комбинированное	1	Разучивание		Наблюдение.

				занятие		музыкальной композиции. Флешмоб		Контрольное задание
9				Постановочное занятие	1	Рисунок танца	Кабинет	Наблюдение. Контрольное задание
10				Практическое занятие	1	Динамика движений	Кабинет	Наблюдение. Контрольное задание
11				Постановочное занятие	1	Динамика движений	Кабинет	Наблюдение. Контрольное задание
12				Практическое занятие	1	Разучивание основных элементов танца. Флешмоб	Кабинет	Наблюдение. Контрольное задание
13				Постановочное занятие	1	Разучивание основных элементов танца. Флешмоб	Кабинет	Наблюдение. Контрольное задание
14				Практическое занятие	1	Итоговое занятие	Кабинет	Итоговая диагностика

## 2.2. Условия реализации программы

**1. Кабинет:** соответствующий санитарно-гигиеническим нормам освещения и температурного режима (16-18 градусов Цельсия; влажность воздуха должна быть в пределах 40-60 %), противопожарным требованиям, оснащенный зеркалами, наличие костюмерной, раздевалки.

**2. Форма:** тренировочная форма (девочки – гимнастический купальник, трико, хитон, балетные туфли; мальчики – черные брюки, футболка), сценические костюмы.

**3. Мебель:** коврики, костюмы, танцевальная атрибутика, обручи, шары, гимнастические палки

**4. Технические ресурсы:** компьютер, мультимедийный проектор, магнитофон, музыкальный центр, аудио- и видеозаписи.

## 2.3 Формы аттестации.

Результаты в процессе обучения отслеживаются: входной (проверка знаний на начало обучения); итоговый (определяется уровень знаний, умений, навыков по освоению курса обучения).

## 2.4. Оценочные материалы.

Диагностические методики

1. Тесты для определения специальных хореографических данных по Слущкой С.Л. (приложение №1).

## 2.5. Методическое обеспечение программы

№	Название раздела	Формы занятий	Методы, приемы, техническое оснащение	Формы подведения итогов
	<b>Вводное занятие</b>	Беседа, показ, диагностика, практическое задание, тестирование	<u>Словесные методы:</u> беседа, диспут. <u>Наглядные методы:</u> фотоматериалы, видеоматериалы. <u>Техническое оснащение:</u> коврики.	Тестирование, диагностика.
<b>I.</b>	<b>Прослушивание и простукивание музыкального рисунка</b>	комплексные упражнения, практическое, показ	<u>Словесные методы:</u> беседа, диспут. <u>Наглядные методы:</u> фотоматериалы, видеоматериалы. <u>Техническое оснащение:</u> Интернет ресурсы	Наблюдение. Контрольное задание
<b>II.</b>	<b>Гимнастика</b>	Тренинг, комплексные упражнения, практическое занятие	<u>Словесные методы:</u> постановка и объяснение задачи. <u>Наглядные методы:</u> показ движений. <u>Техническое оснащение:</u> коврики, диски, магнитофон.	Наблюдение. Контрольное задание

<b>III.</b>	<b>Композиционно-постановочный практикум</b>	Показ, практическое задание, игровой	<u>Словесные методы:</u> постановка и объяснение задачи, рассказ. <u>Наглядные методы:</u> показ движений. <u>Техническое оснащение:</u> коврики, маты, диски, магнитофон,.	Наблюдение. Контрольное задание
<b>IV</b>	<b>Современный танец</b>	Показ, практическое задание, игровой	<u>Словесные методы:</u> постановка и объяснение задачи, рассказ. <u>Наглядные методы:</u> показ движений. <u>Техническое оснащение:</u> коврики, маты, диски, магнитофон,	Наблюдение. Контрольное занятие
	<b>Итоговое занятие</b>	Дискуссия, диагностика, тестирование	<u>Словесные методы:</u> дискуссия, беседа. <u>Наглядные методы:</u> фотоматериал по итогам занятий по программе. <u>Техническое оснащение:</u> коврики, маты, гимнастическая палка, диски, магнитофон.	Диагностика, тестирование.

## 2.6.Список литературы

### Для педагога

1. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. Л. Москва 1964
2. Барышникова Т.К. Азбука хореографии.- Москва.- Айрис-Пресс.- 1999
3. Богданов Г.Ф. Хореографическое образование.- М.- 2001
4. Богомолова Л.В. Основы танцевальной культуры/ программа экспериментального курса.- Москва.- Новая школа.- 1993
5. Боттомер П. Урок танца.- Москва.- Эксмо-Пресс.- 2003
6. Буренина А.И.. Ритмическая мозаика, программа по ритмопластике, С-Петербург 2000
7. Ваганова А.Я. Основы классического танца. С.- Петербург. Москва. Краснодар.- 2003
8. Заикин Н.И., Заикина Н.А. Областные особенности русского народноготанца «Труд», 2004.
9. Карп П.О. О балете.- М.- 1967
10. Климов А.А. Русский народный танец.- М.- 2002
11. Климов А.А.Особенности русского народного танца.- М.- 2002
12. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца.- Санкт-Петербург.- Искусство.- 2001
13. Костровицкая В.С.100 уроков классического танца.- М.- 1981
14. Руднева С.Д., Музыкальное движение Москва 1975
15. Сердюков В.П.. Программа по классическому танцу. Для хореографических отделений музыкальных школ и школ искусств.- М.- 1987
16. Танцы и ритмика в начальной школе/ методическое пособие.- Москва.- 1995
17. Ткаченко Т.Т. Народный танец.- Москва.- 2002
18. Устинова Т.А. Избранные русские народные танцы.- М.,1996
19. Федорова Г.П. Танцы для развития детей.- М.-2000

### Для учащихся

1. Богомолова Л.В. Основы танцевальной культуры/ программа экспериментального курса.- Москва.- Новая школа.- 1993
2. Боттомер П. Урок танца.- Москва.- Эксмо-Пресс.- 2003
3. Ваганова А. Я. Основы классического танца. С.- Петербург. Москва. Краснодар.- 2003 2.Руднева С.Д., Музыкальное движение Москва 1975
4. Заикин Н.И., Заикина Н.А. Областные особенности русского народного танца «Труд», 2004
5. Устинова Т.А. Избранные русские народные танцы.- М.,1996

### Электронные образовательные ресурсы.

1. <http://www.balletmusic.ru> (балетная и музыкальная музыка)
2. <http://www.taranenkomusic.narod.ru> (персональный творческий сайт Сергея Тараненко с музыкой для урока хореографии на CD. В лёгкой красочной оркестровке).
3. <http://www.revskaya.ru> (Сайт Нины Ревской для балетных концертмейстеров, хореографов и балетмейстеров.)
4. <http://www.josuonline.com> (CD для танца и балетного класса)
5. <http://www.horeograf.com> (все для хореографии и танцоров)
6. <http://www.ballet.classical.ru/> (Маленькая балетная энциклопедия)
7. <http://www.russianballet.ru/rus/info.htm> (Все о журнале «Балет»)
8. <http://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatel'naya-tematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam> (сборники по хореографии и танцам)
9. <http://e-libra.ru/read/196288-istoriya-russkoj-baleriny.html> (История русской балерины)

**Тесты для определения специальных хореографических данных по  
Слуцкой С.Л.**

**1. Определение выворотности ног**

- a. определение выворотности ног в коленных и голеностопных суставах (*demi-plie*);
- b. определение выворотности ног в тазобедренном суставе (*grand-plie*);
- c. «лягушка» – определение выворотности ног в тазобедренном суставе.

**2. Определение свода и подъёма стопы.**

Осторожными усилиями рук педагог проверяет гибкость стопы. При наличии подъёма стопы податливо изгибается.

**3. Высота прыжка**

Прыжки выполняются несколько раз подряд. Следует обращать внимание на эластичность ахиллова сухожилия, силу толчка и мягкость приземления.

**4. Гибкость тела**

Гибкость – это степень прогиба назад и вперёд. При хорошей гибкости корпус свободно наклоняется:

- a. проверка гибкости тела назад;
- b. проверка гибкости тела вперёд;
- c. проверка гибкости позвоночного столба и эластичности подколенных связок.

**5. Высота шага**

Его высота определяется при выворотном положении ног в трёх направлениях: в сторону, вперёд и назад. Необходимо обращать внимание на то, насколько легко поднимается нога:

- a. определение высоты шага и сторону;
- b. определение высоты шага назад.

**6. Определение пределов допустимой физической нагрузки для детей 5-7 лет, не прибегая к медицинским обследованиям**

При допустимом утомлении отмечается:

1. Легкое покраснение лица за счет положительных, эмоций возникающих на занятиях.
2. Небольшое учащение дыхания без нарушения его равномерности.
3. Незначительное учащение пульса (на 10—40% от исходного значения).
4. Пульс остается ритмичным, хорошего наполнения.
5. Возможна некоторая потливость.
6. Нет снижения аппетита, нарушения сна, отклонений в поведении.