

Комитет по делам образования города Челябинска
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества Гармония г. Челябинска»

Принята на заседании
Методического совета
от « 12 » 01 20 23 г.
Протокол № 3



Утверждаю:
Директор МАУДО
«ЦДТ Гармония г. Челябинска»
Н.А. Андреева
« 12 » 01 20 23 г.

**Краткосрочная дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности**

«Карусельки»

Возраст обучающихся: 5-7 лет
Срок реализации: 2 недели

Автор-составитель:
Степанова Ольга Евгеньевна,
педагог дополнительного образования

г. Челябинск, 2023

Пояснительная записка

Краткосрочная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Карусельки» относится к **физкультурно-спортивной** направленности. Программа разработана с целью обеспечения эмоционального развития, развития координационных способностей детей дошкольного возраста, через организацию активной двигательной деятельности.

Дошкольники – это «возраст двигательной расточительности». Поэтому двигательную «расточительность», двигательную активность, потребность ребенка в движении важно организовать и направить в нужное русло – поэтически – красивой, образно-метафоричной «родственной» движенческо-двигательной системы хореографического искусства. Известный отечественный психолог Л.С.Выготский подчеркивал двигательную природу психического процесса у детей, действенность воссоздания образов «при посредстве собственного тела». Следовательно, танец с его богатой образно - художественной движенческой системой может играть и, безусловно, играет ключевую роль в развитии продуктивного воображения и творчества.

Занятия хореографией развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое, а самое главное духовное и физическое развитие. В этом заключается **актуальность** данной программы.

Танцевальное искусство развивает чувство ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность.

Занятия по программе «Карусельки» формируют правильную осанку, прививают основы этикета и развивают коммуникативные способности детей. Танец имеет огромное значение, как средство воспитания. Таким образом, **отличительная особенность** данной программы заключается в том, что она направлена не только на обучение танцу, но и на сохранение физического здоровья воспитанников, а также на развитие культуры поведения и эстетического чувства.

Дошкольный возраст - один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития, формируется личность ребенка. В период от пяти до семи лет ребенок интенсивно растет, и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

Цель программы – развитие физических и творческих способностей детей средствами обучения детскому танцу.

Задачи:

Образовательные:

- формирование предметных знаний, умений и навыков в рамках программы;
- формирование навыков выразительного и грациозного исполнения танцевальных движений.

Развивающие:

- развитие чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- развитие мышления, воображения, находчивости и познавательной активности.

Воспитательные:

- формирование личности ребенка и его взаимоотношений с коллективом;
- развитие чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

Оздоровительные:

- укрепление общефизического состояния обучающихся и развитие опорно-двигательного аппарата;
- формирование правильной осанки и постановка ритмичного дыхания;
- профилактика плоскостопия;
- развитие мышечной силы, гибкости, выносливости и координации.

Возраст обучающихся

Данная программа предназначена для детей 5-7 лет.

Ведущим видом деятельности в этом возрасте является игра, следовательно, содержание программы построено на игровых приемах. Основная форма работы: обучающие и развивающие занятия **в группах**.

Обучение детей строится на сочетании коллективных и индивидуальных форм работы, что позволяет формировать у обучающихся взаимное уважение друг к другу.

Сроки освоения программы и режим занятий

Программа рассчитана на 4 учебных часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 учебному часу продолжительностью в 20-25 минут. Форма обучения: очная. Темы занятий могут варьироваться в течение обучения в зависимости от их актуальности на данный период.

Краткосрочная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Карусельки» основана на принципе «от простого к сложному». Весь материал подобран исходя из возрастных особенностей детей.

Программа предусматривает коллективные формы работы (открытое занятие, сюжетно-игровые занятия, праздники, игровые программы и др.).

Планируемые результаты

По окончании обучения по краткосрочной программе «Карусельки» обучающиеся будут

знать:

- ритмические комплексы упражнений, танцы под музыку;
- основные хореографические позиции;
- предметы и явления окружающей действительности, растительный и животный мир.

уметь:

- ориентироваться в зале, строить рисунок круг, хлопать и топать в такт музыки;
- выполнять ритмические комплексы упражнений, танцы под музыку;
- представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры) в импровизации;
- развивать умение чувствовать характер музыки, передавать его танцевальными средствами;
- ритмично двигаться в различных музыкальных темпах, с различным характером музыки, динамикой, регистром.

В результате обучения по данной программе у детей:

- будут сформированы специальные знания, умения и навыки в области хореографического искусства, которые помогут продолжить занятия танцем в других коллективах.

Личностные результаты:

- формирование выносливости, смелости, ловкости, трудолюбия;
- формирование коммуникативных способностей детей;
- формирование уважительного отношения к своему здоровью.

Метапредметные результаты:

- умение организовать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
- умение правильно выполнять физические и творческие упражнения;
- соблюдение дисциплины и техники безопасности на занятии.

Предметные результаты

- умение выполнять ежедневный комплекс оздоровительных физических упражнений;
- выразительные движенческие навыки, умение ориентироваться в ограниченном сценическом пространстве.

**Учебный план
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программы «Карусельки»**

№	Темы занятий	Кол-во часов	Форма аттестации
1	Вводное занятие.	1	Педагогическое наблюдение
2	Ритмические упражнения. Элементарные рисунки танца.	1	
3	Танцевальные элементы.	1	
4	Создание сценического образа. Импровизация.	1	Открытое занятие
	Итого:	4	

СОДЕРЖАНИЕ

1. Вводное занятие.

Теория: Техника безопасности поведения на занятиях и в центре детского творчества.

Практика: Правила поведения в студии.

2. Ритмические упражнения. Элементарные рисунки танца.

Теория: Понятие о трех жанрах в музыке. Хлопки, притопы. Темп - медленно, быстро, умеренно, дистанция, интервалы, линия, колонна, круг.

Практика: Ритмические упражнения. Упражнение «Повтори», такт (хлопки по тактам), хлопки в сочетании с шагами. Построение в колонку по одному, по два, сужение и расширение круга. Музыкальный размер $\frac{3}{4}$. Игра «Далеко - Ближко». Игра на внимание «Сноп, елка, пенек». Ритмические игры.

3. Танцевальные элементы.

Теория: Поклон. Танцевальные элементы: простой танцевальный шаг, топающий шаг, острый бег, шаг марша, галоп, подскок, повороты. Полное приседание, движение руками "молоточек". Подъем вытянутых рук, вверх, сгибание в локтях, сбрасывающие движение кистями.

Практика: Ориентация в пространстве. Танец «Мы едем», Танец «Детки-конфетки».

4. Создание сценического образа. Импровизация (открытое занятие).

Теория: Сценический образ. Импровизация.

Практика: Сценический образ «Воробьиная дискотека», «Автомобили и пешеходы», «Паровоз», «Обезьянки», «Водный карнавал», «Надувная кукла», «Птичий двор». Игра «Вслушиваясь в музыку».

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы.

1. Класс для занятий танцем (помещение должно быть светлым, чистым, хорошо проветриваться, иметь настенные зеркала и достаточное освещение в вечернее время).
2. Специальная комната для подготовки к занятиям (раздевалка).
3. Музыкальное оформление занятия:
 - качественные фонограммы;
 - аудио магнитофон.
4. Костюмы для выступлений.
5. Сцена.
6. Аппаратура для проведения больших концертов.

Информационное обеспечение

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 31 марта 2022 г. № 678-р).
3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. № 196);
4. Положение о разработке дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы МАУДО «ЦДТ гармония г. Челябинска»

Интернет-источники:

1. <http://www.rsl.ru> - Российская государственная библиотека.
2. <http://www.gnpbu.ru> - Государственная научная педагогическая библиотека им. К. Д. Ушинского.
3. <http://lib.ru> - Библиотека Максима Мошкова.
4. <http://www.pedlib.ru> - Педагогическая библиотека.
5. <http://dic.academic.ru> - Словари и энциклопедии on-line.
6. <http://dictionary.fio.ru> - Педагогический энциклопедический словарь.
7. <http://www.cofe.ru/read-ka> - Детский сказочный журнал «Почитай-ка»
8. <http://www.voron.boxmail.biz> - Детские сказки.. Авторская коллекция детских сказок в стихах, стихотворений, словарей, энциклопедий и пр.
9. <http://www.gallery.balletmusic.ru/> - Виртуальная галерея «Танец от древнейших времен до наших дней»
10. <http://www.russianballet.ru/> - Журнал «Балет»
11. <http://www.ballet.classical.ru/> - Маленькая балетная энциклопедия
12. <http://www.psychology.nm.ru/tren04.html> - Терапия искусством: танцевально-двигательные тренинги
13. <http://www.horeograf.com/category/metod-kabinet> - Все для хореографов
14. http://horeografiya.com/index.php?route=product/product&path=18&product_id=118 – Хореография для всех

15. <http://horeograf.ucoz.ru/> - Хореограф – детская хореография, методика работы с детьми

16. <http://www.balletmusic.ru/> - Балетная и танцевальная музыка

Кадровое обеспечение.

Педагог дополнительного образования.

Формы аттестации

Контроль за освоением краткосрочной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Карусельки» предусматривает ведение текущего контроля. Данная программа краткосрочная, поэтому итоговая аттестация обучающихся не предусматривается.

Форма отслеживания результатов усвоения программы предполагает педагогическое наблюдение - при выполнении практических приемов обучающимися.

Завершается знакомство с программой «Карусельки» проверкой знаний и практических навыков в виде открытого занятия.

Методические материалы

Учебный процесс должен доставлять радость и удовольствие, проводиться в игровой форме. Учитывая состояние физического развития детей необходимо чередовать физические нагрузки с отдыхом. Но есть ряд упражнений, которые необходимо включать в каждое занятие (в различные его части, в зависимости от степени проучивания).

Во время учебного процесса очень важно уделить внимание каждому ребенку. При необходимости исправить некоторые недостатки в осанке: сутулость, асимметрия лопаток, увеличенный прогиб в поясничном отделе позвоночника и др. Для этого необходимо применить ряд упражнений на полу в положении, разгружающем позвоночник - сидя, лежа на спине, на животе, стоя на коленях и т.д. Эти упражнения комбинируются с упражнениями, направленными на развитие двигательных функций одновременно.

Построения и перестроения организуют и дисциплинируют коллектив, развивают ориентировку в пространстве.

Умение сохранять *равновесие* при выполнении движений или в статичном положении развивается у детей постепенно, по мере овладения двигательными навыками, выработке этого умения способствует ряд упражнений: постоять на одной ноге, на носочках, не шевелиться после выполнения какого-либо движения и т.д.

Гимнастические упражнения. Их цель равномерное развитие всей мышечной системы, совершенствование двигательных навыков, выработка пластичности, точности, координации движений, формирование правильной осанки. Посредством гимнастических упражнений, выполняемых в соответствии с темпом и размером музыки, решается и задача музыкального воспитания.

Прыжки. Для их выполнения требуется работа всего мышечного аппарата, обеспечивающая мягкость, упругость движений и сохранение равновесия, прыжки развивают мышцы ног, живота и всего туловища, укрепляют связки и суставы ног.

«Азбука хореографии» - основы классического танца и элементы современного и народного танца приобщают детей к народной культуре. Создают положительные эмоции, развивают слух и хореографическую память.

Способствуют общению, повышают культуру поведения, развивают внимание, координацию, пространственное мышление.

Свободная пластика, этюды и музыкальные игры. В этой части занятия применяются нестандартные упражнения, специальные задания, творческие и музыкальные игры, направленные на развитие выдумки, инициативы, эмоциональной раскрепощенности детей.

Танцевально-практическая деятельность. Хореографические, тренировочные упражнения - система специально разработанных хореографических движений, направленных на развитие определенных танцевальных навыков. Планомерное, повторное выполнение танцевальных движений, которые выполняют каждое занятие. Упражнения строятся с учетом постепенного перехода от простых движений к сложным.

Ритмика - является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно, правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

Танец - танцевальные шаги, элементы танцевальных движений, танцевальные композиции.

Подготовительно – развивающие упражнения - способствуют развитию опорно-двигательного аппарата: усиливают подвижность суставов, укрепляют определенные группы мышц, воспитывают физическую силу, выносливость, координацию. Они формируют навыки и умения, необходимые для восприятия и исполнения танцевального материала.

Импровизация - направлена на развитие выдумки, творческой инициативы. Создание танцевальных образов. Свободного самовыражения и раскрепощенности.

Основные педагогические принципы в работе с детьми

- доступность, системность, последовательность, учет возрастных и психофизических особенностей, заинтересованность, перспективность;
- осуществление индивидуального подхода в обучении основанного на учете характерных данных для каждого ребенка;
- для предупреждения быстрого утомления переключать детей с одного вида деятельности на другой, чередовать умственное напряжение и разрядку;
- обогащать знания об окружающем мире;
- отмечать и оценивать малейшие успехи.

Основные методы обучения.

- *объяснительно-иллюстративный*: способствует созданию прочной информационной базы для формирования умений и навыков. Дети приобретают знания в готовом виде, которые излагает педагог;
- *репродуктивный*: при нем обучающиеся сами воспроизводят известный им по опыту материал. Этот метод позволяет осуществить контроль над тем, как обучающиеся усваивают знания, овладевают умениями и навыками;

- *проблемный*: он заключается в том, что педагог выдвигает перед учащимся познавательную проблему, и сам показывает путь ее решения;

- *частично-поисковый, исследовательский*: педагог ставит проблемную ситуацию и предлагает решить ее самостоятельно;

Выбор методов обучения зависит от темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшем взаимодействии при создании положительной мотивации, актуализации интереса.

Краткосрочная дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Карусельки» предусматривает вариативность использования некоторых педагогических технологий:

- традиционных (технология личностно-ориентированного и развивающего обучения);

- современных технологий: здоровье-сберегающие, информационные.

Список литературы для педагога

1. Бриске, И.Э. Ритмика и танец. Методические рекомендации по работе с детьми дошкольного возраста. Танцы для детей. / И.Э.Бриске.- Челябинск, 1993.
2. Базарова Н. Классический танец. - Д., 1984.
3. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. - Л., 1983.
4. Головкина, С.Н. Уроки классического танца в старших классах. / С.Н.Головкина. – [Электронный ресурс] <https://b-ok.xyz/dl/3249235/65407d>
5. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. Учебное пособие для вузов искусств и культуры / [Электронный ресурс] <https://drive.google.com/file/d/0VxxUM7OhcPg-V2hpT3ZzWjJCNVk/view>
6. Захаров, Р.В. Слово о танце. / Р.В.Захаров. – М.: Изд-во Молодая гвардия, 1979. – 160 с.
7. Зими́на, А.Н. Основы музыкального воспитания и развития детей младшего возраста / А.Н. Зими́на. М. - [Электронный ресурс] <https://nsportal.ru/blog/detskii-sad/all/2011/11/11/posobie-osnovy-muzykalnogo-vozpitanija-i-razvitiya-detey-mladshego>

Список литературы для обучающихся и родителей

1. Пуртова, Т.В. Учите детей танцевать. / [Электронный ресурс] <https://ru.b-ok.xyz/book/3187926/b9df6e>
2. Ермолаева-Томина, Л.Б. Психология художественного творчества / [Электронный ресурс] https://www.studmed.ru/ermolaeva-tomina-lb-psihologiya-hudozhestvennogo-tvorchestva_a0df82210d4.html
3. Пасютинская, В. Путешествие в мир танца / [Электронный ресурс] https://rusneb.ru/catalog/000200_000018_RU_NLR_bibl_1863633/
4. Меднис, Н.В. Введение в классический танец. Учебное пособие / [Электронный ресурс] <https://ru.b-ok.cc/book/2917864/c6f0ca>

