

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
г. Иркутска Дом детского творчества № 2

Утверждена приказом
№ 47- од от 28.08.2026 г.

Дополнительная общеразвивающая программа

«Первые шаги»

Адресат программы: 5-6 лет
Срок реализации: 1 год, 2026-2027
учебный год
Направленность программы:
Художественная
Уровень: стартовый
Разработчик программы:
Сулова Дарья Викторовна
Педагог дополнительного образования

Иркутск, 2026

Пояснительная записка

Программа «Первые шаги» является подготовительной ступенью обучения в ансамбле танца «Колокольчики» и рассчитана на детей, не имеющих предварительной хореографической подготовки. В её основе - получение начальных знаний и умений хореографического искусства. Программа нацелена на формирование двигательных навыков и подготовку детей к танцевальной деятельности.

В рамках реализации программы развития учреждения «Региональный компонент — приоритетная составляющая образовательного процесса Дома творчества» **использование регионального компонента** в общеразвивающей программе «Первые шаги» является одним из основных средств социализации детей **дошкольного (младшего школьного** возраста). На занятиях осуществляется знакомство обучающихся с культурой и традициями, историей народного танца, народными играми, природой родного края, что способствует активному вовлечению детей в самостоятельную деятельность.

Для этого используются игровые задания на импровизацию под музыку, на создание того или иного образа, на передачу эмоционального состояния, что развивает у детей артистичность, эмоциональность, выразительность, коммуникативные навыки: умение общаться со сверстниками, работать в паре, выполняя танцевальные комбинации. По мере усвоения танцевальных элементов на их основе создаются простые танцевальные композиции, которые могут быть исполнены всеми детьми данной группы.

Процесс освоения материала осуществляется поэтапно, опираясь на приобретённые знания, постепенно расширяясь до регионального и национального уровней, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

В процессе образовательной деятельности решаются задачи по воспитанию гражданской идентичности через совместную деятельность обучающихся и родителей при проведении массовых мероприятий.

Направленность программы: художественная.

Уровень: стартовый.

Актуальность программы и педагогическая целесообразность

Сотрудничество, мобильность, динамизм, конструктивность, ответственность – это именно те личностные качества, которые формируются у детей в результате систематических занятий по танцевальным программам.

Занятия хореографией дают детскому организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта, а музыкальное сопровождение делает занятия насыщенными, интересными, повышает эмоциональный тонус детей, усиливая психофизическое воздействие музыкального движения на организм ребёнка, способствуют более быстрой социализации в коллективе. В ходе реализации программы учитываются физические данные детей, способности и возможности каждого ребёнка.

Включения регионального компонента в образовательную деятельность диктуется культурной и образовательной политикой государства, законом «Об образовании», программой развития учреждения «Региональный компонент — приоритетная составляющая образовательного процесса Дома творчества» и отображено в содержании общеразвивающей программы программы «Первые шаги» в области хореографического искусства.

Новизна: Отличительными особенностями программы является подбор и адаптация учебного материала для детей с разными физическими данными, разнообразной комплекцией и разным уровнем физической подготовки. Учитывая возрастные особенности детей, в программе предусматривается большое количество упражнений игрового формата. Так детям на начальном этапе знакомства с хореографией проще и интересней воспринимать материал. В данную программу включён раздел «Сибирские музыкально-танцевальные игры», который направлен на развитие музыкальности и артистичности и

знакомство с народным региональным творчеством. Разнообразие сочетаний танцевальных движений создаёт впечатления новизны и развивает творческую фантазию детей.

Адресат программы: программа ориентирована на учащихся 5 -6 лет.

Краткая характеристика возрастных особенностей, обучающихся:

В этом возрасте идет процесс активного созревания организма. Хорошо развита двигательная сфера. Продолжаются процессы окостенения, но изгибы позвоночника еще неустойчивы. Идет развитие крупной и особенно мелкой мускулатуры. Интенсивно развивается координация мышц кисти. Общее физическое развитие тесно связано с развитием тонкой моторики ребенка. Тренировка пальцев рук является средством повышения интеллекта ребенка, развития речи и подготовки к письму. Ведущей деятельностью является сюжетно-ролевая игра, значительно легче запоминают наглядные образы, чем словесные рассуждения. Дети уверенно владеют элементами техники всех бытовых движений, способны ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок.

Методика комплектования группы: Прием детей осуществляется на основании письменного заявления, согласия о обработке персональных данных детей и родителей, медицинского заключения о состоянии здоровья ребенка, а также с учетом составленного расписания образовательного учреждения (школа), которое посещает обучающийся. Допускается возможность перевода обучающихся из одной группы в другую в процессе обучения и по мере усвоения программного материала.

Срок освоения программы: 1 год обучения, общее количество часов – 144 часа.

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса: при возникновении необходимости допускается корректировка содержания и форм занятий.

Допускается усложнение или упрощение материала с индивидуальным подходом к каждому учащемуся, исходя из индивидуально-психологических, физических или иных особенностей и состояния учащихся, а также смещение тем на другие этапы обучения в условиях обучения в дистанционном режиме. Применяется индивидуальная форма работы с солистами, одаренными детьми или с обучающимися, недостаточно хорошо усвоившими материал программы. Основные требования: регулярное посещение занятий, трудолюбие, добросовестность.

Состав группы: 15 человек

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 учебных часа, перерыв между занятиями 10 минут.

Цель и задачи программы:

Цель: развитие интереса к хореографическому искусству, подготовка ребенка к освоению основ хореографии.

Задачи:

Обучающие:

- обучить основам хореографической азбуки;
- изучать хореографическую терминологию;

Развивающие:

- развивать ОФП (силу, выносливость, ловкость);
- развивать двигательные функции (выворотности ног, подъема ног, гибкости корпуса, шага, прыжка, устойчивости и координации);
- развивать музыкально-ритмические способности: музыкальность, память, воображение, художественный вкус, творческую инициативу;
- развивать артистичность и эмоциональную выразительность;
- развивать чувство пространства.

Воспитательные:

- воспитывать уважительное отношение к своей Родине, к своему народу;
- воспитание дисциплины и внимания, аккуратности;

- воспитывать трудолюбие, терпение, навыки общения в коллективе.

Комплекс основных характеристик программы

Объём программы – общее количество учебных часов, необходимых для освоения программы 1 год обучения: занятия проходят 2 раза в неделю по 2 часа, 4 x 36 недель = 144 часа.

Содержание программы:

Обучение в этом разделе начинается с инструктажа по технике безопасности, правилам поведения при пожаре, правилам поведения на занятии и беседы по профилактике противоправного поведения несовершеннолетних. Программа разделена на отдельные тематические разделы, границы их могут несколько сглаживаться. Педагог строит работу, соблюдая закономерность целостного закономерного процесса, учитывая конструкторские и логические цели. Педагог, придерживаясь содержание программы, может творчески подходить как к проведению занятий, так и к проектной работе, руководствуясь изложенными выше воспитательными целями и конкретными условиями.

Раздел 1. Подготовительно - развивающие упражнения (разминка) (20 час)

Тема 1. «Упражнения для улучшения гибкости шеи» (4);

Тема 2. «Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов» (2);

Тема 3. «Упражнения для улучшения подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья» (2);

Тема 4. «Упражнения для увеличения подвижности лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти и предплечья» (4);

Тема 5. «Упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника, тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра» (2);

Тема 6. «Упражнения для улучшения подвижности коленных суставов, голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы» (2);

Тема 7. «Упражнения для равновесия» (4).

Обучение в этом разделе начинается с инструктажа по технике безопасности, правилам поведения при пожаре, правилам поведения на занятии и беседы по профилактике противоправного поведения несовершеннолетних. Данный раздел программы нацелен на формирование двигательных навыков и подготовку детей к собственно танцевальной деятельности. Существующие упражнения, в практике называемые разминкой, включают движения всех частей тела от головы до ног и обязательны в начале каждого занятия. Это означает, что каждое занятие необходимо начинать с 10 – 15 минутного комплекса упражнений, которые позволят привести двигательный аппарат в «рабочее» состояние.

Форма контроля: после изучения тем раздела обучающиеся выполняют творческие и практические задания, направленные на закрепление полученных знаний.

Раздел 2. Партерная гимнастика и игровой стретчинг: (28 час.)

Тема 1. «Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела («растем-растем»))» (4);

Тема 2. «Упражнения для укрепления мышц спины и брюшного пресса путём прогиба назад («рыбка», «корзиночка») и путём наклона вперёд («черепашки», «летучая мышь»))» (4);

Тема 3. «Упражнения для укрепления позвоночника и улучшения его гибкости («орешек», «кошечка»))» (4);

Тема 4. «Упражнения для укрепления мышц тазового пояса, бёдер, ног («велосипед», «букашка»))» (4);

Тема 5. «Упражнения для укрепления и развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы («пони», «червячок»))» (4);

Тема 6. «Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса («мельница», «самолёт»))» (4);

Тема 7. «Растяжки» (4).

Упражнения партерной гимнастики рассчитаны на вовлечение в работу всего организма, направлены на расслабление, настройку и восстановление

функций мышц. Сочетание динамичных и статичных физических упражнений наиболее соответствуют природе опорно-двигательного аппарата, и является лучшим методом тренировки для выработки силы, выносливости, координации движений. Освоение упражнений стретчинга развивает мышечное чувство, умение раскованно владеть своим телом, пластику жестов.

Форма контроля: после изучения тем раздела обучающиеся выполняют творческие и практические задания, комплекс упражнений направленные на закрепление полученных знаний.

Раздел 3. Хореографическая азбука: (44 часа)

Тема 1. «Позиции ног (I-я полу выворотная позиция ног и I-я параллельная позиции)» (2);

Тема 2. «Положения рук» (2);

Тема 3. «Танцевальные шаги (с вытягиванием пальцев стопы при вытянутых коленях; на полупальцах при вытянутых коленях) (2);

Тема 4. «Танцевальный бег (лёгкий бег на носочках; с высоко поднятыми коленями «лошадка»; с броском ноги на 45° с вытягиванием пальцев стопы при вытянутых коленях)» (2);

Тема 5. «Подскоки» (2);

Тема 6. «Схема «4 точки квадрата» (4);

Тема 7. «Галоп» (2);

Тема 8. «Ёлочка» (2);

Тема 9. «Выпады» (4);

Тема 10. «Метёлочка (нога в пол)» (4);

Тема 11. «Притопы»(4);

Тема 12. «Упражнения на развитие координации» (4);

Тема13. «Упражнения на формирование умения ориентироваться в пространстве: колонка, линия, «лучик», круг; круг в круге; полукруг, пары (тройки, четверки)» (4);

Тема 14. «Прыжки»(4);

Тема 15. «Работа с реквизитом» (2);

В этом разделе даётся материал на изучение и отработку отдельных танцевальных движений и элементов, положений ног и рук, учебно – танцевальных комбинаций (учебно – танцевальные комбинации создаются на основе одного движения, позволяют, как проучить какой-то танцевальный элемент, так и освоить его танцевальную манеру, способствуют развитию координации, музыкальности, эмоциональной выразительности).

Форма контроля: после изучения тем раздела обучающиеся выполняют творческие и практические задания, направленные на закрепление полученных знаний.

Раздел 4. Сибирские музыкально-танцевальные игры и постановочно-репетиционная работа (52 часа)

Тема 1. Музыкально-танцевальные игры (16)

- «Сибирский барсик»
- «теремок»
- «Как по речке Ангаре»
- «Байкальские нерпочки»

Тема 2. «Разучивание и отработка движений танца «Новогодний подарок» (12):

- бег
- повороты
- шаг с носочка
- прыжки
- шаг по кругу
- положения и движения рук

Тема 3. «Разучивание и отработка движений танца «Маленькие звезды» (24):

- основной ход
- мелкий бег на полупальцах;
- марш;
- пружинки:
- положения и движения рук;

- повороты по четырём точкам;
- разучивание рисунков танца;
- работа над образом (выразительность, эмоциональность).

Продолжительность постановочно - репетиционной части занятий зависит от сложности лексики и композиции танца и включает в себя разучивание и отработку танцевальных движений, изучение рисунков и перестроений в танцевальных композициях, просмотр и анализ видеоматериала своих выступлений и репетиций, просмотр видео с работами других коллективов. По мере усвоения танцевальных элементов на их основе создаются простые, массовые танцевальные композиции, которые могут быть исполнены всеми детьми данной группы на отчётных концертах. Эти постановки являются итогом работы на определённом этапе. Во время работы над номером детям даются игровые задания на импровизацию под музыку, на создание того или иного образа, на передачу эмоционального состояния по конкретной задаче, что развивает у детей артистичность, эмоциональность, выразительность.

Форма контроля: после изучения тем раздела обучающиеся выполняют творческие и практические задания, направленные на закрепление полученных знаний, принимая участие в мероприятиях объединения и на открытых занятиях для родителей.

Репертуарный план:

- Этюд с кубиком «Мой подарочек»;
- Этюд «Животные».

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности

В результате реализации программы, обучающиеся будут знать:

- основы хореографической азбуки;
- понятия хореографической азбуки;
- хореографическую терминологию;
- схему «4 точки квадрата».

В результате реализации программы будут уметь:

- слушать музыку, правильно двигаться выученными танцевальными шагами в нужном темпе и в такт музыке, по различным видам передвижений по залу, сохраняя осанку;
- выполнять танцевальные движения хореографической азбуки: «ёлочка»; «метёлочка»; «выпады» и т.д.
- выполнять упражнения партерной гимнастики;
- точно, правильно, эмоционально и выразительно исполнять танцевальный репертуар.

Приобретут следующие личностные качества:

- трудолюбие;
- ответственность;
- умение общаться со сверстниками;
- уважение к старшим.

Комплекс организационно-педагогических условий

Учебный план

№	Наименование разделов, тем	Количество часов			Формы промежуточной аттестации
		всего	теория	практика	
Раздел 1.Подготовительно - развивающие упражнения (разминка).		20	7	13	
1.1.	Инструктаж по технике безопасности. Беседа по профилактике противоправного поведения несовершеннолетних и употребления ПАВ. «Упражнения для улучшения гибкости шеи»	2	1	1	
1.2.	«Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов»	2	1	1	
1.3.	«Упражнения для улучшения подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья»	2	1	1	
1.4.	«Упражнения для увеличения подвижности лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти и предплечья»	2	1	1	
1.5.	«Упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника, тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра»	2	1	1	
1.6.	«Упражнения для улучшения подвижности коленных суставов, голеностопного сустава и	2	1	1	

	эластичности мышц голени и стопы»				
1.7.	«Упражнения для равновесия»	4	1	3	
Раздел 2. Партерная гимнастика и игровой стретчинг:		28	7	21	
2.1.	«Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела»	2	1	1	
2.2.	«Упражнения для укрепления мышц спины и брюшного пресса путём прогиба назад и путём наклона вперёд»	2	1	1	
2.3.	«Упражнения для укрепления позвоночника и улучшения его гибкости»	2	1	1	
2.4.	«Упражнения для укрепления мышц тазового пояса, бёдер, ног»	4	1	3	
2.5.	«Упражнения для укрепления и развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы»	4	1	3	
2.6.	«Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса»	4	1	3	
2.7.	«Растяжки»	4	1	3	
Раздел 3. Хореографическая азбука:		44	15	29	
3.1.	«Позиции ног»	2	1	1	
3.2.	«Положения рук»	2	1	1	
3.3.	«Танцевальные шаги»	2	1	1	
3.4.	«Танцевальный бег»	2	1	1	
3.5.	«Подскоки»	4	1	3	
3.6.	«Схема «4 точки квадрата»	2	1	1	
3.7.	«Галоп»	2	1	1	
3.8.	«Ёлочка»	4	1	3	
3.9.	«Выпады»	4	1	3	

3.10.	«Метёлочка (нога в пол)»	4	1	3	
3.11.	«Притопы»	4	1	3	
3.12.	«Упражнения на развитие координации»	4	1	3	
3.13.	«Упражнения на формирование умения ориентироваться в пространстве»	4	1	3	
3.14.	«Прыжки»	4	1	3	
3.15.	«Работа с реквизитом»	2	1	1	
Раздел 4. Сибирские музыкально-танцевальные игры и постановочно-репетиционная работа		52	6	46	
4.1.	Музыкально-танцевальные игры	16	2	14	
4.2.	«Разучивание и отработка движений этюда «Мой подарок»	12	2	10	
4.3.	«Разучивание и отработка движений этюда «Животные»	24	2	22	
	Всего:	144ч	42	102	

Календарный учебный график

Раздел/ месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	ИТОГО
Раздел 1.	8	4	4		2		2			20
Раздел 2.	4	6	4	4	4	4	2			28
Раздел 3.		4	6	4	4	4	6	10	6	44
Раздел 4.		4	4	8	4	8	6	8	10	52
Промежуточная аттестация				V					V	
Всего (за месяц)	12	18	18	16	14	16	16	18	16	144 часа

Учебно-тематический план

№	Число, месяц	Наименование разделов, тем	Всего часов	Форма проведения	Формы промежуточной аттестации
1.	Сентябрь	Инструктаж по ТБ. Знакомство. Упражнения для улучшения гибкости шеи	2	Учебное занятие	
2.	Сентябрь	Разминка. Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса	2	Учебное занятие	
3.	Сентябрь	Разминка. Упражнения для улучшения подвижности локтевого сустава	2	Учебное занятие	
4.	Сентябрь	Разминка. Упражнения для увеличения подвижности лучезапястных суставов	2	Учебное занятие	
5.	Сентябрь	Разминка. Упражнения тела «растем-растем»	2	Учебное занятие	
6.	Сентябрь	Разминка. «Упражнения «рыбка» «корзиночка»	2	Учебное занятие	
7.	Октябрь	Разминка. Упражнения для улучшения гибкости шеи	2	Учебное занятие	
8.	Октябрь	Разминка. Упражнения «растем-растем»	2	Учебное занятие	
9.	Октябрь	Разминка. «Упражнения «черепашка»	2	Учебное занятие	
10.	Октябрь	Разминка. Упражнения «орешек»	2	Учебное занятие	
11.	Октябрь	Разминка. Позиции ног (I-я полувыворотная позиция ног и I-я параллельная позиции)	2	Учебное занятие	
12.	Октябрь	Разминка. Положения рук	2	Учебное занятие	
13.	Октябрь	Разминка. Музыкально-танцевальная игра «Сибирский барсик»	2	Учебное занятие	
14.	Октябрь	Разминка. Разучивание движений танца «Новогодний подарок»	2	Учебное занятие	
15.	Октябрь	Разминка. Упражнения для увеличения подвижности лучезапястных суставов	2	Учебное занятие	
16.	Ноябрь	Разминка. Упражнения «кошечка»	2	Учебное занятие	
17.	Ноябрь	Разминка. «Упражнения «букашка»	2	Учебное занятие	
18.	Ноябрь	Разминка. «Танцевальные шаги»	2	Учебное занятие	
19.	Ноябрь	Разминка. Танцевальный бег	2	Учебное занятие	

20.	Ноябрь	Разминка. Разучивание движений танца «Новогодний подарок»	2	Учебное занятие	
21.	Ноябрь	Разминка. Подскоки	2	Учебное занятие	
22.	Ноябрь	Разминка. Музыкально-танцевальная игра «Теремок»	2	Учебное занятие	
23.	Ноябрь	Разминка. Разучивание движений танца «Новогодний подарок»	2	Учебное занятие	
24.	Ноябрь	Разминка. Упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника	2	Учебное занятие	
25.	Декабрь	Разминка. «Упражнения «пони»	2	Учебное занятие	
26.	Декабрь	Разминка. Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса («мельница»)	2	Учебное занятие	
27.	Декабрь	Разминка. Схема «4 точки квадрата»	2	Учебное занятие	
28.	Декабрь	Разминка. Разучивание и отработка движений танца «Новогодний подарок»	2	Учебное занятие	
29.	Декабрь	Разминка. Галоп	2	Учебное занятие	
30.	Декабрь	Разминка. Разучивание и отработка движений танца «Новогодний подарок»	2	Учебное занятие	
31.	Декабрь	Разминка. Отработка движений танца «Новогодний подарок»	2	Учебное занятие	Промежуточная аттестация
32.	Декабрь	Инструктаж по ТБ. Разминка. Музыкально-танцевальная игра	2	Учебное занятие	
33.	Январь	Разминка. Упражнения для улучшения подвижности коленных суставов	2	Учебное занятие	
34.	Январь	Разминка. Упражнения «червячок».	2	Учебное занятие	
35.	Январь	Разминка. Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса («самолет»)	2	Учебное занятие	
36.	Январь	Разминка. Схема «4 точки квадрата»	2	Учебное занятие	
37.	Январь	Разминка. Елочка	2	Учебное занятие	
38.	Январь	Разминка. Разучивание движений танца «Маленькие звезды»	2	Учебное занятие	
39.	Январь	Разминка. Музыкально-танцевальная игра «Теремок»	2	Учебное занятие	
40.	Февраль	Разминка. Упражнения для равновесия	2	Учебное занятие	
41.	Февраль	Разминка. Растяжка	2	Учебное занятие	
42.	Февраль	Разминка. Выпады	2	Учебное занятие	

43.	Февраль	Разминка. Метёлочка (нога в пол)	2	Учебное занятие	
44.	Февраль	Разминка. Музыкально-танцевальная игра «Как по речке Ангаре»	2	Учебное занятие	
45.	Февраль	Разминка. Разучивание движений танца «Маленькие звезды»	2	Учебное занятие	
46.	Февраль	Разминка. Разучивание движений танца «Маленькие звезды»	2	Учебное занятие	
47.	Февраль	Разминка. Разучивание движений танца «Маленькие звезды»	2	Учебное занятие	
48.	Март	Разминка. Упражнения для равновесия	2	Учебное занятие	
49.	Март	Разминка. Растяжка	2	Учебное занятие	
50.	Март	Разминка. Выпады	2	Учебное занятие	
51.	Март	Разминка. Метёлочка (нога в пол)	2	Учебное занятие	
52.	Март	Разминка. Притопы	2	Учебное занятие	
53.	Март	Разминка. Упражнения на развитие координации	2	Учебное занятие	
54.	Март	Разминка. Разучивание движений танца «Маленькие звезды»	2	Учебное занятие	
55.	Март	Разминка. Музыкально-танцевальная игра «Байкальские нерпочки»	2	Учебное занятие	
56.	Апрель	Разминка. Разучивание движений танца «Маленькие звезды»	2	Учебное занятие	
57.	Апрель	Разминка. Притопы	2	Учебное занятие	
58.	Апрель	Разминка. Упражнения на развитие координации	2	Учебное занятие	
59.	Апрель	Разминка. Упражнения на ориентацию в пространстве	2	Учебное занятие	
60.	Апрель	Разминка. Прыжки	2	Учебное занятие	
61.	Апрель	Разминка. Музыкально-танцевальная игра «Как по речке Ангаре»	2	Учебное занятие	
62.	Апрель	Разминка. Разучивание движений танца «Маленькие звезды»	2	Учебное занятие	
63.	Апрель	Разминка. Разучивание и отработка движений танца «Маленькие звезды»	2	Учебное занятие	
64.	Апрель	Разминка. Разучивание и отработка движений танца «Маленькие звезды»	2	Учебное занятие	
65.	Май	Разминка. Упражнения на ориентацию в пространстве	2	Учебное занятие	
66.	Май	Разминка. Прыжки	2	Учебное занятие	
67.	Май	Разминка. Работа с реквизитом	2	Учебное занятие	

68.	Май	Разминка. Музыкально-танцевальная игра «Сибирский барсик»	2	Учебное занятие	
69.	Май	Разминка. Разучивание движений танца «Маленькие звезды»	2	Учебное занятие	
70.	Май	Разминка. Разучивание и отработка движений танца «Маленькие звезды»	2	Учебное занятие	Итоговая аттестация
71.	Май	Разминка. Отработка движений танца «Маленькие звезды»	2	Учебное занятие	
72.	Май	Разминка. Отработка движений танца «Маленькие звезды»	2	Учебное занятие	Отчётный концерт
Всего по программе			144ч		

Методическое обеспечение программы

Оценочные материалы

Способом определения оценки результативности обучения по данной программе является промежуточная аттестация, которая осуществляется на основе разработанных критериев, тестирование по усвоению пройденного материала, а также результаты участия в показательных выступлениях.

Бланк промежуточной аттестации: «Оценка результатов обучения и воспитания детей по программе «Первые шаги»

Теоретические знания по разделам программы	Список обучающихся Ф.И. оценка ЗУН											
знать понятие хореографической азбуки: положение рук на поясе; натянутая и сокращенная стопа												
знать хореографическую терминологию: «плие»; «метёлочка»; «галоп»												
знать схему «4 точки квадрата»												
Практические умения и навыки по основным разделам программы												
пройти по залу в такт музыке выученными танцевальными шагами в нужном темпе, сохраняя осанку:												
выполнять танцевальные движения хореографической азбуки: «ёлочка»:												
«галоп»												
выполнять упражнения партерной гимнастики: «рыбка», «корзиночка», «черепашки», «летучая мышь», «орешек», «кошечка», «велосипед», «букашка», «пони», «червячок», «мельница», «самолёт».												
уметь точно, правильно, эмоционально и выразительно исполнять танцевальный репертуар;												

Оценочный лист

Теоретические и практические знания	оценочные нормы
понятия хореографической азбуки: 1 - положение рук на поясе 2 - натянутая и сокращенная стопа	правильный ответ: 1 - локти «смотрят» в стороны (чуть вперёд), запястья согнуты, ладони обхватывают талию, при этом большие пальцы убираются назад, а остальные (плотно прижатые друг к другу) пальцы правой руки «смотрят» на пальцы левой. 2 - натянутая стопа максимально вытягивается в подъёме и в пальцах; сокращённая стопа максимально сгибается в голеностопном суставе
хореографическая терминология: 1 - «плие»; 2 - «метёлочка»; 3 - «галоп».	правильный ответ: 1 - приседание; 2 - вынос ноги в сторону; 3 - боковой ход с прыжком.
Схема «4 точки квадрата»	правильный ответ: 1-ая точка - лицом к зрителю, 5-ая точка - спиной к зрителю, 3-я точка - левым боком к зрителю, 7-ая точка - правым боком к зрителю.
выполнять танцевальные движения хореографической азбуки: 1- правильно пройти в такт музыке, сохраняя осанку, легкий шаг с высоким коленом и натяжением носка; 2 - «ёлочка»; 3 - «метёлочка»; 4 - «выпады»; 5 - «галоп».	правильное исполнение: 1 - движение выполняется на носочках, колени следует поднимать высоко вперёд - вверх, ступню работающей ноги (затянутую) подводить сбоку к колену опорной. 2 - носки обеих (сомкнутых) ног приподнять над полом - развернуть в сторону (центр тяжести на каблуках обеих ног) - опустить на пол; - опустить на пол. Колени не сгибаются (затянуты), движение выполняется плавно, без рывков. 3 - исходное положение - ноги в 1-ой параллельной позиции, работающая нога открывается точно в сторону, колено и подъём вытянуты, опорная нога в плие, перескок с ноги на ногу выполняется легко. 4 - исходное положение - ноги в 1-ой параллельной позиции, при исполнении движения следует следить, чтобы плечи и бёдра были выровнены, не разворачивались в сторону работающей ноги, тяжесть корпуса – на опорной ноге. 5 - необходимо следить за правильным положением ступней, не поворачивать носок в сторону движения, точно приставляя пятку к пятке на каждом шаге галопа, и не поворачивать корпус в сторону движения.

6 - выполнять упражнения партерной гимнастики: «рыбка», «корзиночка», «черепашки», «летучая мышь», «орешек», «кошечка», «велосипед», «букашка», «пони», «червячок», «мельница», «самолёт».	6 - Правильное исполнение: - упражнения выполняются плавно и ритмично, без рывков и чрезмерных усилий. Сидя на ковриках, сохранять правильную осанку: спина прямая, голова приподнята, плечи опущены и слегка отведены назад, растягивание должно быть нерезким, без лишних усилий, не приносящим беспокойства и неприятных ощущений
7 - уметь точно, правильно, эмоционально и выразительно исполнять танцевальный репертуар.	7 - Оценивается во время концертной деятельности.

Критерии оценки детей: если ребенок выполняет задание в соответствии с требованиями, ставится -5б, допускает две ошибки -4б, допускает три, четыре ошибки-3б

УМК

Конспекты занятий:

«Разминка. Партерная гимнастика. Повороты в паре под руку на середине зала. Постановочная работа «Солнечные зайчики»»;

Аннотация: открытое занятие знакомит обучающихся с новым танцевальным элементом «повороты в паре под рукой на середине зала», а также показывает родителям метод повторения изученного материала из раздела «Партерная гимнастика». В конце занятия родители погружаются в постановочный процесс танцевального номера «Солнечные зайчики».

Ссылка: https://disk.yandex.ru/i/dpSW21V_QyP85g

Мастер класс для родителей «Сценическая прическа и образ для выступления»

Аннотация: мастер-класс проводился для родителей объединения в целях обучить каждого самостоятельно готовить ребенка к открытому занятию или выступлению на сцене.

Ссылка: <https://disk.yandex.ru/d/vKrrg5mPVNGteA>

Методические разработки:

Конспект мероприятия «Дружные ребята»

Аннотация: мероприятие проводилось с целью организовать досугово – оздоровительную деятельность детей в каникулярный период в рамках реализации проекта «Под парусом детства».

Ссылка: <https://disk.yandex.ru/i/jFVYM5PdkL8kug>

Опросники:

Анкета для обучающихся при наборе в творческое объединение.

Дидактический материал: схемы рисунков танца и положения исполнителя по отношению к зрителю, фотографии, литература по хореографии, видео – аудиозаписи.

Методы, формы и технологии обучения применяемые при реализации программы

1. Словесные объяснения (краткие, образные, конкретные) каждого движения.

Метод использования слова - универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении: обсуждение, объяснение, словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

2. Методы наглядного восприятия - способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению обучающимися программы, повышению интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

3. Практические (показ движений педагогом) методы - основаны на активной деятельности самих воспитанников. Это метод целостного освоения упражнений, ступенчатый и игровой методы.

Ступенчатый метод - широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, положения корпуса, рук, головы, улучшение выразительности движения и т.п.

Игровое обучение, игровой метод - используется при проведении музыкально ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого

за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения. Использование упражнения - простой шаг по диагонали - для приобретения умения грустить или улыбаться. Выработка умения чувствовать и исполнять движения в манере деревянных игрушек, разнообразных зверей: кошек, собак, львов, слонов, медведей и т.д. Выражение отношения к тому или иному человеку или предмету: неприязнь, безразличие, симпатия. Проигрывание небольших сценок, чтобы прочувствовать разные ощущения, например, «На рыбалке рыбак поймал очень большую рыбу или очень маленькую, или ничего не поймал...». Все это выражается с помощью мимики и жестов.

Формы обучения и виды занятий, применяемые при реализации программы: традиционное учебное занятие. Зачётное занятие - контроль, оценка и коррекции знаний. Сводное занятие. Групповое занятие.

Формы подведения итогов изучения программы могут быть учебные занятия, открытые занятия, сводные репетиции, концерты, показательные выступления внутри объединения и для объединений учреждения.

Формы публичной демонстрации качества усвоения программы: открытые занятия, сводные репетиции, концерты, смотры, фестивали, показательные выступления, конкурсы.

Каждое выступление – это своеобразный творческий экзамен для ребенка: раскрыть себя как творческую личность, показать полученные знания, умения, навыки, получить положительный заряд энергии от выступления в концертных номерах.

Выступления перед зрителями требуют от ребёнка мобилизации духовных и физических сил, эмоциональности, творческой активности, являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувства ответственности, дружбы, товарищества.

Педагогические технологии, применяемые на занятиях:

Образовательные технологии	Обоснование применения
Личностно - ориентированные технологии обучения	Пробудить интерес, организовать совместную познавательную, творческую деятельность каждого ребенка.
Адаптированная система обучения в «динамических» и «статических» группах	Организовать сотворчество обучающихся в группах, совмещенное с индивидуальным обучением каждого ребенка.
Игровые технологии	Максимально активизировать детей, создать условия успешности, эмоциональной приподнятости.
Здоровье сберегающие технологии	Профилактика заболеваний и охрана физического и психического здоровья обучающихся.

Использование дистанционных образовательных технологий при реализации программы:

Реализация программы возможна в дистанционном режиме с использованием образовательных платформ: Сферум (VK Messenger), телеграмм, электронная почта педагога, а также личная консультация по телефону, с использованием электронного образовательного ресурса по изучаемой теме.

Электронные образовательные ресурсы:

<https://www.youtube.com/watch?v=LLYrFk8s2jg>.

<https://www.youtube.com/watch?v=8RekJ-nW57M>

<https://www.youtube.com/watch?v=bdWFYOFVbTo>

<https://www.youtube.com/watch?v=0tstIvP3cXo>

<https://www.youtube.com/watch?v=rfakkw8tO9E>

<https://www.youtube.com/watch?v=YYBUz9wMLrs>

<https://www.youtube.com/watch?v=41mb83ZNvAQ>

Алгоритм учебного занятия

Структура одного занятия состоит из трех частей и включает в себя материал из всех четырёх разделов содержания программы (кроме

репетиционных занятий по подготовке к концертным выступлениям, где большая часть времени отводится отработке репертуарных номеров, и разминка проходит без партерной гимнастики). В связи с этим рекомендованная Министерством образования Иркутской области форма учебного и календарного учебно-тематического планов из «Методических рекомендаций по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в Иркутской области» не может быть применена без корректировки для данной программы.

- 1 часть урока (подготовительная) - включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие (поклон педагогу и концертмейстеру); разминка - комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе, где применяются упражнения 1-ого и 2-ого разделов. По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.
- 2 часть урока (основная) - включает задания с большой двигательной активностью: изучение новых танцевальных движений и элементов, положений ног и рук, танцевальных комбинаций, этюдов из 3-го раздела и постановочно – репетиционная работа 4-ого раздела. По длительности – 2/3 общего времени занятия.
- 3 часть урока (заключительная) - включает комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания, поклон педагогу и концертмейстеру. По длительности – 2–3 минуты.

Глоссарий профессиональной терминологии

Применение глоссария в хореографии обосновано тем, что:

хореографическая терминология - система специальных наименований, предназначенных для обозначения упражнений или понятий, которые кратко объяснить или описать сложно, например,

Экзерсис у опоры или на середине - это комплекс тренировочных упражнений в балете, способствующих развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцовщика.

Экзерсис выполняется у «станка» (прикреплённый кронштейнами к стене) и на середине учебного зала и состоит из одних и тех же элементов поэтому для удобства и уровня качества учебного процесса хореографическая терминология разбита на группы:

1. Exercise у станка и на середине зала.
2. Положения, направления, позы, дополнительные движения.
3. Прыжки.
4. Вращения.

Demi (деми) — полу, наполовину. Этот термин указывает на исполнение только половины движения.

Grand (гран) — большой. Обозначает максимально выраженную сущность движения.

Plie (плие) — сгибать, приседание на обеих или на одной ноге в любой из существующих позиций, в зависимости от степени сгибания делится на demi-Plie (полуприседание) и grand plie (глубокое приседание).

Releve (реливе) – поднимать, подъем на пальцы/полупальцы одной или обеих ног.

Sote (соте) – Прыжок с обеих ног на обе

Кадровое обеспечение программы:

Педагог: Суслова Дарья Викторовна, педагог дополнительного образования, молодой специалист.

Образование: среднее:

Иркутский областной колледж культуры. Специальность: Народное художественное творчество (по видам) Хореографическое творчество. Квалификация: Руководитель любительского творческого коллектива, преподаватель.

Педагогический стаж: 1 год

Условия реализации программы**Место для занятий:**

- Просторный, хорошо проветриваемый зал, где есть деревянный пол.
- Для занятий необходимы зеркала, специальные станки. Внешний вид для занятий.
- Одежда должна быть удобной, не сковывающая движения и не вызывающая перегрева.

Обувь мягкой и хорошо укрепленной на ногах.

Материально - техническая база:

- Методические материалы и пособия.
- Аудиосистема для прослушиваний записей и работы с фонограммами.
- Видеоаппаратура для просмотра видеозаписей.

При реализации программы также созданы условия для детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью, благодаря которым дети могут в полной мере участвовать в образовательном процессе и развиваться, наравне со своими сверстниками: размещены светодиодные уличные бегущие строки, на них отображается текстовая информация с названием и всей информацией об учреждении (режим работы администрации, график проведения занятий, список объединений, реализующих дополнительные общеразвивающие программы), установлены

тактильные пиктограммы (с подписью Брайля) туалетные комнаты оборудованы поручнями для инвалидов.

Дополнительная информация

Дополнительная общеразвивающая программа «Первые шаги» составлена с учётом социально-экономического компонента. Содержания программы ориентировано на приоритетные направления социально-экономического развития региона, с возможностью реализация комплекса следующих образовательных и воспитательных мероприятий:

- встреча с сотрудниками журнала «Сибирячок» «Профессии наших родителей»;
- просмотр видеоролика «Кем стать?»;
- посещение музея пожарной охраны г. Иркутска.

Воспитательный потенциал программы

Реализация регионального компонента в программе осуществляется через: совместную деятельность педагога с детьми, самостоятельную деятельность детей, сотрудничество с музеями, привлечением родителей, организацию праздников и развлечений и направлен на обеспечение системного педагогического сопровождения личностного развития детей, формирования гражданских, патриотических и нравственных качеств, проведения массовых мероприятий, совместной деятельности обучающихся и родителей (законных представителей), развития их способностей и одарённости через реализацию воспитательного потенциала дополнительной общеобразовательной программы.

- *овладение и знакомство с культурой своего народа, в том числе региона:* творческая встреча с артистами Государственного ансамбля песни и танца; посещение концертной программы ансамбля песни и танца; посещение архитектурно-этнографического музея «Тальцы»: масленичные гуляния; Иркутский художественный музей посещение мероприятия «Школьная пятница»; культурно-познавательная программа «Иркутские вечорки» в

рамках этнокультурной программы «Сибирские забавы»; игровая программа «Байкальская карусель»; посещение мероприятий ГБУК Иркутской областной государственной универсальной научной библиотеки им. И.И. Молчанова-Сибирского.

- создание условий для реализации творческого потенциала детей в художественной деятельности:

участие в творческих конкурсах: Открытый хореографический фестиваль-конкурс «Иркутск – танцующий город»; участие в концертных программах, посвященных Дню пожилого человека, Дню Матери, Дню защитников Отечества, Международному женскому Дню и т.д.

-организация совместных творческих акций с детьми:

«Эко-ёлка»; «Сделаем наш город чище»; «Батарейка – сдавайся», благотворительные акции Добрых дел участников СВО: «Подарок бойцу», «Имбирный пряник», «Блиндажная свеча», «Всё - для Победы».

-организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни:

Пятиминутки «Безопасные каникулы», акция «Против наркотиков», мастер-класс для детей и родителей «Папа, мама, я –здоровая семья» (весёлая разминка для всей семьи); праздник «Спорт – залог здоровья»; спортивный праздник «Иркутская лыжня»; литературный прожектор «Семь –Я»

– видеоматериал по профилактике противоправного поведения несовершеннолетних «Центр профилактики, реабилитации и коррекции»

<http://цпрк.образование38.рф/pomogator/>

<https://yandex.ru/video/preview/11058645755532865592>

<https://yandex.ru/video/preview/13510775493198966006>

<https://yandex.ru/video/preview/10049450930724297203>

<https://yandex.ru/video/preview/16277035437749123667>

Ссылка на УВР: <https://cloud.mail.ru/public/fHNr/qkNWAwwdB>