

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга  
Управление образования Ленинского района города Екатеринбурга  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
**Дом детского творчества Ленинского района  
города Екатеринбурга им. Е.Е. Дерягиной**

Принята  
Методическим советом  
МБУ ДО ДДТ им. Е.Е. Дерягиной  
Протокол №1 от 16.08.2024  
Утверждена  
Приказ по МБУ ДО ДДТ им. Е.Е. Дерягиной  
№104-о от 19.08.2024  
Директор  О.В. Булычева



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ  
НАПРАВЛЕННОСТИ

«Каприэль»

Возраст учащихся: 5 - 10 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель  
Костромитина Ирина Владимировна  
педагог дополнительного образования

Екатеринбург, 2024

## Содержание

<b>1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ.....</b>	<b>3</b>
<b>1.1. Пояснительная записка .....</b>	<b>3</b>
<b>1.2. Цель и задачи программы .....</b>	<b>5</b>
<b>1.3. Содержание программы.....</b>	<b>6</b>
<b>1.4. Планируемые результаты.....</b>	<b>7</b>
<b>2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ .....</b>	<b>8</b>
<b>2.1. Календарный учебный график .....</b>	<b>8</b>
<b>2.2. Условия реализации программы:.....</b>	<b>8</b>
<b>2.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы.....</b>	<b>8</b>
<b>3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ .....</b>	<b>11</b>
<b>Приложение 1 .....</b>	<b>14</b>
<b>Приложение 2 .....</b>	<b>15</b>

# 1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

## 1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Каприэль» предоставляет возможность детям потребность в приобретении и развитии танцевальных навыков. Освоение содержания программы дает возможность детям приобщиться к азам танцевального искусства, заложить основы дальнейшего продвижения в этой области, почувствовать себя артистом. Направленность художественная.

В наши дни танец является одним из самых популярных видов искусства среди детей. Занятия танцами способствуют формированию у ребенка позитивного самоощущения, раскрепощенности, уверенности в себе, эмоционального благополучия, значимости в среде сверстников, положительной самооценки.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

1. Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р);
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 № 996-р);
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»»;
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СП 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»»;
6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
7. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»»;
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
9. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по

проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

10. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным сертификатом»;

11. Устав МБУ ДО ДДТ им. Е.Е. Дерягиной;

12. Положение о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах МБУ ДО ДДТ Ленинского района города Екатеринбурга им. Е.Е. Дерягиной (утв. приказом от 30.06.2023 № 87-о).

### **Актуальность**

Обучение по программе приобщает детей к области танцевального искусства, вырабатывает начальные танцевальные навыки, которые так необходимы для гармоничного воспитания дошкольников. Кроме того, занятия танцем способствуют укреплению здоровья ребенка и закладывают основу его правильному физическому развитию, развивают фантазию, память, эстетический вкус, воспитывают культуру поведения и общения, расширяют кругозор учащихся.

**Отличительная особенность и новизна:** творческие занятия хореографией в группах настраивают ребенка на созидание, раскрывают природный потенциал, формируют понимание прекрасного, активизируют внимание и ассоциативное восприятие, воспитывают художественный вкус, раскрепощают и в то же время дисциплинируют, приучают к трудолюбию, вырабатывают волю, чувство ответственности, помогают социализироваться.

Таким образом, танец является многофункциональным инструментом для разностороннего развития личности ребенка с ранних лет.

### **Условия набора и формирования групп:**

В реализации программы принимают участие учащиеся от 5 до 10 лет на основе добровольного вступления в объединение, имеющие хорошие способности к занятиям танцами, которые проверяются на предварительном просмотре. Также для обучения могут быть приняты учащиеся, не имеющие хороших физических данных, но обладающие высокой мотивацией к занятиям. Учащиеся объединяются в группу до 25 человек по уровню начальной подготовки.

**Адресат программы:** учащиеся возраста 5-10 лет.

**Возрастные особенности:** данный возрастной этап психического развития характеризуется игрой, как ведущим видом деятельности. Содержание игры, в частности в рамках учебных занятий, направлено на развитие психофизиологических особенностей, высших психических

функций, способствует развитию коммуникативных умений в межличностном общении со сверстниками и взрослыми. Данный период онтогенеза связан со становлением личности и личностных механизмов поведения, осуществляется значительный рост физиологических особенностей и физических качеств личности, коррекция и развитие которых возможна в рамках творческих занятий хореографического ютв

**Объем освоения программы:** 144 часа.

**Срок освоения программы:** 1 год

**Форма обучения** – очная, возможно дистанционное обучение.

**Режим занятий:**

**4 часа** (2 раза в неделю по 2 часа) – 36 недель.

**Уровень освоения программы:** стартовый и предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы, дает возможность укрепить мотивацию на изучение предмета, поддержать интерес, увлечённость процессом, вызвать у учащегося положительные эмоции, способствуя его самовыражению и повышению самооценки.

**Формы занятий:** беседа, практические занятия, комбинированные занятия, итоговые.

**Формы подведения итогов** реализации дополнительной общеразвивающей программы: наблюдение; открытый урок.

## **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель программы:** развитие личности учащихся, удовлетворение их индивидуальных потребностей в творческом самовыражении, гармоничном физическом развитии путем овладения танцевальным искусством.

**Задачи программы:**

**Обучающие:**

1. Сформировать начальную мотивацию к обучению.
2. Сформировать начальные эстетические потребности.
3. Обучить начальным навыкам коллективного исполнения композиций в простейших рисунках танца.
4. Познакомить с элементарными знаниями танцевальной теории.

**Развивающие:**

1. Развить самооценку учащихся.
2. Развить начальные танцевальные способности (растяжка, пластичность, выразительность).
3. Развить танцевальную память, внимание, мышление.

4. Развить артистические качества.

**Воспитательные:**

1. Воспитать трудолюбие, ответственность, дисциплину, коммуникативность.
2. Воспитать волевые качества: способность добиваться результата, совершенствовать свое мастерство.

**1.3. Содержание программы**  
**Учебный тематический план**

№	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Введение в танец	4	2	2	Наблюдение, беседа
2.	Интервалы	40	4	36	Наблюдение
3.	Партерная гимнастика	44	8	36	Наблюдение, открытый урок
4.	Акробатические упражнения	56	8	46	Наблюдение, открытый урок
	<b>Итого</b>	144	22	122	

**Содержание**

**Тема 1. Введение в танец.**

**Теория:** правила поведения на занятиях. Изучение требований к занятиям. Время начала занятий. Форма репетиционной одежды. Санитарно-гигиенические требования.

**Практика:** знакомство. Игра-знакомство в кругу, «Чем мы похожи», «Интервью», «Снежный ком», «Расскажи, игрушка».

**Тема 2. Интервалы.**

**Теория:** понятие – «рисунок танца», перестроения в рисунках танцев, основные принципы ориентации в пространстве: точки класса, коллективное взаимодействие.

**Практика:** игры и этюды на ориентацию в пространстве, перестроения в рисунках: «Строим дом», «Найди себя», «Паровозик», «Змея», «Танец в кругу».

**Тема 3. Партерная гимнастика.**

**Теория:** последовательность выполнения упражнений для развития выворотности, гибкости, растяжки, подъема.

**Практика:** упражнения для развития выворотности.

Упражнения: «Лягушка», «Черепашка», «Бабочка». Упражнения для развития гибкости из положений: сидя, лежа, на боку, «Кошечка»,

«Лодочка», «Рыбка». Упражнения для развития растяжки, шпагаты. Упражнения для развития подъема, «Вытянутые стопы». Упражнения для развития шага, «Броски». Упражнения для укрепления мышц пресса, «Скамеечка», «Горка». «Повороты корпуса», махи в сторону на боку. Упражнение «Складочка». Упражнения на гибкость с лентами. Упражнения для развития выворотности с мячами. Упражнения с использованием эластичной ленты, жгута. Упражнения в развитии с добавлением координации головы и рук. Расслабление и дыхание, «Надуй мяч».

#### **Тема 4. Акробатические упражнения.**

**Теория:** последовательность и техника выполнения акробатических упражнений: «Шпагаты», «Колесо», «Мостик», «Стойка на лопатках», «Стойка на руках» у стенки, «Кувырок вперед».

**Практика:** «Шпагаты» (с правой, с левой, поперечный); «Мостик». «Стойка на лопатках». «Стойка на руках» у стенки. «Кувырок вперед». Силовые упражнения: «отжимания». Приседания, упор лежа. Упражнения с использованием скакалки. Упражнения на развитие устойчивости «Цапля».. Прыжки с разножкой. Упражнения на развитие силы голеностопа. Упражнения на равновесие. Игровые образы в акробатике, «Обезьянка». Открытый урок.

### **1.4. Планируемые результаты**

#### **Предметные:**

- будет сформирована начальная мотивация к обучению;
- будут сформированы начальные эстетические потребности;
- овладение начальными навыками коллективного исполнения композиций в простейших рисунках танца;
- владение элементарными знаниями танцевальной теории.

#### **Метапредметные:**

- будет развита самооценка учащихся;
- будут развиты начальные танцевальные способности (растяжка, пластичность, выразительность);
- будет развита танцевальная память, внимание, мышление;
- будут развиты артистические качества.

#### **Личностные:**

- будет воспитано трудолюбие, ответственность, дисциплину, коммуникативность.
- будут воспитаны волевые качества: способность добиваться результата, совершенствовать свое мастерство.

### 3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

#### 2.1. Календарный учебный график

Период обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
год обучения	02.09.2024	31.05.2025	36	144	2 раза в неделю по 2 часа

#### 2.2. Условия реализации программы:

##### Материально-техническое обеспечение программы:

- просторный зал с зеркалами;
- музыкальный центр;
- CD с записью танцевальной музыки;
- прорезиненные коврики;
- мячи, ленты, скакалки;
- репетиционная форма, танцевальная обувь.

**Кадровое обеспечение:** кадровое обеспечение разработки и реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы осуществляется педагогами дополнительного образования, что закрепляется Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

##### Информационное обеспечение:

Для проведения занятий понадобятся: сказки, стихи; подборка музыкальных произведений; подборка упражнений и этюдов.

#### 2.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

Система контроля освоения содержания программы включает в себя:

- входной контроль проводится в начале обучения в форме наблюдения, просмотра;
- тематический контроль проводится в форме наблюдения педагога за усвоением учащимися теоретических понятий, практических танцевальных навыков;
- итоговый контроль проводится в форме открытого урока. Педагогом проверяется усвоение теоретических понятий и практических навыков.

Результаты определяются по трем уровням освоения программы: низкий, средний, высокий.

**Промежуточная (итоговая) аттестация** проводится в конце года в соответствии с разработанными критериями оценки результатов в форме открытого урока.

**Оценочные материалы:**

1. Карта выявления уровня хореографических способностей (Приложение 1).
2. Карта предварительного контроля (Приложение 2).

**Методические материалы:**

**Методическое обеспечение программы**

№	Тема программы	Форма занятия	Методы и приемы, технологии	Дидактический материал
1	Введение в танец	Занятие – игра.	Словесный (беседа), игровой; выполнение упражнений. Игровые технологии. Технология сотрудничества.	Фотографии детских танцевальных коллективов Санкт – Петербурга.
2	Интервалы	Практическая работа с элементами беседы и игры.	Словесный (объяснение); игровой; наглядный (показ педагога); репродуктивный (повторение упражнений). Игровые технологии.	Потапчук А.А., Т.С. Овчинникова «Двигательный игротренинг для дошкольников», СПб «Речь», 2009 г. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г., «Са Фи Дансе» танцевально-игровая гимнастика для детей, СПб «Детство-пресс», 2001 г. Смирнова Т.А. «
3	Партерная гимнастика	Практическая работа элементами беседы и игры.	Словесный (объяснение); игровой; наглядный (показ педагога); практический (выполнение упражнений). Технологии здоровьесбережения.	Конорова Е.В. «Занятия по ритмике в I и IV классах музыкальной школы». Выпуск 2; Руднева С.Д. Фиш 3. «Ритмика. Музыкальное движение».
4	Акробатические	Практическая	Словесный, игровой,	«Гармоничное развитие

	упражнения	работа с элементами беседы и игры.	наглядный, повторение упражнений.	детей средствами гимнастики». Физическая культура, Москва «Просвещение», 2005г.
--	------------	------------------------------------	-----------------------------------	---

### **Формы организации образовательного процесса:**

В преподавании используются технологии и методы активного обучения: командная работа (работа в малых группах), индивидуальная работа (сольные партии).

Ведущими методами обучения учащихся танцевальному искусству являются:

- показ движений;
- объяснение методики исполнения движений современного танца;
- задания на импровизацию;
- танцевальная игра;
- постановка танцевальных композиций;
- просмотр видео материалов.

Такая организация учебного процесса дает обучающемуся комплекс знаний и умений по хореографии, культурно обогащает, прививает любовь к искусству, к творчеству, прививает способность понимать сущность хореографической деятельности, самостоятельно решать разнообразные задачи, готовит к выбору профессионального образования в средне-специальных и высших учебных заведениях.

### **Методы мотивации учащихся:**

- создание игровой ситуации, наличие общения;
- использование ассоциативного восприятия в процессе обучения;
- состязательности - наличие проблемного поля;
- создание ситуации успеха;
- соблюдение соревновательных правил, определение оценок деятельности;
- сотрудничество и сотворчество - отношение доверия и уважения, использование совета, умение выслушать мнение.

### **Методы контроля достижений учащихся**

Контроль позволяет определить эффективность обучения по программе, обсудить результаты, внести изменения в учебный процесс. Контроль позволяет учащимся, родителям, педагогам увидеть результаты своего труда, что создает хороший психологический климат в коллективе.

### **Педагогические технологии**

#### **1. Технология здоровьесберегающего обучения.**

Для занятий хореографией мною принимаются учащиеся с различными физическими данными, поэтому возникает необходимость на уроках заниматься как общим физическим развитием, так и исправлением (коррекцией) физических недостатков. Формирование правильной техники исполнения движений создает и совершенную, в смысле «скульптурности», форму тела. В процессе обучения в коллективе формируются необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни.

#### **2. Технология обучения в сотрудничестве и развивающее обучение.**

Данная технология позволяет организовать обучение учащихся в тех формах, которые традиционно применяются на занятиях хореографией. Технология обучения в сотрудничестве на занятиях по хореографии включает индивидуально-групповую работу и командно-игровую работу

##### **Занятие состоит из трёх частей:**

- I часть включает построение, приветствие, разогрев мышц, дыхания, подготовку к основной деятельности и занимает 1/3 урочного времени.
- II часть, самая длительная, состоит из повторения, закрепления пройденного материала, разучивания новых упражнений, движений и танцевальных комбинаций, занимает 1/2 времени от урока;
- III часть состоит из танцевально-музыкальных игр и занимает 1/6 времени от урока.
- Занятия проводятся в игровой форме.

### **3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

#### **Литература для педагога:**

1. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5-7 лет творчества в танце. Пособие для музыкальных руководителей детских садов. - М.: Издательство «Гном и Д», 2004. - 120 с.

2. Деникаева О.В. Развитие ребёнка средствами хореографии: Сборник учебных программ: Выпуск. 3; Объединение «Дворец молодёжи». - Екатеринбург, 2000. - 50 с.

3. Калашникова Т. И. Программа музыкально-ритмического воспитания. – ИГПК №1, 2007.

4. Конорева Е.В. Методическое пособие по ритмике в I и II классах музыкальной школы. Выпуск 1. - М.: Музыка, 1972.

5. Конорева Е.В. Занятия по ритмике в I и IV классах музыкальной школы. Выпуск 2. - М.: Музыка, 1973.

6. Костровицкая В. Сто уроков классического танца, СПб., 2009.

7. Лисицкая Т. Пластика, ритм. — М.: Физкультура и спорт, 2005.

8. Лифшиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. — М.: Академия, 2009.

9. Потапчук А.А., Т.С. Овчинникова «Двигательный игротренинг для дошкольников», СПб «Речь», 2009 г.

10. Руднева С. и Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение М., «Просвещение», 1972. - 334 с.

11. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие, Москва, Владос, 2008)

12. Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие, СПб, Детство-пресс, 2001.

#### **Литература для учащихся и родителей:**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии, Москва: Айрис Пресс, 2009.

2. Портнов Г. «Ну-ка, дети, встаньте в круг! Танцы народов мира» Пособие для преподавателей ритмики и хореографии, Москва, «Просвещение», 2011 г.

3. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать» Для средних специальных учебных заведений, Москва «Просвещение», 2013г.

4. Я вхожу в мир искусств. Этика и воспитание: от самооценки к самосовершенствованию. Методическое пособие. – 10 (62)/2002, М.

#### **Список электронных ресурсов сети Интернет**

<i>№</i>	<i>Ссылка сайта</i>	<i>Краткое описание</i>
1.	<a href="http://www.yandex.ru.video">www.yandex.ru.video</a>	Видеоролики по темам
2.	<a href="http://www.encyclopaedia.bigru.ru">www.encyclopaedia.bigru.ru</a>	Информационные материалы по темам
3.	<a href="http://www.alldanceworld.ru">www.alldanceworld.ru</a>	Материалы по современному танцу
4.	<a href="http://www.golbis.com">www.golbis.com</a>	Материалы по классическому танцу
5.	<a href="http://www.costumer.narod.ru">www.costumer.narod.ru</a>	Материалы на тему народных костюмов и традиций
6.	<a href="http://www.dic.academic.ru">www.dic.academic.ru</a>	Материалы по классическому танцу

7.	<a href="http://www.encyclopaedia-russia.ru">www.encyclopaedia-russia.ru</a>	Энциклопедические материалы по темам
8.	<a href="http://www.ololo.fm">www.ololo.fm</a> <a href="http://dream-and-dance.com">http://dream-and-dance.com.</a>	Материалы о современных танцевальных направлениях

## Приложение 1

### Карта выявления уровня хореографических способностей

№	Описание составляющих	Шкала оценки					
		Качество отсутствует	Качество выражено очень слабо на уровне первичного знания	Качество выражено очень слабо на уровне знаний	Качество выражено о в средней степени на уровне первичного навыка	Качество выражено в средней степени на уровне навыка (применяет на практике)	Качество выражено в высокой степени на уровне уверенного применения на практике
		0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
1	Развитие физических данных						
	<i>гибкость</i>						
	<i>выворотность</i>						
	<i>прыжок</i>						
	<i>растяжка</i>						
	<i>выносливость</i>						
	<i>равновесие</i>						
	<i>шаг</i>						
	<b>Средний балл:</b>						
2	Знание основных хореографических навыков и умение их применять на практике						
	<i>постановка корпуса</i>						
	<i>понятие "втянутое колено"</i>						
	<i>понятие "вытянутый подъем", "птичка"</i>						
	<i>Понятие «лягушка, бабочка», «шагат»</i>						
	<i>основные позиции ног</i>						
	<i>основные позиции рук</i>						
	<i>термины различных техник танца, согласно году обучения</i>						
	<b>Средний балл:</b>						
3	Пространственная ориентация						
	<i>понятия "ближний круг", "дальний круг"</i>						
	<i>интервал</i>						
	<i>ракурс</i>						
	<i>умение держать рисунок</i>						
	<i>точность перестроения</i>						
	<i>чувство партнёра</i>						
	<b>Средний балл:</b>						
4	Психофизиологическое развитие						
	<i>развитие чувства ритма</i>						

Карта входного контроля

<b>Фамилия имя</b>		
<b>Сколько полных лет, месяцев</b>		
<b>Рост</b>		
<b>Вес</b>		
Строение тела		
Осанка		
Выворотность		
Стопа		
Балетный шаг		
Гибкость тела		
Прыжок		
Координация движений		
Музыкально-ритмическая координация		
Устойчивость		
Темперамент		
Особые отметки		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 706699936057990200889301522920754506789801582750

Владелец Булычева Оксана Викторовна

Действителен с 27.03.2024 по 27.03.2025