

**Муниципальное автономное учреждение  
дополнительного образования  
«ДОРОХОВСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ»**

**Принято**  
Педагогическим советом  
МАУДО «Дороховская ДШИ»  
Протокол № 1 от 29.08.2023г.

**Утверждено**  
Директор МАУДО «Дороховская  
ДШИ» *А.А. Немцева*  
01.09.2023г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА**

**«Хореография»**

Срок реализации: 2 года

Возраст детей: от 4 - 5 лет

п.Дорохово.2023г.

Составитель: преподаватель МАУ ДО «Дороховская ДШИ» Суравьёва О.Ю.

## СТРУКТУРА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1. Пояснительная записка.
2. Объемы и сроки освоения образовательной программы
3. Форма проведения учебных аудиторных занятий.
4. Цели и задачи образовательной программы.
5. Содержание учебного предмета.
6. Требования к уровню подготовки обучающихся.
7. Форма и содержание итоговой аттестации.
8. Методическое обеспечение учебного процесса.
9. Список рекомендуемой учебно-методической литературы.

## 1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая образовательная программа в области хореографического искусства «Подготовительное отделение «Хореография»»; определяет содержание и организацию образовательного процесса в образовательном учреждении, направлена на творческое, эстетическое, духовно-нравственное развитие обучающегося, создание основы для приобретения ребёнком опыта танцевально-исполнительской практики, самостоятельной работы по изучению и постижению хореографического искусства.

Учебный план дополнительной общеразвивающей образовательной программы в области хореографического искусства «Подготовительное отделение «Хореография»» предусматривает следующие предметы:

1. "Ритмика";
2. "Гимнастика";
3. "Детский танец»;

Срок реализации программы «Подготовительное отделение «Хореография»» составляет 2 года. При составлении дополнительной общеразвивающей образовательной программы в области хореографического искусства «Подготовительное отделение «Хореография» учитывались исторические, национальные традиции подготовки кадров в области хореографического искусства, а также имеющиеся финансовые ресурсы. При изучении учебных предметов не предусматривается объем часов времени на самостоятельную работу обучающихся.

Программа разработана с учетом: -обеспечения преемственности программы «Подготовительное отделение «Хореография»» и общеразвивающей программы Эстетический класс «Хореографическое искусство»; -сохранение единства образовательного пространства Российской Федерации в сфере культуры и искусства.

Срок освоения программы «Подготовительное отделение «Хореография»» для детей, поступивших в образовательное учреждение от 4 лет, составляет 2 года.

## 2. Объемы и сроки освоения образовательной программы

№ п/п	Наименование предметной области/учебного предмет	Годы обучения (к лассы), количество ауд. итговых часов в неделю		Общее количество часов
		1	2	
1	Учебные предметы исполнительской подготовки:	3	3	
1.1	Ритмика	1	1	38
1.2	Гимнастика	1	1	38
1.3	Детский танец.	1	1	38
	Всего	3	3	

## 3. Форма проведения учебных аудиторных занятий

Занятия по предмету «Гимнастика» проводятся в форме мелкогрупповых занятий 1 раз в неделю по 1 часу. Численность группы от 4 до 8 человек. Продолжительность урока 30 минут

Занятия по предмету «Ритмика» проводятся в мелкогрупповой форме от 4 до 8 человек 1 раза в неделю по 1 часу.

Занятия по предмету «Детский танец. Подготовка концертных номеров» проводятся в форме групповых занятий от 8 человек, 1 раз в неделю по 1 часу

## 4. Цели и задачи образовательной программы

Цель программы «Подготовительное отделение «Хореография»» правильное физическое развитие детей, способствует более глубокому эмоционально -осознанному восприятию музыки, большей

тонкостислышания и различения отдельных музыкально -  
выразительных средств, пониманию музыкальных стилей и жанров.

Ее освоение способствует:

- формированию общей культуры детей;
- музыкального вкуса; - навыков коллективного общения;
- развитию двигательного аппарата; - раскрытию индивидуальности;
- выявление одаренных детей в данном возрасте.
- создание условий для художественного образования;
- приобретение детьми знаний, умений и навыков в области хореографического исполнительства; - приобретение детьми опыта в творческой деятельности;
- эстетического воспитания, духовно -нравственного развития детей.

Задачи программы:

- воспитание и развитие у обучающихся личностных качеств, развитии мотивации к познанию и творчеству;
- формирование у обучающихся эстетических взглядов, нравственных установок и потребности общения с духовными ценностями;
- формирование у обучающихся умения самостоятельно воспринимать и оценивать культурные ценности;
- воспитание детей в творческой атмосфере, обстановке доброжелательности, эмоционально -нравственной отзывчивости, а также профессиональной требовательности;
- выработку у обучающихся личностных качеств, способствующих освоению в соответствии с программными требованиями учебной информации
- формированию навыков взаимодействия с преподавателями и обучающимися в образовательном процессе,

-сформировать уважительные отношения к иному мнению и художественно-эстетическим взглядам, пониманию причин успеха/неуспеха собственной учебной деятельности,

- определению наиболее эффективных способов достижения результата.

## 5. Содержание учебного предмета

Содержание программы изложено в развитии от простого к сложному.

Изложение носит рекомендательный характер, что дает преподавателю возможность применить творческий подход в обучении детей гимнастике с учетом особенностей психологического и физического развития детей от 5 лет, их природных особенностей.

Программа отражает разнообразие специальных упражнений для выработки большого числа новых все усложняющихся двигательных навыков, а также возможность индивидуального подхода к каждому ученику.

Преподаватель в работе должен учитывать, что большинство упражнений предназначаются для исполнения, а остальные – для работы в классе или просто ознакомления. Следовательно, преподаватель может устанавливать степень завершенности работы по освоению движений гимнастики

В Гимнастике требуются определенные навыки владения своим телом такие как:

- ловкость;

- гибкость;

- сила мышц;

- быстрота реакции; -

координация движений.

Предмет «Ритмика» наполняют темы, составленные с учетом возрастных возможностей детей. Формирование у учащихся умений и навыков происходит постепенно: от знакомства с музыкальной ритмикой, изучения основ хореографии до исполнения хореографических движений, комбинаций и композиций.

Содержание программы группируется по четырем направлениям (видам деятельности):

1. Основы музыкальной грамоты. Главная цель – научить ребенка слушать и слышать музыку и эмоционально откликаться на нее.

2. Упражнения на ориентировку в пространстве. Обучение ребенка ориентироваться на танцевальной площадке, с легкостью перестраиваться из рисунка в рисунок, работая сообща в коллективе детей.

3. Танцевальные движения. Основа данного курса, является подготовкой к последующим выступлениям на сцене. Используются не сложные элементы. Которые составляют основу современных детских композиций.

4. Музыкально - ритмические игры. Форма игры создает условия для раскрытия эмоционального мира каждого ребенка и усвоения им необходимых знаний и понятий. В процессе игры создаются условия для общения детей в паре, в группе, проявляются личностные качества, а педагог в процессе игры может корректировать отношения между детьми, активизировать творческую деятельность группы, создавать условия для наиболее полного проявления каждого ребенка в рамках заданных правил.

### Первый год обучения

№	Наименование разделов, тем	Общее кол-во часов	Теоретич. занятия	Практич. занятия
	Гимнастика	38		
	Теория дисциплины		1	
1	Основные задачи гимнастики			
	<b>Элементы партерной гимнастики ( исполняются на гимнастических ковриках)</b>			
1	Упражнения, укрепляющие мышцы спины			3
2	Упражнения, развивающие подъем стопы.			3
3	Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.			3
4	Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.			3
5	Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов.			3
6	Упражнения, развивающие выворотность ног.			3
7	Упражнения, на растягивание мышц и связок и раз витие танцевального шага.			4
	<b>Упражнения на развитие отдельных групп мышц и</b>			

	<b>подвижности суставов</b>			
8	Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.			3
9	Упражнения для развития плечевого сустава и рук.			4
10	Упражнения на развитие поясничного пояса.			4
11	Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.			4
	<b>Ритмика</b>	38		
	<b>Музыкально-ритмические игры.</b>			
1	Упражнения, игры и метр.			2
2	Упражнения, игры и фразировка.			2
3	Упражнения, игры и темп.			2
4	Упражнения, игры и характер музыкального произведения, игры и динамика.			5
5	Упражнения, игры и характер музыкального произведения.			4
6	Упражнения на середине зала. Маршировка в темпе и ритме музыки.			4
7	Упражнения на середине зала. Шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево			5
8	Упражнения на середине зала. Повороты на месте.			4
9	Упражнения на середине зала. Повороты на месте, продвижение в углах, с прыжками			5
10	Упражнения на середине зала. Фигурная маршировка с перестроением			5
	<b>Танец</b>	38		
	<b>Ориентационно-пространственные упражнения.</b>			
1	Изучение одноплановых рисунков и фигур			10
	<b>Танцевальные элементы.</b>			
1	Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки.			12
2	Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.			13
	<b>Постановочная работа.</b>			
	Открытый урок – 1 час в триместр.			3



	Общее количество часов.	114		
--	-------------------------	-----	--	--

## Второй год обучения

№	Наименование разделов, тем	Общее к ол-во часов	Теоретич. занятия	Практич .занятия
	Гимнастика	38		
	Теория дисциплины			
1	Техника безопасности в хореографическом классе		1	
	<b>Элементы партерной гимнастики ( исполняются на гимнастических ковриках)</b>			
1	Упражнения, укрепляющие мышцы спины			3
2	Упражнения, развивающие подъем стопы.			3
3	Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.			3
4	Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.			3
5	Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов.			3
6	Упражнения, развивающие выворотность ног.			4
7	Упражнения, на растягивание мышц и связок и раз витие танцевального шага.			3
	<b>Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов</b>			
8	Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.			3
9	Упражнения для развития плечевого сустава и рук.			4
10	Упражнения на развитие поясничного пояса.			4
11	Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.			4
	<b>Ритмика</b>	38		

	<b>Музыкально-ритмические игры.</b>			
1	Упражнения, игры и метр.			2
2	Упражнения, игры и фразировка.			2
3	Упражнения, игры и темп.			2
4	Упражнения, игры и характер музыкального произведения, игры и динамика.			4
5	Упражнения, игры и характер музыкального произведения.			4
6	Упражнения на середине зала. Маршировка в темпе и ритме музыки.			5
7	Упражнения на середине зала. Шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево			5
8	Упражнения на середине зала. Повороты на месте.			4
9	Упражнения на середине зала. Повороты на месте, продвижение в углах, с прыжками			5
10	Упражнения на середине зала. Фигурная маршировка с перестроением			5
	<b>Танец</b>	38		
	<b>Ориентационно-пространственные упражнения.</b>			
1	Изучение одноплановых рисунков и фигур			12
	<b>Танцевальные элементы.</b>			
1	Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки.			10
2	Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.			13
	<b>Постановочная работа.</b>			
	Открытый урок – 1 час в триместр.			3
	Общее количество часов.	114		

## 6. Требования к уровню подготовки обучающихся

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения программы учебного предмета «Гимнастика» и «Ритмика», и предполагает формирование знаний, умений и навыков, таких как:

- знание правил безопасности при выполнении физических упражнений
- умение выполнять комплексы упражнений;
- владение комплексом упражнений на развитие гибкости корпуса;
- навыки координации движений;
- представление о сценической площадке, рисунке танца, слаженности и культуре исполнения танца;
- навыки исполнения танцевальных движений, комбинаций и композиций

Уровень подготовки обучающихся является уровнем результатом освоения программы учебного предмета «Детский танец. Подготовка концертных номеров», который определяется формированием комплекса знаний, умений и навыков, таких как:

- умение работать в танцевальном коллективе;
- умение видеть, анализировать и исправлять ошибки исполнения
- умение понимать и исполнять указание преподавателя.

## **7. Форма и содержание итоговой аттестации**

Освоение обучающимися дополнительной общеразвивающей образовательной программы в области хореографического искусства «Подготовительное отделение «Хореография»», завершается итоговой аттестацией обучающихся, проводимой ДШИ в форме открытого урока по предметам «Ритмика», «Гимнастика»; в форме отчетного концерта по предметам «Детский танец. Подготовка концертных номеров».

Требования к содержанию итоговой аттестации обучающихся определяются образовательным учреждением. Итоговая аттестация проводится в форме контрольных уроков:

- 1) Ритмика;
- 2) Гимнастика;
- 3) Детский танец/ Подготовка концертных номеров.

Учащийся должен продемонстрировать знания, умения и навыки в соответствии с программными требованиями хореографического репертуара; умение исполнять различные виды танца, навыки музыкально-пластического

интонирования; навыки публичных выступлений; наличие кругозора в области хореографического искусства и культуры.

## 8. Методическое обеспечение учебного процесса

В работе с учащимися преподаватель должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала. Весь процесс обучения должен быть основан на выполнении известных правил: от простого к сложному, от легкого к трудному, от известного к неизвестному. Содержание процесса обучения на уроках гимнастики, в соответствии с основополагающими принципами педагогической науки, должно иметь воспитательный характер и базироваться на дидактических принципах сознательности и активности, систематичности и последовательности прочного освоения основ изучаемого предмета.

Приступая к обучению, преподаватель должен исходить из физических возможностей ребенка. Необходимым условием для успешного обучения является формирование у ученика уже на начальном этапе правильной постановки корпуса. Рук, ног и головы. С первых уроков полезно ученику рассказывать об анатомическом строении тела, о роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни.

Преподаватель в занятиях с учеником помогает учащимся увидеть образ движения. Ученик впитывает, как губка, все впечатления от действий педагога, поэтому все поведение педагога на уроке должно строиться, как положительный образец правильного отношения к общему делу, а показ должен быть точным, подробным и качественным. Показом надо пользоваться умело – т.е. не злоупотреблять им в тех случаях. Когда в нем нет необходимости. Нет смысла показывать движение, которое хорошо известно; это снижает интерес к занятиям и ничего не дает для развития памяти учеников.

Правильная организация учебного процесса, успешное и всестороннее развитие данных ученика зависят непосредственно от того, насколько тщательно спланирована работа, поэтому, готовясь к уроку, преподаватель должен, прежде всего, определить его направленность.

Для самоконтроля за упражнениями необходимо проводить занятия перед зеркалом. Однако занятия перед зеркалом следует чередовать с занятиями без зеркала, чтобы учащиеся учились контролировать свои движения лишь с помощью мышечного чувства.

Одна из самых главных методических задач преподавателя состоит в том, чтобы научить ребенка работать самостоятельно. Творческие задачи развивают такие важные для любого вида деятельности личные качества, как воображение, мышление, увлеченность, трудолюбие, активность, инициативность, самостоятельность. Эти качества необходимы для организации грамотной самостоятельной работы, которая позволяет значительно активизировать учебный процесс.

## **9. Список рекомендуемой учебно-методической литературы.**

1. Колтановский А., Брыкин А. «Общеразвивающие и специальные упражнения». М. 1973г.
2. Левин М.В. «Гимнастика в хореографической школе» Терра спортМ. 2001г.
3. Сивакова Д.А. «Уроки художественной гимнастики», «Физкультура и спорт» М. 1968г.
4. Миловзорова М.С. «Анатомия и физиология человека» МедицинаМ. 1972г.
5. Лисицкая Т.С. «Хореография в гимнастике» Физкультура и спортМ. 1984г.
6. Вихрева Н.А. «Экзерсис на полу» Сборник МГАХ М. 2004г.
7. Васильева-Рождественская М.В. «Историко-бытовой танец»М. Искусство1963г.
8. Васильева Д.Т. «Танец» М. Искусство 1968г.
9. Уральская В.И. «Рождение танца» 1982г.
10. Балет. Энциклопедия. - М.: Советская энциклопедия, 1981.
11. Блок В.М. и Португалов К.П. Русская и советская музыка. –М.: Просвещение, 1977.
12. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Издательство «Лань». 2001
13. Всероссийский конкурс хореографических коллективов. - М., 2005.
14. Гваттерини М. Алфавит балета. – М., 2001.
15. Детская энциклопедия «Балет», М.: Астрель Аст 2001.
16. Дени Г., Дассевиль Л. Все танцы. – Киев: Музыка, 1983.

17. Дешкова И. Загадки Терпсихоры. – М: Детская литература, 1989.
18. Колесникова А.В. Бал в России: XVIII – начало XX века. – СПб.: Азбука-классика, 2005. 19. Комиссаржевский Ф.Ф. История костюма. – Мн.: Современ.литератор, 1999.
20. Кристерсон Х. Х. Танец в спектакле драматического театра. – Л.: Искусство, 1952. 21. Макдональд Ф. Одежда и украшения. – М.: ООО «Издательство Астрель», 2002.
22. Пасютинская В. Волшебный мир театра. - М.: Просвещение, 1985.
23. Полная энциклопедия быта русского народа. Том 1,2 . - М; 1998.
24. Сидоренко В.И. История стилей в искусстве и costume. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. 25. Шерман Р. Классическая музыка. Современная энциклопедия. – М.: АСТ: астель, 2009.

### **Интернет-ресурсы**

1. Методические и дидактические разработки по хореографии.  
( Электронный ресурс) <http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html>.
2. Музыка для танцев, развивающие игры для детей, гимнастика в стихах, методические пособия для педагога – хореографа. ( Электронный ресурс) <http://horeograf.ucoz.ru/blog>.
3. О методике партерного экзерсиса-«Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу».  
( Электронный ресурс) [http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika\\_raboty\\_s\\_detmi\\_metodicheskoe\\_posobie\\_quot\\_ot\\_ritmiki\\_k\\_tancu\\_quot/2011-12-08-1](http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot_ot_ritmiki_k_tancu_quot/2011-12-08-1)
4. Материал из Википедии — свободной энциклопедии-  
( Электронный ресурс) <http://ru.wikipedia.org>
5. Танец от древнейших времен до наших дней: виртуальная галерея ( Электронный ресурс) <http://www.gallery.balletmusic.ru> –
6. Балетная и танцевальная музыка ( Электронный ресурс) <http://www.balletmusic.ru> -Balletmusic:
7. Журнал «Балет» - ( Электронный ресурс) <http://www.russianballet.ru>:-
8. Хореографическое искусство. Государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования (базовый уровень)-( Электронный ресурс) <http://window.edu.ru/resource/438/51438>

9. Канал «Живи!». Видео занятия «Танцы для детей» (25 уроков) –( Электронный ресурс) (Тренер Максим Юров Динамичный проводит обучающий курс для детей от 8 до 15 лет. Помогает сделать первые шаги в освоении модных танцевальных направлений: хип-хоп, регги-данс-холл, джаз)  
[https://www.youtube.com/playlist?list=PLaqY\\_eh\\_i59oZqm2Ah546aGs\\_DKvgnq3](https://www.youtube.com/playlist?list=PLaqY_eh_i59oZqm2Ah546aGs_DKvgnq3)

10. Видео уроки по хип-хопу, тренер Д. Никитин - ( Электронный ресурс)(7 видео уроков по хипхопу: базовые движения. 3 вида кача: коленями, тазомикорпусом, совмещение простейших передвижений с базовым качем, раннингмен, крис крос, роджер реббит) <https://dancedb.ru/hip-hop/education/video/382/#tempVideo>

11. Веселая зарядка – Видео с танцевальными движениями - ( Электронный ресурс)  
[https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=31&v=3ILs\\_uu5arQ&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=emb_logo)