

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Белоярская СШ»

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР

Бахтина В.Е. _____

28 августа 2025

УТВЕРЖДЕНО

Приказ МБОУ «Белоярская СШ»

№103/1 от 29.08.2025

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
художественной направленности
«Здравствуй – это Я»

Срок реализации: 1 год
Возраст учащихся: 7-12 лет

Автор-составитель:
Заика О.А.,
педагог дополнительного образования

с. Белый Яр, 2025

СОДЕРЖАНИЕ

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

- Направленность
- Актуальность
- Цель программы
- Задачи
- Прогнозируемые результаты
- Способы и формы проверки результатов
- Возраст учащихся, возрастные особенности
- Формы занятий
- Форма обучения
- Объем программы

II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

- Учебно-тематический план
- Содержание обучения

III. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

- Календарный учебный график
- Рабочая программа (КТП)
- Методическое обеспечение программы
- Условия реализации программы
- Формы аттестации
- Список литературы

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1. Беседа об Айседоре Дункан

Приложение 2. Протокол результатов промежуточной аттестации воспитанников детского объединения

I.

II. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Здравствуй, это я!» художественной направленности разработана на основе образовательной программы по дисциплине «Характерный танец, предполагающий системный синтез элементов танцев различных народностей на основе классического танца», утверждена Министерством Образования Российской Федерации, рекомендовано для хореографических коллективов и образовательных учреждений.

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года, № 273-ФЗ;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации № 678-р от 31.03.2022;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 N 61573);
- Уставом Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Белоярская средняя школа».

Адресат программы: обучающиеся 7-14 лет, в количестве от 15 человек.

Уровень освоения программы: базовый.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству, приобщению детей к здоровому образу жизни и к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития. Программа позволяет пробудить в детях интерес к культуре и искусству, построение образовательного процесса и предложенные в программе комплексы упражнений помогают приобщать их к здоровому образу жизни.

Цель: развитие музыкально-ритмических и двигательных способностей обучающихся, младшего школьного возраста через занятия хореографией, приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям, культуре и искусству.

Задачи:

1. Познакомить с основами хореографической культуры;
2. Познакомить с правилами исполнения основных движений;
3. Научить основным элементам танца;
4. Научить самостоятельно двигаться под музыку с помощью различных танцевальных движений;
5. Развивать творческие способности детей на основе личностно-ориентированного подхода;
6. Привить любовь к культуре и искусству.

Планируемые результаты

В конце обучения

должны знать:

- основы хореографии;
- правила исполнения основных движений;
- основные упражнения и движения для постановки хореографических связок;

должны уметь:

- исполнять движения, сохраняя при этом правильную осанку;
- легко и свободно использовать в импровизации разнообразные движения;
- ориентироваться в пространстве без помощи;
- выразительно исполнять движения.

Личностными результатами обучение по программе являются:

- развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;
- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей;

У учащихся формируются умения:

- высказывать личностно-оценочные суждения о роли хореографии в жизни;
- решать творческие задачи;
- проявлять творческую инициативу в различных сферах художественно-творческой деятельности, в художественно-эстетической жизни;

Способы и формы проверки результатов:

Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы проводится в форме:

- контрольных занятий;
- тестирование (приложение 1);
- концертных выступлений;
- участие в представлениях для детей, смотрах и фестивалях как районного, так и республиканского значения.

Возраст обучающихся: 7-14 лет.

Формы занятий: Аудиторные. Занятия проводятся по группам.

Форма обучения: очная

Объём программы: Программа рассчитана на 1 год, 144 часа. Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 занятия. Продолжительность одного занятия для учащихся 7,8 лет – не более 30 мин. Для учащихся 9-12 лет по 40 мин.

III.Содержание программы

Учебный план

№	Разделы	Кол часов	Теория	Практика	Формы контроля
1.	Вводное занятие.	2	1	1	
2.	Азбука музыкального сопровождения, азбука танцевального движения. Развитие музыкальности	4	2	2	Опрос
3.	Тренаж современной пластики	14	2	12	Наблюдение
4.	Танцы в современных ритмах.	18	-	18	Наблюдение
5.	Постановочная работа.	10	2	8	
6.	Репетиционная работа.	12	-	12	практическая работа
7.	Сценическая практика.	10	2	8	защита творческих этюдов
8.	Подведение итогов	2	1	1	тестирование
Итого		72	10	62	

Содержание

1. Вводное занятие – 2 ч.

Теория: Введение в планирование на учебный год. Правила техники безопасности и поведения в танцевальном зале. Обсуждение репертуара. Формирования у детей исполнительских и творческих способностей.

2. Азбука музыкального сопровождения, азбука танцевального движения.

Развитие музыкальности – 4 ч.

Теория: основы музыкальной грамоты, динамические оттенки; акценты; особенности ритмов; музыкальный размер. Музыкальные жанры: песня, танец, марш. Различие танцев по характеру, темпу, размеру: вальс, полонез, польку.

Практика: Система упражнений, направленная на развитие чувства ритма и музыкального слуха: прослушивание различных ритмов и мелодий, хлопки под музыку, игра «Найди музыкальную фразу». Игра в хлопки с увеличением темпа: хлопки (на сильную долю) становятся громче и увеличивается размах рук, и, наоборот, со снижением темпа все стихает. Отработка элементов техники музыкальной и танцевальной грамоты. Тренаж современной пластики. Упражнения для различных групп мышц, общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений. Разогревающий тренаж (элементы шейпинга, аэробики, хип хопа); по основным законам от простого к сложному; по эстрадным принципам; по возможностям каждого обучающегося.

3. Тренаж современной пластики - 14ч.

Теория: простейшие знания по основным законам драматургии;

Практика: Разогревающий тренаж (элементы шейпинга, аэробики, хип хопа, vog), упражнения для различных групп мышц, общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, для профилактики сколиоза и остеохондроза.

Учебно-тренировочная работа: комплекс упражнений, сопутствующий выработке музыкально – хореографических навыков.

4. Танцы в современных ритмах - 18ч.

Теория: Танцевальная импровизация, творческое задание. Законы драматургии.

Практика: Танцевальная импровизация (творческое задание). Упражнения на развитие артистичности, воображения, фантазии. Импровизация на разнообразные музыкальные темы. Танцевальные этюды. Учебно-тренировочная работа: комплекс упражнений, сопутствующий выработке музыкально – хореографических навыков.

5. Постановочная работа – 10ч.

Теория: Понятия: драматургия, сюжет, композиция, кульминация, художественное воплощение музыкального материала.

Практика: Рождение образов. Постановка танцевальных номеров или этюдов, связок.

Учебно-тренировочная работа: комплекс упражнений, сопутствующий выработке музыкально – хореографических навыков.

6. Репетиционная работа - 12ч.

Теория: Культура поведения на сцене во время репетиций и концертных выступлений.

Практика: Отработка движений танцевального номера. Работа над синхронностью исполнения, точность исполнения фигур, лексики и перестроений в танце. Ориентирование на сценической площадке. Учебно-тренировочная работа: комплекс упражнений, сопутствующий выработке музыкально – хореографических навыков. Проучивание танцев для концертных выступлений.

7. Сценическая практика - 10ч.

Теория: Правила поведения перед, вовремя и после концерта, выступления на сцене. Правильное нанесение сценического грима. Беседы о выдающихся деятелях хореографии.

Практика: Выступления с подготовленными танцевальными номерами на различных концертных площадках. Наложение сценического грима. Работа на сцене. Массовая работа с участниками коллектива.

8. Подведение итогов - 2ч.

Теория: Обсуждение отчетного выступления. Подведение итогов достижений объединения и каждого в отдельности за год.

IV. Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график

Образовательная деятельность	
Направленность	Художественная
Форма освоения	Очная
Количество обучающихся	12 человек
Возраст обучающихся	7-14 лет
Начало учебного года	01.09.2025
Окончание учебного года	25.05.2026
Продолжительность учебного года	36 недель
Количество часов в год	144 часа
Режим работы объединения	В соответствии с расписанием на текущий учебный год
Продолжительность занятия	40 минут
Количество занятий в неделю	3 раза по 2 часа
Аттестационные занятия	Ноябрь-декабрь, апрель-май
Работа на каникулах ведётся по расписанию.	

Клендарно-тематическое планирование

№	Название темы	Планируемая дата	Фактическая дата	Кол – во часов	П	Т
1	Вводное занятие			2	1	1
Азбука музыкального сопровождения – 4 часа						
2	Элементы музыкальной грамоты			2	1	1
3	Упражнения для развития ритма и музыкального слуха			2	1	1
Тренаж современной пластики – 14 часов						
4	Упражнения для развития пластики			2	1	1
5	Упражнения для развития пластики			2	2	-
6	Упражнения для развития пластики			2	2	-
7	Тренаж современной пластики			2	2	1
8	Тренаж современной пластики			2	1	-
9	Тренаж современной пластики			2	2	-
10	Работа над ошибками			2	2	-
Танцы в современных ритмах – 18 часов						
11	Особенности ритмов изучаемых танцев - танцевально-ритмические упражнения			2	2	-
12	Танцевально-ритмические упражнения			2	2	-
13	Танцевально-ритмические упражнения			2	2	-
14	Упражнения для исполнения танцевального репертуара.			2	2	-
15	Изучение направлений современных танцев			2	2	-
16	Изучение направлений современных танцев			2	2	-
17	Проучивание основных шагов в современной хореографии			2	2	-
18	Проучивание основных шагов в современной хореографии			2	2	-
19	Проучивание основных шагов в современной хореографии			2	2	-
Постановочная работа – 10 часов						
20	Танцевальные этюды – постановочная работа			2	1	1
21	Танцевальные этюды – постановочная работа			2	2	-
22	Танцевальные этюды – постановочная работа			2	2	-
23	Танцевальные этюды – постановочная работа			2	1	1
24	Танцевальные этюды – постановочная работа			2	2	-
Репетиционная работа – 12 часов						
25	Репетиционная работа – отработка движений			2	2	-
26	Репетиционная работа – отработка движений			2	2	-
27	Репетиционная работа – отработка движений			2	2	-
28	Репетиционная работа – отработка движений			2	2	-
29	Репетиционная работа – отработка рисунка в танце			2	2	-
30	Репетиционная работа – отработка рисунка в танце			2	2	-
Сценическая практика – 12 часов						
31	Отработка танцевального номера			2	1	1
32	Отработка танцевального номера			2	2	-
33	Сценическая практика			2	1	1

34	Сценическая практика			2	2	-
35	Сценическая практика			2	2	-
36	Подведение итогов			2	1	1
	Итого			72	62	10

Методическое обеспечение

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словесный (устное изложение, беседа, пояснение);
- наглядный (показ мультимедийных и видео материалов, иллюстраций, наблюдение, показ педагогом);
- практический (отработка движений, репетиционные занятия);

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;
- дистанционный (применение дистанционных технологий в программе создает обучающимся условия для свободного доступа к информационным ресурсам, образовательному информационному Интернет - пространству коллектива, где размещается информация для обучающихся и их родителей, например, сайт учреждения, группа в Viber, WhatsApp).

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности, обучающихся на занятиях:

- фронтальная – одновременная работа со всеми обучающимися;
- групповая – отработка движений по группам;
- индивидуальная – индивидуальное выполнение заданий.

Для решения задач используются также следующие методы:

- метод эмоциональной драматургии;
- методы организации деятельности и формирования опыта поведения - приучение, требование, упражнения, воспитывающие ситуации;
- методы стимулирования поведения и деятельности.

Принципы программы:

- связи теории и практики;
- сознательности и активности;
- наглядности;
- образности и ассоциативности.

На занятиях применяются различные педагогические технологии: традиционного обучения, здоровье сберегающие. Также на занятиях активно используются следующие методы и технологии: метод целостного освоения упражнений и движений (использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее; в эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения); ступенчатый метод (практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения движения, улучшения выразительности движения; метод может применяться при изучении сложных движений); игровой метод (используется при проведении музыкально-ритмических дидактических игр, основан на элементах соперничества обучающихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата, повышает эмоциональность обучения).

Технология проектной деятельности: умение работать в коллективе, умение анализировать результаты деятельности, умение определять особенности различных

танцевальных жанров, приобретение навыков импровизации на заданную музыку, умение оценивать свои профессиональные достижения.

Условия реализации программы

Для полного и качественного развития личности, а также, реализации данной программы - необходимо создать условия развития творчества.

Материально-техническое обеспечение: большой светлый класс, специально оборудованный, с хорошей вентиляцией, комната для переодевания, магнитофон, или музыкальный центр; реквизит.

Информационное обеспечение: аудиозаписи используемых композиций; видеозаписи выступлений коллектива для обсуждения, работы над ошибками; Интернет-ресурсы: танец и виды танцевального искусства - <http://mydocx.ru/6-18246.html>; азбука танцев в танцевальном движении - <http://ok.ru/video/65441765682104-2>

Кадровое обеспечение:

Требования к образованию ПДО:

- Среднее профессиональное образование;
- Высшее образование (бакалавриат), профиль должен соответствовать направленности ДОП;
- Дополнительное профессиональное образование – профессиональная переподготовка;
- Дополнительное профессиональное педагогическое образования (м.б. освоена после трудоустройства).

Формы аттестации

Промежуточная аттестация – проводится в декабре и в мае, с целью выявления образовательного и творческого уровня детей.

Аттестация проводится в форме:

- контрольных занятий;
- тестирование;
- концертов;
- участие в представлениях для детей, смотрах и фестивалях как районного, так и республиканского значения.

Список литературы для педагога

1. Михайлова М.А и Н.В Воронина «Танцы, игры, упражнения для красивого движения» г. Ярославль, Академия Холдинг, 2000 г.
2. Петерина С.В. «Воспитание культуры поведения у детей» г. Москва, «Просвещение»
3. Сорокин Б.Ф. «Философия и психология творчества» г. Орел, 2012г.
4. Буренина А. И. «Ритмическая мозаика» 2-е изд., испр. и доп. СПб.: ЛОИРО, 2011.- 220с.
5. «Методические пособия по хореографии педагогов» г. Абакан Государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования "Хакасский государственный университет им. Н.Ф. Катанова" 2019 г.

Список литературы для детей

1. Кристине Мельдаль «Поэтика и практика хореографии» г. Екатеринбург, г. Москва, Кабинетный ученый 2015 г.
3. Зайцев Г. «Твои первые уроки здоровья» М.: Компания Балтрус, 2012 г.
4. Д. Зайфферт «Педагогика и психология танца – заметки хореографа» Издательство «Планета музыки», 2015 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 665813868896249450789253550581075301583087309081

Владелец Ельчанинова Оксана Викторовна

Действителен с 11.09.2024 по 11.09.2025