

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр детского и юношеского музыкально – хореографического искусства
Приморского района Санкт – Петербурга
(ГБУ ДО ЦДЮИ)

ПРИНЯТА
Протокол Педагогического совета
ГБУ ДО ЦДЮИ
№3 от 26.05.2025



УТВЕРЖДЕНА
Приказ от 26.05.2025 № 7/05
Директор ГБУ ДО ЦДЮИ
И.В. Поликарпова

КРАТКОСРОЧНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ПЕРВЫЕ ШАГИ»

Возраст обучающихся: 4-6 лет.
Срок освоения: 8 часов.

Разработчик:
Андреева Мария Романовна,
педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Танцевальная пластика - важное направление для полноценного развития ребенка, особенно дошкольного возраста, так как в момент интенсивного роста движение становится его потребностью.

Краткосрочная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **социально-педагогической направленности «ПЕРВЫЕ ШАГИ»** разработана для реализации в Центре детского и юношеского музыкально-хореографического искусства Приморского района Санкт-Петербурга (ЦДЮИ) в соответствии с современными нормативными документами в сфере образования.

Программа является введением к пониманию музыки и танца. **Актуальность** программы заключается в том, что у ребенка закладываются основы, необходимые для дальнейшего развития музыкальных способностей, физических данных ребенка. Обучаясь основам движения, азам музыкальной грамоты дети учатся слушать и слышать музыку, красиво двигаться, общаться со сверстниками, формируются как творческие личности. В результате стимулируется интерес к музыкальной деятельности и двигательной активности, подвижный и здоровый образ жизни с детства становится привычкой.

Особое внимание при реализации программы обращается на возрастные особенности детей раннего возраста. В жизни человека нет другого такого периода бурного творческого развития, как дошкольный возраст. Дети 4-6 лет свободны от школьных обязанностей и больше времени тратят на познание окружающего мира. Отображение окружающего мира через творческое восприятие и способность к созиданию, овладение определенными умениями и навыками имеет бесценный, уникальный результат. Заложенная в этом возрасте способность к творческому переосмыслению мира делает всю дальнейшую жизнь яркой и наполненной.

Занятия по программе способствуют эстетическому развитию, расширению общего кругозора, формированию музыкального слуха, развивают память. Программа позволяет педагогу в каждом ребенке обнаружить и развить творческие способности. Групповые занятия позволяют расширить диапазон общения детей между собой и со взрослыми.

Игровой подход к обучению облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка. Игровые технологии облегчают процесс запоминания и освоения упражнений, повышают эмоциональный фон занятий, способствуют развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Адресат программы

Данная программа рассчитана на работу с детьми дошкольного возраста 4-6 лет, не имеющих противопоказаний к занятиям по состоянию здоровья. Наличие определенной физической и хореографической подготовки не требуется, т.к. содержание программного материала является адаптированным к возрасту детей.

Объем и срок освоения программы: 4 недели, 8 часов.

Цель программы: развитие творческих и коммуникативных способностей дошкольников, предоставление возможностей к самовыражению через танцевальное творчество.

Задачи

Обучающие:

- учить слышать музыку, согласовывать с ней свои движения;
- познакомить с понятиями «ритм», «темп», «характер» музыки;
- учить пластической выразительности движений через овладение начальными танцевальными навыками;
- разучить простейшие танцевальные движения и их связки.

Развивающие:

- развитие координации движений, общей физической подготовки и специальных танцевальных данных;
- развитие чувства ритма, танцевальности и пластичности;
- развитие способностей к творческому самовыражению;
- развитие памяти, внимания, воображения и образного мышления;

Воспитательные:

- приобщение ребенка к здоровому образу жизни;
- формирование основ коммуникативных навыков;
- воспитание чувства товарищества,
- воспитание уважения к педагогу;
- воспитание дисциплинированности, ответственности, исполнительности.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Условия набора

Принимаются все желающие, специальная подготовка при приеме ребенка в группу не требуется. Непременным условием для желающих заниматься является медицинское разрешение о допуске к занятиям танцами (справка от врача о состоянии здоровья ребенка).

Количество учащихся в учебной группе желательно иметь четное – 10-12 человек, что определяется дошкольным возрастом, т.к. педагогу требуется индивидуальный подход к каждому ребенку, а также спецификой выполнения упражнений, в основном, в парах.

Формы организации деятельности на занятиях:

- фронтальная
- групповая с оказанием индивидуальной помощи
- коллективная

Формы занятий

- учебные занятия в разных формах (занятие-сказка, занятие-игра, игра-путешествие, викторина, и т.п.)
- концерт

Материально-техническое оснащение программы

Для занятий с детьми требуется:

- балетный зал, оборудованный станками и зеркалами
- раздевалки для девочек и мальчиков, оборудованные крючками для одежды и полками для хранения обуви
- пианино/фортепиано (аккордеон)
- мультимедиа аппаратура
- гимнастическая стенка
- гимнастические скамейки
- гимнастические коврики-12 шт.
- мячи
 - большие - 12шт.
 - средние - 12 шт.
 - малые – 12шт.
- реквизит для танцев
 - клубочки - 12 шт.
 - веточки – 24 шт.
 - флажки - 12 шт.
 - ленточки - 12 шт.
 - колокольчики – 12 шт.

Кадровое обеспечение программы

Для реализации программы на высоком профессиональном уровне кроме основного педагога с профессиональным хореографическим образованием требуется концертмейстер (музыкант, свободно владеющий игрой на фортепиано (аккордеоне)).

Планируемые результаты освоения программы

Предметные

По окончании обучения по программе «Первые шаги» обучающиеся будут:

знать:

- основные музыкальные и танцевальные понятия в пределах содержания программы;
- простейшие танцевальные шаги и движения, основные танцевальные позиции рук и ног, проученные рисунки танца;
- понятия «темп», «ритм» и «характер» музыки;
- назначение отдельных танцевальных упражнений;
- правила безопасного поведения на занятиях;

уметь:

- двигаться в различных музыкальных темпах, по заданному рисунку, соблюдая интервал;
- ориентироваться в зале;
- передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический);
- «импровизировать» под музыку.

Метапредметные

обучающиеся будут:

- уметь устанавливать сферы известного и неизвестного;
- понимать границы «плохо-хорошо».

Личностные

- улучшится координация движений, общее физическое развитие;
- будут заложены основы чувства ритма, танцевальности и пластичности;
- будет способен к творческому самовыражению;
- получат развитие память, внимание, воображение и образное мышление;
- доброжелательное отношение к детям и педагогу.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Тема, раздел	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	0,5	0,5	наблюдение
2.	Музыкально-ритмическое развитие	1	0,5	0,5	игра-эстафета
3.	Основы хореографии	4	0,5	3,5	показ композиций
5.	Сюжетные игры	1	0,5	0,5	мини-спектакль
7.	Итоговое занятие	1	-	1	домашний концерт
	Итого	8	2	6	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Задачи

Обучающие:

- научить согласовывать движения с музыкальным ритмом
- научить исполнять простейшие рисунки танца

Развивающие:

- укрепить общее физическое здоровье
- развивать начальные танцевальные данные

Воспитательные:

- прививать культуру поведения на занятиях, общения со сверстниками и педагогом

Содержание программы

1. Вводное занятие

Теория:

Значение музыки и танца в жизни человека. Задачи обучения. Правила безопасного поведения в танцевальном зале и в учреждении. Внешний вид на занятиях (требования к форме одежды).

Практика:

Игры на знакомство. Игры на изучение правил поведения в танцевальном зале. Упражнения и игры на выявление первоначальных знаний и умений, необходимых для обучения по программе.

2. Музыкально-ритмическое развитие

Теория:

Что такое музыка. Музыкальный ритм, темп. Характер музыки: лирический, драматический, жизнерадостный, комический и т.д. Динамика в музыке: «громко», «тихо», «медленно», «быстро», «замедление», «ускорение».

Методика исполнения движений под музыку (музыкальное вступление, музыкальное заключение – начало и конец движения). Музыкальность исполнения движений – согласованность движений с музыкальным темпом и ритмом.

Практика:

Прослушивание музыкальных произведений. Обсуждение характера и динамики музыки. Выполнение упражнений на согласование движений с музыкой:

- хлопки в такт музыке,
- простые шаги в такт музыке,
- акцентированная ходьба с одновременным махом руками,
- движения руками в различном темпе.

Упражнения на различие динамики музыки.

Упражнения и игры на развитие музыкальных способностей:

- «Поймай ритм»
- «Раз, два, три, четыре, пять – будем музыку считать»

- «Музыка во мне»
- «Хлоп, топ»
- «Музыкальные догонялки»
- «Мы вместе»
- «Веселые нотки»

3. Основы хореографии

Теория:

Понятие «танец». Выразительные средства танца - движения, позы, жесты. Рисунок танца. Значение музыки в танце. Правила основной стойки. Напряжение и расслабление мышц. Методика выполнения движений.

Практика:

Упражнения:

- Pliéé по 6 позиции
- Releve держась за опору
- постановка корпуса
- положения рук: на талии, за спину
- танцевальные шаги: шаг с носка, на полупальцах, plié на одной ноге, другая вперед на пятку
- пружинки (приставной шаг в сторону)
- передвижение по кругу – за руки, без рук, в различных направлениях
- построения «врассыпную», в шахматном порядке
- бег врассыпную, по кругу
- простейшие танцевальные комбинации
- импровизация под музыку

Специальные композиции и комплексы:

- «На крутом берегу»
- «Хоровод»
- «Буратино»
- «Голубая волна»
- «Часики»
- «Карусельные лошадки»
- «Песня короля»
- «Воробьиная дискотека»
- «Сосулька»
- «Большой олень»

3. Сюжетные игры

Теория:

Понятия «тема», «сюжет», «образ» в игре и танце. Возможности актерского перевоплощения в игре и танце. Выразительные средства для передачи образа. Правила игр.

Практика:

Музыкально-подвижные игры:

- «Отгадай, чей голос»,
- «Найди свое место»,
- «Нитка – иголка»,
- «Попрыгунчики воробушки»,
- «Мы веселые ребята»,
- «Совушка»,
- «Цыплята и лягушки»,
- «У медведя в бору»,
- «Водяной».

Игры выполняются в разных танцевальных рисунках – круг, линия, диагональ, ромб, несколько кругов.

Музыкально-творческие игры:

- «Кто я?»,

- «Море волнуется»,
- «Повтори за мной!»,
- «Пластин»,
- «Я - художник!» и т.п.

Игры – путешествия:

- «На лесной опушке»,
- «Путешествие по станциям»,
- «Путешествие в морское царство»,
- «В гости к Чебурашке»,
- «Поход в зоопарк»,
- «Конкурс танца».

4. Итоговое занятие

Практика

Анализ результатов обучения. Открытое занятие для родителей.

Планируемые результаты

Предметные

Учащиеся должны:

понимать:

- танцевальную терминологию
- назначение отдельных танцевальных упражнений
- правила поведения в танцевальном зале

уметь:

- ориентироваться в зале
- перестраиваться в различные рисунки (шеренга, колонна)
- прохлопывать музыкальный ритм, распознавать музыкальные темпы, характер музыки
- выполнять комбинации и упражнения под музыку
- передавать в игре различные образы (зверей, птиц, растений, фигур и т.д.).

Метапредметные

Учащиеся должны:

- уметь устанавливать сферы известного и незнаемого;

Личностные

МЕТОДИЧЕСКИЕ и ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Для успешной реализации программы педагог использует разнообразные **методы**.

Словесные:

- беседы, проводимые во время изучения каждого раздела программы
- методические указания по выполнению движений
- анализ импровизаций, созданных детьми, рассуждения о принимаемых образах

Наглядные:

- показ фото и видео материалов
- показ движений, комбинаций педагогом, детьми

Практические:

- выполнение упражнений
- разучивание хореографических движений
- выполнение творческих заданий на импровизацию и в сюжетных играх

Игровые методики

- музыкально-подвижные игры
- познавательные игры на развитие внимания, памяти и воображения

Методы психологического воздействия и стимулирования

- похвала
- убеждение

Метод создания ситуации успеха с помощью психолого-педагогических приемов «авансирования» и «персональной исключительности», что изменяет психологическое состояние детей с заниженной самооценкой, проявляющееся в появлении уверенности в себе, интереса к предмету.

Информационные источники

Список литературы для педагогов

1. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка. - М.,1993.
2. Антипина А.Е. Театрализованная деятельность в детском саду. - М., 2003.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. – СПб, 1996.
4. Бахрах И.И., Дорохов Р.Н. Физическое развитие дошкольников. - М., 1975.
5. Бекин С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения игры пляски для детей 5-6 лет. - М.,1983.
6. Богаткова Л. В лагере и в школе. - М.,1950
7. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. - М.,2000.
8. Букарина Е.П. Наши талантливые малыши. - М., 2006.
9. Бурмистрова И., Селаева К. Школа танцев для юных мальчиков. - СПб, 2000.
10. Варшавская Р.А. Кудряшова Л.Н. Игры под музыку. - М.,1964.
11. Жданова Л.Ф., Рябцева Я.Б. Приходите к нам на праздник. - М., 1999.
12. Зарецкая Н. Танцы в детском саду. - М., 2000.
13. Липатникова Т.И. Мы совсем уже большие. - СПб, 2006.
14. Метлов И.А. Музыкально двигательные упражнения. - М.,1987.
15. Михайлова М.А. Развитие музыкальных способностей детей. - М., 2000.
16. Михайлова М.А., Горбина Е.В. Поиграем, потанцуем дома и в детском саду. - М.1987.
17. Роот З.Я. Музыкально-дидактические игры. - М.,1998.
18. Степанов Е.Н., Лузина Л.М. Педагогу о современных методах и концепциях воспитания. - М.:ТЦ Сфера, 2005.
19. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Данс»: Методика. – СПб: Детство-пресс, 2001.

Список литературы для детей и родителей

1. Андреева М., Антонова А., Дмитриева О. Рассказы о трех искусствах. - Л.,1975.
1. Базанова Е., Воронова О. Золотая серия детсада .1000 загадок. - СПб., 2000.
2. Барто А. Фонарик. - М.,1987.
3. Земцова О.Н. Развиваем внимание. - СПб.,2003.
4. Кейт Кассо. Балет (детская энциклопедия)/перевод с английского. - М., 2001.

5. Косинова Е.А. Гимнастика для пальчиков. - М., 1988.
6. Крупская Дина. Мир вокруг нас. - М., 2000.
7. Пасютинский В.М. Волшебный мир танца/ Книга для учащихся. - М., 1985.
8. Султанова Веселая академия. - СПб., 2000.

Интернет источники

1. <http://pedmir.ru/>
2. <http://enc-dic.com>
3. <https://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatel'naya-tematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam>
4. <http://www.horeograf.com/>
5. <http://old.balletacademy.ru/biblio/personali>

Электронные образовательные ресурсы

- *Видеозаписи*
 - Концертные программы известных ансамблей народных танцев России и мира
 - Программы конкурсов и фестивалей детских хореографических коллективов
 - Концертные выступления коллектива ЦДЮИ
- *Презентации к темам программы*

Методическое обеспечение программы (Приложение 1)

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Текущий контроль осуществляется на каждом занятии. Это может быть проверка знаний терминологии, умения рассказать правила исполнения и показать основные элементы исполнения танцев по программе обучения.

Формы: наблюдение за деятельностью учащихся, беседы, устный опрос, творческий показ.

Промежуточная аттестация предусмотрена по окончании обучения с целью выявления уровня освоения программы учащимися.

Формы: показ и анализ танцевальных этюдов и номеров, концерт.

Формы фиксации результатов:

- Информационная карта «Уровень освоения программы учащимися»
- анкеты для родителей

Диагностика чувства темпа и метроритма

Игра-тест на выявление уровня развития чувства метра "Настоящий музыкант"

Тест позволяет определить реактивно-метрические способности. Все задания предъявляются в размере 4/4 в умеренном темпе в объёме четырёх тактов. Игра предполагает вовлечение ребёнка в исполнение на музыкальных инструментах, например, на фортепиано (возможно, на металлофоне), простой мелодии.

Цель: выявление уровня развития чувства темпа и метрической моторной регуляции в соответствии с изменяющимся темпом. Если ребёнок соглашается поиграть на инструменте (необходимо создать доброжелательную атмосферу), ему предлагается следующая инструкция: "Давай сначала выберем, какую музыку мы будем исполнять (называется ряд простых детских песенок)". После определения ребёнком понравившегося ему произведения (например, "В траве сидел кузнечик" в ля-миноре) ребёнок двумя руками равномерно чередует исполнение звуков ми третьей и ми четвёртой 11 октавы. После пробы своей "партии" ребёнок играет "вступление" (два такта), а затем к игре подключается педагог (он исполняет мелодию с аккомпанементом). Педагогу рекомендуется мелодию завершить, даже если ребёнок остановился или ошибся. Обязательно следует похвалить ребёнка за исполнение песенки.

В случае правильного исполнения мелодии в умеренном темпе, ребёнку далее предлагается сыграть про "шаловливого кузнечика" в быстром темпе (80-90 ударов в минуту), и про "ленивого кузнечика" в медленном темпе (50-60 ударов). После успешного

исполнения необходимо "посадить кузнечика в поезд" и прокатить его с ускорением и замедлением.

Критерии оценки:

- адекватное исполнение ребёнком своей партии в умеренном, быстром и медленном темпах, а также с ускорением и замедлением фиксируется как высокий уровень темпо-метрической регуляции;
- адекватное исполнение всех восьми тактов только в двух темпах (например, умеренном и быстром или умеренном и медленном) соответствует среднему, нормативному уровню развития чувства темпа;
- ситуативно-сбивчивое, но завершённое исполнение песенки только в умеренном темпе (допускаются аметрические ошибки в 2-4 тактах) показывают слабый уровень двигательного опыта моторной регуляции;
- сбивчивое и незавершённое исполнение ребёнком - низкий уровень.

Тест-игра на изучение чувства ритма "Ладони"

Цель: выявление уровня метроритмической способности. Стимулирующий материал 1. Детская песня "Дин-дон" 2. Детская песня "Петушок"

Педагог предлагает ребёнку спеть песню и одновременно прохлопать в ладоши её метрический рисунок. Затем ребёнку предлагается "спрятать" голос и "спеть" одними ладошками.

Критерии оценки:

- точное, безошибочное воспроизведение метрического рисунка одними ладошками на протяжении всех 8 тактов - высокий уровень;
- воспроизведение метра с одним-двумя метрическими нарушениями и с некоторой помощью голоса (пропевание шёпотом) - средний уровень;
- адекватное метрическое исполнение с пением 4 -5 тактов - слабый уровень;
- неровное, сбивчивое метрическое исполнение и при помощи голоса - низкий уровень.

Критерии определения уровня освоения программного материала

	<i>Низкий уровень</i>	<i>Средний уровень</i>	<i>Высокий уровень</i>
Музыкально-ритмическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> - повторение за педагогом движений рук и ног в медленном темпе - умение выполнять простейшие движения в музыкальных играх - повторение простейших движений на сильную долю 	<ul style="list-style-type: none"> - правильное и четкое исполнение движений - усложнение ритмических рисунков, их исполнение согласованно с музыкой и движением рук и ног 	<ul style="list-style-type: none"> - усложнение ритмического рисунка - усовершенствование исполнения движений, согласованных с музыкой - не только закрепление двигательного навыка, но и более высокий уровень исполнения движений под музыку
Основы хореографии	<ul style="list-style-type: none"> - попытка воссоздать за педагогом простейшие элементы классического, народного и современного танца - понимание терминологии движения, узнавание термина движения при показе его педагогом - выполнение заданного движения поэтапно, если упражнение можно разделить на составные части 	<ul style="list-style-type: none"> - умение целостно выполнить упражнение - выполнение движения перед зеркалом, при использовании звуковых ориентиров-хлопков, знание терминологии и методики выполнения движений 	<ul style="list-style-type: none"> - грамотное исполнение движений под заданную музыку - умение в соревновании или игровой форме показать более высокий уровень исполнительства
Сюжетные игры	<ul style="list-style-type: none"> - понимание правил игры - повторение за педагогом движений, подражая заданному образу 	<ul style="list-style-type: none"> - активное участие в игре - использование проученных движений на 	<ul style="list-style-type: none"> - активное участие в игре - хорошее владение проученным танцевальным материалом, умение использовать это в игре

		уроках, понимание образа заданного игрового героя - активное участие в ролевых ситуациях	
Импровизация	- ритмическая танцевальная импровизация на заданную тему - сочинение небольших «историй» на заданную тему	- сочинение танцевального этюда на заданную тему - сочинение сценарного действия с известными героями сказок и придуманными героями, используя выученные танцевальные движения	танцевальный ритмический этюд на заданную тему, соединенный с актерской задачей

Шкала оценивания:

Высокий уровень – 3 б

Средний уровень – 2 б

Низкий уровень – 1 б

Освоение программы

10-12 б – высокий уровень

6-9 б – средний уровень

4-5 б – низкий уровень

Информационная карта «Уровень освоения программы учащимися»

ДООП _____

Педагог _____

Группа _____

Дата _____

		Показатели				Баллы	Уровень
		МРР	Основы хореографии	Сюжетные игры	Импровизация		

Методическое обеспечение программы

Форма занятий	Приемы и методы	Дидактическое оснащение	Форма подведения итогов
Вводное занятие			
Беседа, Конкурс	Словесный Наглядный Практический	Гимнастические коврики DVD проигрыватель Видео сюжеты Корзина с лентами, клубками, колокольчиками Учебные фильмы хореографического училища им. А.Вагановой и др. (подборка по выбору педагогов соответственно возрасту обучающихся)	наблюдение
Музыкально-ритмическое развитие			
Занятие на основе построения в танцевальные рисунки. Музыкально-подвижные игры	словесные: объяснение терминологии и методики выполнения упражнений наглядные: показ педагогом, демонстрация иллюстраций практические: выполнение упражнений	Стульчики, флажки, мячи Игрушки-ориентиры Голезовский К. Мгновение. Фотоальбом.	игра-эстафета
Основы хореографии			
Игра, специальные этюды, образные композиции	Наглядный: показ педагогом Словесный: методическое объяснение Практический: игры-этюды	Гимнастические коврики Танцевальный реквизит: платочки, веточки, ленточки, цветы, корзиночки, ведерки и т.п., головные уборы	показ разученных композиций
Сюжетные игры			
Прослушивание музыкального материала ИграБеседа	Словесный: методическое объяснение Практический: игры	Музыкальная лесенка, дидактические карточки Иллюстрации Гимнастические мячи, палки, обручи батут, мишени, шведская лестница и т.п. Танцевальный реквизит: платочки, головные уборы, цветы, корзиночки, ведерки и т.п.	мини спектакль
Итоговое занятие			
	Словесный: рассказ педагога об итогах обучения Практический: показ разученных номеров	Танцевальный реквизит: платочки, головные уборы, цветы, корзиночки, ведерки и т.п. Фотографии и видеозаписи выступлений детей на концертах	концерт