Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 14 г. Липецка

СОГЛАСОВАННО
на педагогическом совете
протокол № 01
от 28 августа 2020 г.

У Т В Е Р Ж Д А Ю
Заведующая _____ Н.Е. Дубовых
Приказ № 177 от 31.08. 2020 г.

ДОУ №14 Г. ЛИПЕЦКА

Подписан: ДОУ №14 Г. ЛИПЕЦКА
DN: CN=ДОУ №14 Г. ЛИПЕЦКА, SN=Дубовых, G=Надежда Егоровна, C=RU, S=48 Липецкая область, L=Липецк г, STREET=Кутузова ул 5, ИНН=004825022524, O=ДОУ №14 Г. ЛИПЕЦКА, T=Заведующая, ОГРН=1024840831883, СНИЛС=03904005824, E=mdoulip14@yandex.ru
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2021.06.18 13:21:33+03'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.3

Дополнительная образовательная программа

художественно-эстетической направленности

«ХОРЕОГРАФИЯ»

Для детей среднего и старшего дошкольного возраста

Срок реализации 2 года

Автор программы:
педагог-организатор
Рожкова Т.А.

г. Липецк

2020 г.

Структура программы

1 Пояснительная записка…… 3

2 Учебно – тематический план……... 8

3 Содержание образовательной программы……. 13

4 Методическое обеспечение образовательной программы…… 15

5 Список литературы…….. 16

1. Пояснительная записка

Обучение детей по данной программе, предполагающей изучение основ танцевальной культуры, умение красиво и пластично двигаться под различные танцевальные ритмы и темпы музыки, сопутствует физическому развитию и повышению уровня общего образования и культуры детей. Если образовательное учреждение может предоставить своим воспитанникам возможность приобщения к прекрасному миру танца, то детство, обогащённое соприкосновением с этим светлым и радостным искусством, позволит детям расти и развиваться не только физически, но и духовно.

Актуальность программы:

Хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества.

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии, ритмике движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Музыкально-ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональностью, возможностью активно выразить свое отношение к музыке в движении. Учитывая возрастные особенности детей, их запросы и интересы занятия хореографией проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальным играм, импровизации. В музыкальных играх, создавая тот или иной образ, дети слышат в музыке и передают в движении разнообразные чувства.

Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий, что помогает успешному выполнению требований Программы.

Цель программы: формирование творческих способностей у детей дошкольного возраста в процессе музыкально-ритмической деятельности в условиях сюжетно-игровых занятий.

Приоритетные задачи реализации программы:

— расширение музыкального кругозора, пополнение словарного запаса;

— умение отмечать в движении сильную долю такта, простейший ритмический рисунок;

— через образы дать возможность выразить собственное восприятие музыки;

— умение менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами;

— развитие координации, гибкости, пластичности, выразительности и точности движений;

— умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой;

— координация и укрепление опорно-двигательного аппарата;

— приобщение к совместному движению с педагогом;

— воспитание у детей интереса к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроя;

— психологическое раскрепощение ребенка;

— воспитание умения работать в паре, коллективе;

— понимать и исполнять ритмические движения, названия которых даются педагогом на французском языке.

Успешное решение поставленных задач на занятиях хореографией с дошкольниками возможно только при использовании педагогических принципов и методов обучения.

Принципы:

• индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);

• систематичности (непрерывность и регулярность занятий);

• наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);

• повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);

• сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

Методические приемы:

Игровой метод. Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является игра, так как игра - это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста.

Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

Наглядный метод - выразительный показ под счет, с музыкой.

Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

Отличительные особенности программы:

Отличительной особенностью программы является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы. Данная комплексность основывается на следующих принципах:

— развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений, составляющих основу детских танцев);

— формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации ребёнка и способность на определённом этапе изучения танцевальных движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и умение реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений;

— формирование у детей способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца;

— формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

Возраст детей:

Данная программа предусматривает построение процесса обучения по спирали с усовершенствованием на каждом этапе до качественно нового уровня знаний. Один и тот же учебный материал для различного возраста обучаемых и на разных годах обучения может использоваться в различных пропорциях.

1 год обучения: 4-5 лет

2 год обучения: 5-8 лет

Сроки реализации программы:

Программа предназначена для обучения детей 4 - 8 лет и рассчитана на два учебных года. Этот период можно определить как первый этап в освоении азов ритмики, азбуки классического, русского и бального танцев.

Долгосрочность освоения программы определяется:

— постепенным характером формирования физического аппарата ребенка для освоения и в связи с этим постепенное усложнение образовательной программы;

— процессами психического развития ребенка;

— большим объемом материала, многопредметностью;

— групповым характером освоения программы и предъявления образовательного результата.

Занятия проводятся два раза в неделю. Длительность занятий на первом году обучения 20 минут, на втором - 25 минут.

Приоритетные задачи среднего дошкольного возраста:

- умение выполнять самостоятельно (без показа, по словесной инструкции педагога) упражнения;
- совершенствовать навыки ориентировки в пространстве;
- учить самостоятельно начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки;
- знакомить с особенностями национальных танцев;
- стимулировать формирование танцевальных навыков и умений; психических процессов: мышления, воображения; фантазии и импровизации.

Приоритетные задачи старшего дошкольного возраста:

— умение оперировать музыкальными представлениями;

— продолжать формировать умение сочетать пантомиму, танец, пластику;

— учить отражать в танцевальных импровизациях изменения в музыкальном образе;

— вводить элементы балетного и современного массового танца.

Ожидаемые результаты

Первый год обучения (средний возраст). У детей формируется навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки. Дети владеют умением двигаться в парах по кругу в танцах и хороводах, ставить ногу на носок

и на пятку, ритмично хлопать в ладоши. Могут выполнять простейшие перестроения (из круга врассыпную и обратно).

Второй год обучения (старшая группа). Дети владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.). Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку.

2. Учебно-тематический план

1 год обучения (4-5 лет)

1	Организация студии. Собрание с родителями. Требования к занятиям. Техника безопасности на занятиях.	сентябрь октябрь	1
2	Коллективно-порядковые упражнения: «Встреча», «Ворота», «Змейка», «В круг».		1
3	Выполнение упражнений под музыкальное сопровождение – марш, полька, вальс, современные ритмы.		3
4	Музыкальные игры: «Ладушки», «Шуточка», «Ваня и Таня», «Бабочки», «Утята», «Карусель».		4
5	Народный танец. Элементы русского танца.		3
6	Полька. Па галоп. Положение в паре.		3
7	Творческий отчет.		1
	Итого		**16**
1	Классический танец: - позиции ног (1, 2, 3, 6), - позиции рук (1, 2, 3), - demi-plie (полуприседание), - grand plie (глубокое приседание),	ноябрь декабрь	1

2	Народно-сценический танец: - demi-plie – grand plie в 1 и 6 позициях, - вытягивание ноги на носок с последовательным переходом на каблук и на носок, - вытягивание ноги с одновременным ударом пяткой опорной ноги, - маленький шаг.		1
3	Упражнения на середине зала: «Марш», «Торжественная ходьба».		2
4	Ритмические упражнения и игры: «Делаем красиво», «Упражнения с флажками», «Веселая карусель», «Ловушка», «Займи домик».		2
5	Коллективно-порядковые упражнения: «Вертушки», «Передача мяча», «Цветные флажки».		3
6	Танцевальные элементы и композиции: - танцевальный шаг (шаг с носка), - хороводный шаг, - прыжки, - па галопа, - па польки на месте сначала без прыжка, с продвижением вперед, назад, - полька по кругу в сочетании с галопом, подскоками, - полька по одному, парами, - хлопки в различных ритмических рисунках, - хлопки по бедрам, по коленям (для мальчиков), - «Птичий двор», «Полька», «Снежинки».		6
7	Творческий отчет		1
	Итого		**16**
1	Русский народный танец: - основные элементы русского народного танца в паре, - основные элемента русского народного танца «Кадриль».	январь февраль март	4
2	Коллективно-порядковые упражнения: «Побегаем, попрыгаем», «Мягкий шаг кошечка», «Полетаем на самолете», «Передача платочка».		5

3	Коллективно-порядковые упражнения: «Шаг с высоким подъемом ног и подскоки», «Упражнение с флажками».		4
4	Упражнения на середине зала: «Марш», «Торжественная ходьба».		5
8	Работа над репертуарным планом.		5
9	Творческий отчет.		1
	Итого		**24**
1	Классический танец: - releve в 1, 2 и 3 позициях (подъем на полупальцы обеих ног), - sote в 1, 2 и 3 позициях (прыжки на двух ногах с паузами), - port de bras (упражнения для рук, головы и корпуса).	апрель май	3
2	Народно-сценический танец: - народные этюды.		4
3	Занятия технического характера (ритмические навыки и музыкальная выразительность).		3
4	Работа над репертуарным планом.		5
5	Творческий отчет.		1
	Итого		**16**
	Итого за год		**72**

2 год обучения (5-8 лет)

1	Организация студии. Собрание с родителями. Требования к занятиям. Техника безопасности на занятиях.	сентябрь октябрь	1
2	***Ходьба:*** - шаги с одновременной работой рук; - шаги с работой корпуса; - шаги с работой головы.		2
3	- простой танцевальный шаг; - приставной шаг с ударом в пол; - переменный шаг; - «ковырялочка»; - «верёвочка»; - припадание.		4

4	***Прыжки:*** - в различных ритмических комбинациях; - в разных темпах; - на месте; - с продвижением вперёд; - назад; - в сторону; - в двух ног на одну; - с одновременным движениями рук и головы; - в исполнении по одному и в парах.		3
5	Народный танец. Элементы русского танца.		3
6	Положение рук в паре.		2
7	Творческий отчет.		1
	Итого		**16**
1	Классический танец: - port de bras (упражнения для рук, головы и корпуса). - позиции рук аленже - повороты	ноябрь декабрь	2
2	Народно-сценический танец: -характерные движения, - танцевальные движения характерного танца - простая дробь - переменный шаг.		3
3	Упражнения на середине зала: «Жар - птица» «Горошинки цветные» «Зимние забавы»		2
4	***Парные и круговые пляски, праздничные выходы.*** «Осенние дорожки» «Ярмарка» Берлинская полька «Новогодний экспресс»		2

5	***Сюжетные и характерные танцы.*** «Россиночка – Россия» «Коляда» Танец с балалайками «Увезу тебя я в тундру» «Звёздочки» с фонариками «Снеговики» с метёлками «Пингвины» «Российский Дед Мороз» «Яблочко»		2
6	***Проскоки:*** - вперёд; - назад; - в сторону на двух ногах; - на одной ноге;		4
7	Творческий отчет		1
	Итого		**16**
1	Русский народный танец: - основные элементы русского народного танца , - основные элемента русского народного танца «Хоровод».	январь февраль март	4
2	Коллективно-порядковые упражнения: «Маугли» «Рыбка» «Партнёрская гимнастика»		4
3	***Парные и круговые пляски, праздничные выходы.*** «Ярмарка» Берлинская полька «Новогодний экспресс» «Дружба» «Коты и мыши» «Ностальжи»		5

4	Сюжетные и характерные танцы: «Граница» «Ангел летит» «Мама» «5 февральских роз» «Солнышко» «Не отнимайте солнце у детей» «Аист на крыше» «Зажгите свечи»		5
8	Работа над репертуарным планом.		5
9	Творческий отчет.		1
	Итого		**24**
1	Классический танец: Этюды под классические мелодии.	апрель май	4
2	Народно-сценический танец: - народные этюды разных народов.		4
3	Занятия технического характера (ритмические навыки и музыкальная выразительность).		3
4	Работа над репертуарным планом.		4
5	Творческий отчет.		1
	Итого		**16**
	Итого за год		**72**

3. Содержание программы

Упражнения для развития техники танца

Классический танец

·Знакомство с позициями ног и рук. Позиции ног: первая, вторая, третья, четвертая, пятая. Позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья.

·Полуприседание (demi-plie) в первой, второй и третьей позициях.

·Вытягивание ноги на носок (battement tendu) с паузами на каждой точке с первой позиции вперед – в сторону, позднее – назад.

·Прыжки (sote) на двух ногах с паузами в первой, второй и третьей позициях.

·Упражнение для рук, головы, корпуса (port de bras).

·Позы.

Народно-сценический танец

·demi-plie и grand plie в первой и шестой позициях.

·Вытягивание ноги на носок с последовательным переходом на каблук и на носок.

Упражнения на середине зала

·Марш.

·Перестроение из одной шеренги в две танцевальным бегом.

·Повороты на месте вправо, влево, кругом по точкам зала.

·Круг. Построение круга из колонны, из пар, построение маленьких кругов попарно, по четыре и т.д.

Фигурная маршировка, ходьба парами, четверками: змейки, волны, гребешок, звездочки.

Ритмические упражнения и игры

·Движения в характере и темпе музыки (быстро, медленно).

·Начало и конец движений одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы.

Коллективно-порядковые упражнения

·Правильное исходное положение.

·Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.

Танцевальные элементы и композиции

·Танцевальный шаг (шаг с носка).

·Бег на полупальцах.

·Прыжки.

·Па галопа.

·Па польки на месте сначала без прыжка, с продвижением вперед, назад, полька по кругу в сочетании с галопом, подскоками, полька по одному, парами.

·Элементы движений и танцевальные этюды русского танца.

·Движения и танцевальные композиции, запланированные к постановке.

·Хлопки в различных ритмических рисунках.

·Хлопки по бедрам, по коленям (для мальчиков).

·Присядки (для мальчиков).

·Вертушки (для девочек).

·Танцы и хореографические композиции, согласно репертуарного плана.

4. Методическое обеспечение образовательной программы

Основными методами работы преподавателя являются показ движений и словесное объяснение. Они – главные проводники требований преподавателя к учащимся. На начальном этапе обучения показу придаётся исключительно большое значение, т.к. он даёт первоначальное представление о движении. Поэтому показ должен быть предельно точным, конкретным и технически совершенным.

Словесное объяснение комментирует показ, выделяя наиболее важные моменты, а также служит для формирования основных понятий, необходимых на начальном этапе (правила исполнения).

Методы показа и объяснения варьируются в самых широких пределах, учитывая многообразие задач младших классов.

Таким образом, два важнейших метода – *показ и объяснение* – связаны с одним из центральных моментов обучения: активизацией мышления и развитием творческого начала в процессе напряжённой физической работы по овладению танцевальными навыками.

Структура занятия состоит из трех частей:

I часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.

II часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. По длительности – 2/3 общего времени занятия.

III часть включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2-3 минуты.

При проведении занятий по хореографии необходимо руководствоваться следующими моментами:

- Постепенное увеличение физической нагрузки;
- Чередование темпа нагрузки;
- Равномерность нагрузки на обе ноги;
- Свободное дыхание и самочувствие учащихся.

Условия реализации образовательной программы

Для реализации программы необходимо:

- Материально – техническое обеспечение.

1.Музыкальный зал.

2.Наличие технических средств обучения (магнитофон)

3.Наличие специальной формы для занятий.

4.Наличие методической литературы.

5. Список литературы

1. Барышникова Т.К. Азбука хореографий. – СПб., 1996.
2. Белостоцкая Е.М., Виноградова Т.Ф., Каневская Л.Я. и др. Гигиенические основы воспитания детей отЗ до 7 лет. - М., 1987.
3. Васильева Т.К. Секрет танца. – СПб., 1997.
4. Кольцова ММ, Рузина М.С. Ребенок учится говорить: Пальчиковый игротренинг. – СПб., 1998.
5. Куревина О.А. Синтез искусств в эстетическом воспитании детей дошкольного и школьного возраста. – М.,2003.
6. Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры. – М, 1986.
7. Минский Е.М. Игры и развлечения в группе продленного дня:Пособие для учителя.- 2-е изд., перераб. И доп. – М., 1983.
8. Михайлова М.А. Развитие музыкальных способностей детей. – Ярославль, 1997.

9. Нестерюк Т.В. Гимнастика маленьких волшебников.- «ДТД», 1993. Ю.Ткаченко Т. Народный танец. – М., 1954.

10. Тюрин А. Самомассаж. – СПб.; Москва; Минск; Харьков, 1997.

11. Фирилева Ж.Е. Методическая разработка и материалы к проведению занятий по ритмической гимнастике в школе. – Л., 1987, 1988.

12. П.Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. – СПб., 2000.

Пронумеровано, прошнуровано и заверено печатью: 17 / семнадцать /

листов

Заведующая Н.Е. Дубовых