

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА
«ГОРОД КАЛИНИНГРАД»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА КАЛИНИНГРАДА ДЕТСКИЙ САД № 123

ПРИНЯТО
Протокол педагогического совета
№ 5 от 27.05. 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ д/с №123
Н.А.Бизня
Приказ от 27.05.2022г. № 123-0



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Гармония»**

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок реализации: 9 месяцев

Автор-составитель:
Пивченко Инна Николаевна

г. Калининград
2022г.

Пояснительная записка

Направленность (профиль) программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Гармония» имеет художественную направленность.

Актуальность программы

Обучение детей по программе «Гармония», 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. 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.

Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

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. Искусство танца — это синтез эстетического и физического развития человека. Общеразвивающие упражнения, упражнения партерной гимнастики, элементы танца выполняются под музыкальное сопровождение. Образность, различный характер музыки, многообразие её жанров повышает эмоциональность детей, питает воображение. Увлекательно, в процессе игры, выполняя различные движения и упражнения, укрепляется опорно-двигательный аппарат, формируется правильная осанка, развиваются координация движений и ориентация в пространстве. Проблема развития творческих способностей у детей состоит в том, что необходимо продолжать развивать у дошкольников музыкально-ритмические и танцевальные движения, заложенные природой, т.к. музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация

и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

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.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания нравственного самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох столь же необходимо, как изучение всемирной истории и этапов развития мировой художественной культуры, ибо каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Изучение танцев своего народа должно стать такой же потребностью, как и изучение родного языка, мелодий, песен, традиций, ибо в этом заключены основы национального характера, этнической самобытности, выработанные в течение многих веков.

Предлагаемая Программа ориентирует педагогов на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

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 ребенка 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.

Новизна программы состоит в личностно ориентированном обучении.

Задача педагога состоит не в максимальном ускорении развития творческих способностей ребенка, а прежде всего в том, чтобы создать каждому ребенку все условия для наиболее полного раскрытия и реализации

способностей. Способствуя формированию культурно-нравственных ценностей детей, творческих умений и навыков, Программа является общеразвивающей и образовательной, т.к. полученные воспитанниками знания используются в их жизнедеятельности.

Адресат программы

Программа предназначена для детей 5-7 лет, посещающих старшую группу МАДОУ д/с № 123.

Объем и срок освоения программы

Срок освоения программы — 9 месяцев. На полное освоение программы требуется 72 часа.

Форма обучения — очная.

Особенности организации образовательного процесса в соответствии с учебным планом в объединениях по интересам, сформированных в группы учащихся одного возраста, являющиеся основным составом объединения (далее - объединения); состав группы переменный. Набор детей в объединение — свободный. Программа объединения предусматривает групповые, фронтальные формы работы с детьми. Состав групп 6-15 человек.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год – 72. Продолжительность занятий для детей 5-6 лет — 25 минут. Продолжительность занятий для детей 6-7 лет - 30 минут. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Обязательными условиями проведения занятий в музыкальном зале являются: соответствие зала и занятий санитарным нормам и правилам; наличие формы; наполняемость групп не менее 6 человек.

Цель программы: формирование у детей творческих способностей через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений.

Задачи программы:

Образовательные:

- через образы дать возможность выразить собственное восприятие музыки;
- расширение музыкального кругозора, пополнение словарного запаса;
- умение отмечать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок;
- умение менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами.

Развивающие:

- 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.

Воспитательные:

- воспитание у детей интереса к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения;

- 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 отбора содержания:

В соответствии с поставленными задачами определены следующие принципы обучения:

- 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).

Основные формы и методы

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 уроке, а о том, чтобы пронизывать урок 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.

Планируемые результаты

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.

Подготовительная к школе группа: могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр. Умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, народные, бальные танцы и комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

Общие:

- дети с удовольствием посещают занятия, они активны и эмоциональны;
- каждый ребёнок может осознанно повторить выученные элементы танцев;
- родители интересуются занятиями детей;
- педагоги активно используют полученные умения детей на различных мероприятиях; выявление и привлечение способных детей к расширенным и углубленным дополнительным знаниям.

Механизм оценивания образовательных результатов

Фиксируя планируемые результаты, педагог определяет перечень диагностических методик, с помощью которых данный результат будет замеряться (наблюдение, тестирование, анкетирование, анализ продуктов деятельности, отслеживание творческих достижений коллективов и отдельных обучающихся и т.п.), представляет информацию о форме, порядке и периодичности проведения промежуточной аттестации. Педагогический анализ проводится 2 раза в год (вводный — в сентябре, итоговый — в мае).

Формы подведения итогов: выступления детей на открытых мероприятиях; участие в тематических праздниках; контрольные занятия; итоговое занятие; открытые занятия для родителей; отчетный концерт по итогам года.

Учебный план

№	Название раздела	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное	1	1	-
2	Волшебное знакомство с танцем	1	1	-
3	Её Величество музыка	8	1	7
4	Игровой стретчинг	9	2	7
5	Партерный экзерсис классический	10	3	7
6	Играя, танцуем (ритмопластика)	7	1	6
7	Рисунок танца	10	4	6

8	Народный танец	9	2	7
9	Бальный танец	7	2	5
10	Танцевальное ассорти (репетиционно-постановочная работа)	10	-	10
11	Итого	72	17	55

Содержание программы (72 часа, 2 часа в неделю)

Старшая группа (5-6 лет)

Вводное занятие

1. Вспомнить с детьми правила поведения на занятиях. правила проведения занятия (ПОКЛОН).
2. Познакомить с требованиями к внешнему виду.
3. Разговор о технике безопасности на занятиях.
4. Провести начальную диагностику на элементарных движениях.

ТЕМА «Волшебное знакомство с танцем»

Задачи:

1. Познакомить детей с различными правилами танцев: народными, классическими, современными, бальными.
2. Рассказать о танцах народов различных стран и познакомить с их характерными особенностями.
3. Рассказать о пользе танца для здоровья детей.
4. Беседа о любимых танцах.

ТЕМА «Ее Величество Музыка»

Задачи:

1. Закрепить знания умения и навыки полученные ранее.
2. Расширить представление о танцевальной музыке
3. Учить детей сознательно подбирать нужные сложные характеристики к музыкальным образам.
4. Развивать умение двигаться в соответствии с характером музыки.

Содержание.

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, регистр. строение).
2. Такт. размер 2/4, 4/4.
3. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками. шагом, движением. предметом).
 - творческая задача: поочередное выступление (канон) на 2/4, 4/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт;
 - выделять сильную долю, слышать слабую долю;
 - игра: «Вопрос — ответ», «Эхо», «Повтори-ка»
 - прохлопывать заданный ритмический рисунок.
4. Музыкальный жанр
 - полька, марш, вальс (устно определить жанр)
 - игра: «Марш — полька - вальс

5 Слушать музыку a'capella. уметь двигаться под нее.

ТЕМА «Игровой стретчинг»

Задачи:

1. Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям.
2. Развивать природные лапные детей.
3. Укреплять физическое и психическое здоровье.
4. Расширять музыкальный кругозор.
5. Пополнять словарный запас терминами, принятыми в танцевальном искусстве.

Содержание:

1. Упражнения на полу: постановка корпуса; работа на стопы: растяжка; работа над укреплением брюшного пресса. мышц шеи.
2. Работа над ритмом и координацией (марш, прыжки, хлопки, шаги+хлопки).
3. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Свечка», «Лодка», «Кошка», «Рыбка».
9. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед:
«Улитка», «Ванька-встанька», «Коробочка»
10. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер». «Часики».
11. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Рак», «Павлин», «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан».
12. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок»; тянем носочки вперед в положении сидя; поочередно сгибаем и выпрямляем ноги. упражнение «Утюжок».
13. Упражнения на укрепление мышцы плечевого пояса: «Замочек», «Самолет». «Дощечка». «Пловцы».
14. Упражнения для тренировки равновесия: «Цапля». «Журавель» 15. Растяжки «лягушка» в положении сидя и лежа.
15. Игровая композиция «Просто так».

ТЕМА «Партерный экзерсис классический»

Задачи.

1. Развивать мускулатуру ног. рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Содержание:

1. Экзерсис на середине:
 - постановка корпуса (ноги в свободном положении);
 - понятия рабочая нога и опорная нога;
 - позиции ног (1-я, 2-я, 3-я, v1 при относительной выворотности ног);
 - постановка корпуса в I — II — III позиции;
 - releve на полупальцы;
 - demi - plie в I — II — III -VI позиции;

- чередование *leve* и *demi plie*;
- *grand-plie* в I — II — III -VI позиции;
- *battement tendu* во всех направлениях (1-я позиция);
- *cote* (легкие прыжки);
- позиции рук: подготовительная, 1-я, 2-я, 3-я;
- перевод рук из позиции в позицию (*port de bras* - форма)

ТЕМА «Играя, танцуем» (комплексы ритмопластики)

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.
2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.
3. Двигаться в соответствии с характером музыки.
4. Учить через движения передавать эмоциональный настрой произведения.

Содержание:

«Разноцветная игра», «Красная шапочка». «Любитель-рыболов», «Кошки-мышки», «Танцуем, сидя», «Стирка», «Голубая вола», «Буратино».

Танцевальные этюды на современном материале.

ТЕМА «Рисунок танца»

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.
2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.
3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание:

1. Движение по линии танца.
2. Рисунок танца «Круг»:
 - замкнутый круг;
 - раскрытый круг (полукруг);
 - круг в круге;
 - сплетенный круг (корзиночка);
 - лицом в круг;
 - лицом из круга;
 - круг парами,
 - круг противоходом.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

2. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:

- перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний, передний план);
- перестроения из нескольких кругов (самостоятельно. выбрав ведущих).

3. Понятие «Диагональ»:

- перестроение из круга в диагональ;
- перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно указав ведущих).

4 Рисунок танца «Спираль».

- Игра «Клубок ниток».

5. Рисунок танца «Змейка».

- горизонтальная.

Перестроение из «круга» в «змейку» (самостоятельно. выбрав ведущего).

ТЕМА «Народный танец»

Задачи:

1. Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.
2. Рассказать об отличительных особенностях характера, манер исполнения.
3. Научить основам русского танца.

Содержание:

1. Введение в предмет «Русский танец»;
2. Постановка корпуса;
3. Изучение основ русского народного танца:
 - развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка». «гармошка», ковырялочка;
 - работа рук в русском танце;
 - навыки работы с платочком;
 - русский поклон;
 - подскоки;
 - тройные прыжочки
 - бег с вытянутыми носочками
 - боковой галоп
 - шаг с вытянутыми носочками (хороводный) - хлопки
 - движение с выставлением ноги на носок;
 - «ковырялочка» вперед и в сторону;
 - пружинка с поворотом;
 - приставные шаги в сторону;

Ходы:

- простой. на полупальцах,
- боковой, приставной,
- боковой ход «припадание» по III позиции.
- беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.

Подготовка к «дробям»:

- притопы,
- удары полупальцами,
- удары каблучком;

Хлопки и хлопушки для мальчиков:

- одинарные по бедру и голенищу.
 - каблучные упражнения — вынесение рабочей ноги на каблук во все направления;
 - присядка с выставлением ноги на пятку

ТЕМА «Бальные танец»

Задачи:

1. Познакомить детей с историей бального танца.

2. Научить основам танца «Полька».
3. Разучить основные элементы танца «Вальс».

Содержание:

1. Введение в предмет
2. Изучение основ танца «Полька»:
 - подскоки. галоп;
 - комбинирование изученных элементов;
 - положения в паре:
 - «лодочка»,
 - руки «крест- накрест.
 - мальчик держит девочку за талию. девочка кладет руки мальчику на плечи.

3. Изучение основ танца «Вальс»:

основные элементы:

«качели»,

«вальсовая дорожка»,

«перемена»;

balance (покачивание в разные стороны) работа в паре:

положение рук в паре;

вращение «звездочка»;

простые танцевальные комбинации.

ТЕМА «Танцевальное ассорти» (репетиционное-постановочная работа)

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.

2. Подготовить к показательным выступлениям.

3. Учить выражать через движения заданный образ.

Содержание:

Хороводные танцы: «Россия-матушка», «Красный сарафан»

Сюжетные танцы: «Ходики». «Аквариум», «Лягушки и цапля»

Детские танцы «Барбарики». Танец гномиков, «Раз, ладошка», «Зажигай!», «Танец с лентами», «Вальс знакомств», «Весенняя фантазия».

Танцы народов других стран: «Украинская полечка» «Сиртаки», «Русские узоры». «Казачата», «Веселый рок-н-рол», Образные танцы «Пингвины». «Снеговики», «Бабочки», «Стирка». «Моряки»

Подготовительная группа (6-7 лет)

ТЕМА «Волшебное знакомство»

(Введение в предмет) Задачи:

1. Познакомить детей с историей рождения танца, жанрами танцевального искусства.

2. Рассказать о пользе занятий танцами.

3. Познакомить детей с разновидностями бальных танцев.

4. Беседа о стилях и направлениях.

ТЕМА «Ее величество Музыка»

Задачи:

1. Закрепить знания, навыки, полученные ранее.
2. Уметь анализировать музыкальное произведение, двигаться в соответствии с музыкой.

Содержание:

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, регистр, строение).
2. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, шагом, движением, предметом).
3. Такт, затакт, размер 2/4, 3/4, 4/4.
 - уметь выделять сильную долю;
 - уметь начинать движение с затакта;
 - творческая задача: поочередное вступление (канон) на 2/4, 3/4, 4/4.

Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт:

- игра: «Вопрос — ответ», «Эхо», «Повтори-ка»

4. Музыкальный жанр

- полька, марш, вальс, полонез, галоп (устно определить жанр)
- игра: «Марш — полька — вальс»

5. Слушать музыку a'capella, уметь двигаться под нее.

ТЕМА «Игровом стретчинг»

Задачи:

1. Подготовить двигательный аппарат к сценическим сложностям,
2. Развивать природные данные детей.
3. Укреплять физическое и психическое здоровье.
4. Расширять музыкальный кругозор.
5. Пополнять словарный запас терминами, принятыми в танцевальном искусстве.

Содержание:

1. Упражнения на полу:

- постановка корпуса
- работа па стопы;
- растяжка;
- работа над укреплением брюшного пресса

2. Работа над ритмом и прыжки, хлопки, шаги+хлопки).

3. Упражнения на укрепление мышцы спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Кобра». «Колечко». «Свечка», «Мостик», «Лодка», «Кошка», «Рыбка».

16. Упражнения па укрепление мышцы слипы и брюшного пресса путем наклонов вперед:

«Носорог», «Ежике», «Чайка». «Слон», «Улитку». «Ванька•рстанька». «Коробочка»

17. Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов сго в стороны: «Муравей», «Стрекоза». «Тростинка». «Флюгер», «Часики».

18. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Рак», «Павлин». «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан».

19. Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба». «Лягушонок», «Медвежонок»; тянем носочки вперед в положении сидя, поочередно сгибаем и выпрямляем ноги, упражнение «Утюжок».

20. Упражнения на укрепление мышцы плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», (ловцы).

21. Упражнения для тренировки равновесия: «Орел», «Крыло».

22. Растяжки «лягушка» в положении сидя и лежа, полупагаты.

23. Игровая композиция «Сказка о жадном императоре»

ТЕМА «Партерный экзерсиз» (элементы классического танца)

Задачи:

4. Развивать мускулатуру ног, рук, спины,

5. Формировать правильную осанку и координацию движений.

6. Подготовить к изучению более сложных элементов.

Содержание:

2. - постановка корпуса (ноги в свободном положении);

- понятия рабочая нога и опорная нога:

-позиции ног (1-я, 2-я, 3-я, vI при относительной выворотности ног);

- постановка корпуса в I — II — III позиции:

- releve на полупальцы;

- demi - plie в I — II — III -VI позиции;

- чередование ge|eye и demi — plie;

- grand-plie в I — II — III -VI позиции;

-battement tendu во всех направлениях (1-я позиция);

-cote (легкие прыжки);

-позиции рук: подготовительная, 1-я, 2-я, 3-я;

- перевод рук из позиции в позицию (port de bras - форма)

- повороты головы на 1/2; 1/4.

ТЕМА «Играя, танцуем» (комплексы ритмопластики)

Задачи.

1. Развивать внимание, память, координацию движений.

2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.

3. Двигаться в соответствии с характером музыки.

4. Учить через движения передавать эмоциональный настрой произведения.

Содержание:

«Разноцветная игра», «Любитель-рыболов», «Кошки-мышки», «Танцуем, сидя», «Стирка». «Ни кола, ни двора», «Кукляндия», «Звериная аэробика»

Танцевальные этюды на современном материале.

ТЕМА «Рисунок танца»

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.

2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.

3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание

3. Движение по линии танца.

4. Рисунок тапца «Круг» (рассказ из истории); замкнутый круг;

- раскрытый круг (полукруг);

- круг в круге;

- сплетенный круг (корзиночка);

- лицом в круг, лицом из круга;

- круг парами

Научить перестраиваться одного вида в другой.

2 Рисунок танца «Колонна», «Линия»:

- пересроения из круга в колонну, в линию. (на задний план. передний план);

- перестроения из нескольких кругов (самостоятельно. выбрав ведущих).

3. Понятие «Диагональ».

- перестроение из круга в диагональ;

- перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно указав ведущих)

4 Рисунок танца «Спираль».

- Игра «Клубок ниток».

5. Рисунок танца «Змейка

- горизонтальная;

- вертикальная.

Перестроение из «круга» в «змейку» (самостоятельно, выбрав ведущего).

6. Рисунок ганца «Воротца»: Русский танец «Воротца».

Игра - ганец «Бесконечный».

ТЕМА «Народный танец»

Задачи:

4. Познакомить детей с историей русского танца. его особенностями. формами.

5. Рассказать об отличительных особенностях характера. манер исполнения.

6. Научить основам русского танца.

Содержание:

3. Введение в предмет «Русский танец»;

4. Постановка корпуса:

5. Изучение основ русского народного танца:

- развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка».

«гармошка», ковырялочка;

- работа рук в русском танце;

- навыки работы с платочком;

- русский поклон;
- подскоки;
- тройные прыжочки
- бег с вытянутыми носочками
- боковой галоп
- шаг с вытянутыми носочками (хороводный) - хлопки
- движение с выставлением ноги на носок;
- «ковырялочка» вперед и в сторону;
- пружинка с поворотом;
- приставные шаги в сторону;

Ходы:

- простой. на полупальцах,
- боковой, приставной,
- боковой ход «припадание» по III позиции.
- беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.

Подготовка к «дробям»:

- притопы,
- удары полупальцами,
- удары каблуком;

Хлопки и хлопушки для мальчиков:

- одинарные по бедру и голенищу.
- каблучные упражнения — вынесение рабочей ноги на каблук во все направления;
- присядка с выставлением ноги на пятку

ТЕМА «Бальный танец»

Задачи:

4. Познакомить детей с историей бального танца.
5. Научить основам танца «Полька».
6. Разучить основные элементы танца «Вальс».
7. Разучить основные движения танца «Вару-вару»

Содержание:

4. Введение в предмет
5. Изучение основ танца «1 Юлька»:
 - подскоки, шаг польки, галоп;
 - комбинирование из основных элементов:
 - положения в паре:
 - «лодочка».
 - руки «крест-накрест»,
 - мальчик держит девочку за талию. девочка кладет руки мальчику на плечи.
6. Изучение основ танца «Вальс»:
 - основные элементы:
 - «качели»,
 - «квадрат»,

- «ромб»,
- «вальсовая дорожка»,
- «иеремсна»;
- balance (покачивание в разные стороны) • работа в паре
- положение рук в паре.
- «ромб» в паре,
- вращение «звездочка»;
- простые танцевальные комбинации.

7. Изучение основ танца «Вару-вару»

- выброс ног поочередно в прыжке вперед.
- выброс ног поочередно с прыжке с разные стороны;
- комбинированное изучение основных элементов;
- рисунок танца:
- положение an face;
- положение «лицом друг к другу»
- работа в паре;
- положение рук в паре;
- положение ног в паре:
- вращение в паре «волчок»;
- работа над ритмом:
- похлопывание основного ритма танца;
- работа над ритмом в движении.

ТЕМА «Танцевальное ассорти» (репетиционно- постановочная работа) Задачи:

4. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
5. Подготовить к показательным выступлениям.
6. Учить выражать через движения заданный образ.

Содержание:

Хороводные танцы: «Аленушки», «Василек», «Родные просторы»

Сюжетные танцы: «У самовара», «Отдых летом», «На птичьем дворе»

Детские танцы «Барбарика», «Пробуждальный» танец, «Веселые квадраты», «Зажигай!», «Десантники», «Анастасия», «Весенняя фантазия».

Танцы народов мира: «Восточный танец», «Сиртаки», «Русский перепляс», «Еврейский танец», «Казачата», «Ковбой», «Аргентинское танго», «Танец с тросточками», «Веселый рок-н-ролл», «Кармен» (испанский танец), «Цыганский танец». Образные танцы «Пингвины», «Снеговики», «Гномики», «Бабочки»

Календарный учебный график

	Режим деятельности	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Гармония»
1	Возраст	5-7 лет
2	Начало учебного года	сентябрь
3	Продолжительность учебного периода	36 недели
4	Продолжительность учебной недели	5 дней
5	Количество занятий в неделю	2 раза в неделю
6	Количество часов	72
7	Окончание учебного года	май
8	Период реализации программы	9 месяцев

Организационно-педагогические условия реализации программы

Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Материально-техническое обеспечение

Материально-техническое обеспечение включает в себя; организацию условий для проведения практических занятий, наличие необходимого учебно-методического материала.

Сведения о помещении:

Перечень материалов и оборудования для проведения занятий: музыкальная аппаратура, аудио записи; видео материалы; DVD диски (с аудио и видео материалами), DVD диски с обучающими материалами; компьютер, проектор, экран, сменная обувь; костюмы для выступлений (платья, сарафаны, кофты, юбки, топы); мяч пляжный; скакалка гимнастическая; обруч гимнастический; помпоны.

Методическое обеспечение

Структура занятия

Занятие состоит из подготовительной (вводной), основной и заключительной частей и начинается с поклона.

Вводную часть составляют упражнения и движения динамического характера, воздействующие на весь организм: ходьба, бег, прыжки. Затем следует основная часть, в которой реализуются задачи этапов обучения. Третья часть занятия - музыкально-ритмическая — наиболее динамична. Здесь включены танцевальные движения, творческие задания, танцевальные

композиции, хороводы, задания на построение и перестроение. В этой части задания дети самостоятельно могут создавать музыкальные образы.

Упражнения распределяются с учетом возрастания физиологической нагрузки в основной части занятия: в подготовительной части объединяются упражнения простые по координации, малые по амплитуде и выполняемые в медленном умеренном темпе; постепенное увеличение этих параметров движения и темпа приводит к усилению нагрузки в основной части; в заключительной части нагрузка постепенно снижается.

Музыка на занятии доступна восприятию ребенка. Используются детские песни, песни из мультфильмов, эстрадные и классические произведения.

Музыкальные стили и темп на протяжении занятия меняются, но основной темп — умеренный.

Виды и типы занятий

Занятия проводятся с применением различных структур:

I. Традиционное занятие

II. Тематическое занятие III. Сюжетное занятие IV. Игровое занятие

V. Занятие - импровизация

Ниже приводится краткая характеристика каждому виду занятия.

I. Традиционные занятия делятся на:

- обучающие;
- закрепляющие;
- итоговые.

1. Обучающие занятия. На занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения. На занятии может быть введено не более 2-3 комбинаций.

2. Закрепляющие занятия. Предполагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других, или идет соревнование - игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.

3. Итоговые занятия. Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации.

II. Тематическое занятие

Оно состоит из подготовительной, основной и заключительной частей.

Цель занятия: Воспитание интереса, потребности в движениях под музыку, развитие гибкости, «пластичности», развитие способности к выразительному исполнению движений.

На занятии используются:

1. Основные виды движений:

а) ходьба бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (СПИНОЙ), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба гусиным шагом и др.;

б) бег — легкий, ритмичный, передающий различный образ («бабочки», «птички», «ручейки» и т.д.), широкий («волк»), острый (бежим по «горячему песку») и др.;

в) прыжковые движения — на двух ногах на месте, с продвижением вперед, прямой галоп — «лошадки», легкое поскакивание и др.

2. Общеразвивающие упражнения на различные группы мышц:

упражнения на развитие гибкости, пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног.

3. Плясовые движения:

— элементы народных плясок, доступных по координации. Например, поочередное выставление ноги на пятку, притопывание одной ногой «выбрасывание» ног, полуприседание для девочек, и полуприсядка для мальчиков и др.;

- разучивание танцевальных упражнений: шаг польки, приставной шаг, поскоки и др., а также разучивание музыкально-ритмических композиций.

III. Сюжетное занятие

Сюжетное занятие выстраивается в соответствии с содержанием русских и зарубежных сказок.

В сюжетном занятии преобладают имитационные движения — разнообразные, образно-игровые движения, жесты раскрывающие понятный детям образ, динамику его настроений или состояний (в природе, в настроениях человека и животных, в вымышленных игровых ситуациях)

Цель занятия: развивать у детей умение сочувствовать, сопереживать другим людям и животным — персонажем сказок. Развивать художественно-творческие способности по средству ритмической пластики. Сюжетное занятие проводится по заданному сценарию сказки, или произведения. Занятие состоит из основных трех частей. Подготовительная часть: сюда входят разминка и общеразвивающие упражнения, в которых отражен сюжет занятия, т.е. «сказочная зарядка». Основная часть: это кульминация — наивысшая точка развития сюжета. В основную часть входят музыкально-ритмические композиции, соответствующие сценарию. Заключительная часть — развязка на достижение целей, которые были поставлены в начале занятия перед детьми.

Можно использовать следующие сюжетные темы:

«На лесной опушке», «Новогодняя сказка», «Путешествие по сказкам», «Теремок», «Осень в гости к нам пришла», «Весенняя карусель».

IV. Игровое занятие

Игровое занятие по структуре напоминает сюжетное занятие.

Цель занятия: способствовать развитию у детей творческих и физических способностей. Содействовать развитию прыгучести, ловкости, координации движений, ориентирование в пространстве. Занятие состоит из трех частей: подготовительная, основная, заключительная. В подготовительной части

проводится разминка и общеразвивающие упражнения. Характер упражнений соответствует теме, предлагаемой педагогом по типу зарядки. Основная часть занятия включает в себя подвижные игры, отражающие тему занятия. В заключительной части используются музыкально-ритмические композиции, соответствующие данной теме занятия. Можно использовать следующие темы игровых занятий: «В гостях у трех поросят», «Путешествие в Морское царство», «Поход в зоопарк», «В гости к Чебурашке» и др.

Возможно **итоговое занятие**, которое проводится в виде диагностики развития музыкальных и двигательных способностей по всем видам деятельности музыкального движения, усвоенному в какой-то определенный отрезок времени: например, гимнастический комплекс, элементы русского народного танца, ритмические рисунки и т. д., для достижения наибольшей эффективности результатов необходима строгая продуманность каждого занятия, отдельных его частей, использование широкого арсенала методических приемов обучения, индивидуальный подход.

V. Занятие - импровизация

На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

Занятие-импровизация, как правило, проходит в конце учебного года. У детей развиты двигательные навыки, накоплен разнообразный музыкально-ритмический репертуар, что способствует творческому мышлению, воображению и фантазии.

Занятие-импровизация проходит в свободной импровизированной форме. Цель занятия: повторить изученный материал по ритмическим танцам. учить импровизировать под музыку. Способствовать развитию импровизации, творческих способностей детей.

Следует помнить о физической, психической, эмоциональной нагрузках, стараться не переутомлять детей большим количеством материала, избегать однообразных заданий. Занятия должны приносить детям радость, удовлетворение от преодоления трудностей, раскрывать их творческий потенциал. Надо шире привлекать их к показу движений, объяснению двигательных заданий и правил игры, оценки деятельности друг друга.

Этапы процесса обучения

Целостный процесс обучения танцам можно условно разделить на три этапа:

Начальный этап - обучению упражнению (отдельному движению);

Этап углубленного разучивания упражнения;

Этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, дети пытаются воссоздать увиденное, опробывают упражнение, подражая педагогу.

Название упражнений, вводимое педагогом на начальном этапе, создаст условия для формирования его образа, активизирует работу церебральной нервной системы детей.

Показ упражнения происходит в зеркальном изображении.

Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Первые попытки опробования упражнения имеют большое значение при дальнейшем формировании двигательного навыка.

При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным движениям (например, разнонаправленные движения руками, ногами, головой в упражнениях танцевального характера) педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнению.

Успех начального этапа обучения зависит от умелого предупреждения и исправления ошибок. При удачном выполнении упражнения целесообразно его повторить несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о нем.

Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствования ритма, свободного и слитного выполнения упражнения.

Главным условием обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Количество повторений в занятии увеличивается, по сравнению с предыдущим этапом. На этапе углубленного разучивания дети приобретают некоторый опыт в исполнении движений по показу педагога и запоминают несколько композиций. Все это способствует развитию у детей самостоятельно выполнять выученные упражнения в целом.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его к творческому самовыражению в движении под музыку. Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями. На этом этапе необходимо совершенствовать качество исполнения упражнений и формировать у детей индивидуальный стиль. Этап совершенствования объясняет и демонстрирует упражнения, дети пытаются воссоздать увиденное, опробывают упражнения, подражая педагогу.

Название упражнений, вводимое педагогом на начальном этапе, создаст условия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы детей.

Показ упражнения происходит в зеркальном изображении.

Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Первые попытки опробования упражнения имеют большое значение при дальнейшем формировании двигательного навыка.

При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным движениям (например, разнонаправленные движения руками, ногами, головой в упражнениях танцевального характера) педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнению.

Успех начального этапа обучения зависит от умелого предупреждения и исправления ошибок. При удачном выполнении упражнения целесообразно его повторить несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о Нем.

Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствования ритма, свободного и слитного выполнения упражнения.

Главным условием обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Количество повторений в занятии увеличивается, по сравнению с предыдущим этапом. На этапе углубленного разучивания дети приобретают некоторый опыт в исполнении движений по показу педагога и запоминают несколько композиций. Все это способствует развитию у детей самостоятельно выполнять выученные упражнения в целом.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его к творческому самовыражению в движении под музыку. Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями. На этом этапе необходимо совершенствовать качество исполнения упражнений и формировать у детей индивидуальный стиль. Этап совершенствования упражнений можно считать завершенным лишь тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей. Только

после этого данное упражнение можно применить с другими, ранее изученными упражнениями. В различных комбинациях, комплексах и танцах.

На занятиях хореографией подбор упражнений соответствует возможности и подготовленности детей. В процессе изучения курса дети знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на детских праздниках и концертах.

Репертуар к программе подобран для каждого возраста детей.

Главным возбудителем фантазии ребенка является музыка. Поэтому музыкальный материал подбирается особенно тщательно, по следующим принципам: соответствие возрасту; художественность музыкальных произведений, яркость, динамичность их образов; разнообразие тематики, жанров, характера музыкальных произведений на примерах народной, классической и современной музыки, детских песен, музыки из мультфильмов. На основе подобранного музыкального материала создается танцевальный репертуар. Важно, чтобы в процессе занятий по ритмике, приобретение знаний, умений и навыков не являлось самоцелью, а развивало музыкально-танцевальные и общие способности, творчество, формировало основы духовной культуры детей.

Список литературы

Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Распоряжение Правительства РФ от 30 декабря 2012 г. № 2620-р.
5. Приказ Минобрнауки РФ № 196 от 09.11.2018 г. «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 года № 28 «Об утверждении правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

Для педагога дополнительного образования:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва 2000.
2. Зарецкая Н., Роот З. Танцы в детском саду. Москва 2003.
3. Практическое пособие по хореографии» для музыкальных руководителей дошкольных учреждений и начальной школы. Шалар Т.О. М. 2004.
4. Программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» под ред. А.И.Буренина

5. Репина В.С. Общение ребёнка в детском саду и семье. М.: ООО ИД - «Белый ветер», 2001.

6. Танцевально-игровая гимнастика для детей» учебно-методическое пособие для педагогов дошкольного учреждения, СПб.: «Детство - пресс», 2000.

7. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Танцевально-игровая гимнастика для детей. Санкт — Петербург 2003,