

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ
ШКОЛА № 814

"РЕКОМЕНДОВАНО"
экспертным советом

Протокол № _____
" 4 " сентября 2017 г.



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ГБОУ Школа № 814

М.Н. Иванцов

" 4 " сентября 2017 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности

ДЕТСКАЯ ХОРЕОГРАФИЯ
СТУДИЯ «ПЕРСОНА»

Возраст обучающихся: 3- 6 лет
Срок реализации программы: 1 год

Разработчик:
Комарова Наталия Юрьевна,
педагог дополнительного
образования

Педагог, реализующий программу:
Комарова Наталия Юрьевна

МОСКВА, 2017-2018 уч.г.

Пояснительная записка

Хореография - это мир красоты движения, звуков, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Для детей этот мир особенно интересен и увлекателен. В танце заложены все необходимые резервы для воспитания ребенка. Соединение движения, музыки и игры, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми.

- **Направленность и уровень программы.**

Настоящая программа имеет художественную направленность и нацелена на приобретение устойчивого интереса к занятиям хореографией у дошкольников, на их общее психо-физическое развитие посредством танца (снятие зажимов, умение координировать свои движения и управлять своим телом). Настоящая программа является программой ознакомительного уровня.

- **Новизна и отличительные особенности**

В настоящее время существует множество программ по хореографии. Новизна настоящей программы заключается в охвате самой юной аудитории и подаче материала в игровой форме.

Отличительными особенностями данной программы по хореографии является соединение таких направлений, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение. Материал дается детям в игровой форме. Особенностью данной программы является активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса. Учебный материал включает в себя элементы видов танцев, объединенных в отдельные танцевально-тренировочные комплексы, игры и танцевальные композиции. Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий.

- **Актуальность, педагогическая целесообразность**

В век стремительно развивающихся компьютерных технологий, всевозможных гаджетов и электронных девайсов, побуждающих ребенка проводить многие часы в неподвижном состоянии, особую актуальность приобретает возможность двигаться и живое человеческое общение.

Занятия хореографией проводятся в группе, что позволяет юным ученикам коммуницировать. На занятиях хореографией дети развивают

зрительную, слуховую, мышечную память. Каждый маленький ученик познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

- **Цель и задачи программы**

В соответствии с вышеприведенными постулатами выделены следующие цель и задачи настоящей программы по детской хореографии.

Цель данной программы: развить интерес дошкольников к хореографическому искусству.

Задачи:

Образовательные:

- Обучить детей танцевальным движениям.
- Обучить детей хореографическим терминам.
- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.

Воспитательные:

- Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
- Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.
- Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми.

Развивающие:

- Развивать творческие способности детей.
- Развивать музыкальный слух и чувство ритма.
- Развивать воображение, фантазию.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

Оздоровительные:

- Укрепление здоровья детей (физическое и душевное состояние).

- **Возраст детей, обучающихся по данной программе**

Настоящая программа рассчитана на детей от 3-х до 6-ти лет

• **Сроки реализации программы (продолжительность образовательного процесса, этапы)**

Настоящая программа рассчитана на 1 учебный год и предполагает поэтапное освоение учениками следующих составляющих:

- Музыкально-ритмические занятия.
- Элементы народного танца.
- Элементы детского бального танца.
- Элементы эстрадного танца.

Общее количество часов по занятиям детской хореографии для возрастной группы – 3-6 лет – 72 ч., из них:

- Вводное занятие - 1 ч.
- Музыкально - ритмические движения – 29 ч.
- Элементы русского танца – 12 ч.
- Детский бальный танец, ритмика – 20 ч.
- Элементы эстрадного танца – 8 ч.

• **Формы и режим занятий**

Занятия по программе «Детская хореография» проводятся 2 раза в неделю по 40 минут, включая игровые паузы не менее 10-15 минут. Количество детей в группах 7-15 человек. Такое число занимающихся в группе позволяет одновременно решить две важные, но зачастую взаимоисключающие задачи учебного процесса:

1. Работу в коллективе.
2. Индивидуальный подход к каждому ребенку.

Основная форма занятий — групповая. Программа предполагает и другие формы работы — индивидуальные и подгрупповые занятия, которые используются с целью отработки отдельных танцевальных движений или при подготовке к выступлениям и/или открытым урокам.

Занятие состоит из трех частей:

1. Вводная - в нее входит поклон, маршировка, разминка. (3-5 минут)
2. Основная - она делится на тренировочную (изучение нового материала, повторение, закрепление пройденного) и танцевальную (разучивание танцевальных движений, комбинаций, композиций) (15-20 минут)
3. Заключительная – музыкальные игры, вспомогательные упражнения, поклон. (10-15 минут)

Помимо базовых частей занятия включают в себя упражнения на развитие ориентирования в пространстве, ритмическую разминку на развитие

групп мышц и подвижность суставов, вспомогательные и координирующие упражнения, упражнения с предметами, растяжку, музыкально – подвижные игры, упражнения на импровизацию.

• **Ожидаемые результаты и способы определения результативности**

К концу обучения по программе ожидается, что воспитанник будет:

- Знать правила правильной постановки корпуса, основные положения рук, позиции ног;

- Уметь пройти правильно в такт музыки, сохраняя красивую осанку, иметь навык легкого шага с носка на пятку;

- Чувствовать характер музыки и передавать его танцевальными движениями, правильно исполнять программные танцы;

- Уметь исполнять движения в характере музыки, сохраняя осанку, уметь правильно открыть и закрыть руку на талию, правильно исполнять музыкальные этюды;

- Научиться трудиться в художественном коллективе, добиваясь высоких результатов.

По итогам учебного сезона проводится внутренний мини-экзамен по пройденному материалу позволяющий определить результативность настоящей программы.

• **Формы подведения итогов реализации программы (выставки, фестивали, соревнования, учебно-исследовательские конференции и т.д.).**

Формами подведения итогов реализации программы являются открытые уроки, концерты и массовые мероприятия с участием учеников. Неотъемлемой частью реализации настоящей программы является регулярное участие учеников в региональных, городских, а также всероссийских и международных профильных соревнованиях, таких как фестивали, конкурсы, мастер-классы и пр.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие -	1	0,5	0,5	
2.	Музыкально - ритмические движения	29	9	20	Открытое занятие
3	Элементы русского танца	12	3	9	Открытое занятие
4	Детский бальный танец, ритмика	20	5	15	Открытое занятие
5	Элементы эстрадного танца	8	2	6	Открытое занятие
6	Концертная деятельность	1	0,5	0,5	
7	Итоговое занятие	1	0,5	0,5	(Мини-экзамен по пройденному материалу)
ИТОГО		72	20,5	51,5	

Содержание УЧЕБНОГО ПЛАНА

1.Раздел. Вводное занятие

Теория: Понятия и термины хореографии. Что такое танец. Приветствие. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. Постановка корпуса. Положение рук на талии.

Практика: Освоение базовых навыков хореографии: танцевальный шаг с носка. Танец «Топ по паркету» (шаг с носка, хлопки, притопы, прыжки на двух ногах)

Игра «Давайте потанцуем». Стоя в кругу по очереди закручиваться к каждому человеку, называя свое имя и, спрашивая, как зовут соседа.

2.Раздел.Музыкально - ритмические движения

Теория: Понятие музыкально-ритмического рисунка. Понятия перестроения из одного рисунка в другой, передача заданного образа. Знакомство с темпами музыки (медленный, умеренный, быстрый), с динамическими оттенками музыки (форте, пиано), со штрихами музыки (стаккато, легато). Пояснения по правильности выполнения тех или иных элементов, демонстрация элементов. Повтор за педагогом с сопутствующими пояснениями.

Практика: Освоение последующих навыков хореографии: Упражнения «Здравствуй сказка», « Путешествие в зоопарк », «Зимняя сказка », «Зеркало».

Маршировка (шаг с носка, перестроения – круг, из большого в маленький круг и обратно, колонна, круг.)

Разминка «Сказочные герои» (голова – повороты вправо, влево, наклоны к правому, левому плечу; плечи, руки – поочередное поднимание плеч вверх; движения кистями рук вверх вниз, сгибание – разгибание в локтевых суставах, вытягивание вверх– опускание вниз рук; корпус – повороты, наклоны в стороны, вперед, ноги – поочередное поднимание пятки, приседания, приставные шаги в стороны, вперед - назад, поднимание колен вперед, в стороны, прыжки на двух ногах, ноги вместе – врозь)

Хлопки в ладоши – простые и ритмические. Положение рук: перед собой, сверху, внизу, справа и слева на уровне головы.

«Пружинка» - легкое приседание. Музыкальный размер 2/4. темп умеренный. Приседание на два такта, на один такт, два приседания на один такт.

Упражнения «Шаг, приставить, шаг, каблук», «Подъем на полу пальцы», «Повороты вправо, влево».

Танцевальная композиция «Коротышки»

Игры: «Сказочный лес», «У медведя», «Путешественники»

Партерная гимнастика («Буратино», «Солнышко», «Бабочка», «Складочка»)

Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги в стороны, вперед, назад. Перестроения - круг, из большого в маленький круг и обратно, в колонны по 2, 4).

Показ телом животных в зоопарке (медведь, кролик, слон, лиса, тигр и др.).

Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, шаг с высоким подниманием колен, приставные шаги с приседанием, галоп, подскоки.

Перестроения – круг, две колонны, два круга, «шторки», круг, колонна, полукруг.

Разминка «Зимние забавы» - (голова – повороты в стороны, наклоны в стороны, полукруг впереди. Плечи, руки – подъем и опускание плеч, движение плечами вперед, назад; поднимание и опускание рук по очереди и вместе, движение рук вперед, назад, движения имитирующие игру в снежки, «греем руки»). Корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты назад. Ноги – поднимание на полу пальцы, поднимание колен, вытягивание прямых ног вперед в пол, выпады в стороны, вперед. Прыжки – на двух ногах, на одной, перескоки с одной ноги на другую. Бег на месте с высоким подниманием колен.)

Шаг с ударом, кружение «лодочкой», галоп, подскоки. Хлопки, притопы.

Игры: «Повтори за мной», «Круг дружбы», «Домик»

Танцевальная композиция «Тик так – тикают часы».

Партерная гимнастика («Рыбка», «Русалочка», «Дощечка», «Сидит дед»).

3.Раздел. Элементы русского танца

Теория: Понятие и особенности русского танца. Знакомство с базовыми элементами русского танца. Пояснения по правильности выполнения тех или иных элементов русского танца, демонстрация элементов русского танца. Повтор за педагогом с сопутствующими пояснениями.

Практика: Освоение последующих навыков хореографии с элементами русского танца. Упражнения: «Во саду ли в огороде», «Валенки», «Оркестр»

Маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, шаг с ударом, галоп, подскоки, перескоки. Перемещения – круг, колонна, два круга, «шторки», круг, звездочка, сужение и расширение круга, круг в круге.)

Разминка «Ах, вы, сени» (голова – повороты в стороны, наклоны в стороны, полукруг впереди. Плечи, руки – подъем и опускание плеч, движение плечами вперед, назад; поднимание и опускание рук по очереди, и вместе, движение рук вперед, назад, Корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты назад. Ноги – поднимание на полу пальцы, поднимание колен, вытягивание прямых ног вперед в пол, выпады в стороны, вперед. Прыжки – на двух ногах, на одной, перескоки с одной ноги на другую. Бег на месте с высоким подниманием колен.) Положение рук на поясе, открывание рук во 2 позицию, закрывание на пояс. Вынос ноги на каблук вперед, в стороны без корпуса, с наклонами корпуса. Притопы одинарные, двойные, тройные. Полу присядка.

Хлопушки в ладоши, по бедру. Кружения. «Ковырялочка», «ковырялочка» с притопом. Ходы – простой с носка, «елочка», шаркающий шаг. Исполнение движений с одновременной работой рук.

Танцевальная композиция «Порушка - пораня»

Игры: «Заплетися мой плетень», Игра «Танец ткачей», «Веселый оркестр»

Партерная гимнастика (упражнения на растяжку ног, укрепление мышц спины, улучшения выворотности ног.

4.Раздел. Детский бальный танец, ритмика

Теория: Понятие и особенности бального танца. Значение правильной осанки в направлении «Бальные танцы». Знакомство с базовыми элементами бального танца. Пояснения по правильности выполнения тех или иных элементов бального танца, демонстрация элементов бального танца. Повтор за педагогом с сопутствующими пояснениями.

Практика: Освоение последующих навыков хореографии с элементами бального танца. Упражнения: «Приглашение к танцу», «Я хочу танцевать».

Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен. Перестроения – круг, змейка, квадрат, колонна, полукруг, две колонны.)

Разминка «Раз, два, три, четыре» (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки –поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, движение кистями рук, сгибание – разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи, вверх и обратно» по очереди, корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, поднимание на полу пальцы, приставные шаги, прыжки – по VI, VI –II, упражнение «лыжник» в разных ритмических рисунках.)

Поклон по I позиции ног, галоп, подскоки, приставные шаги, легкие прыжки на месте, хлопки в разных ритмических рисунках.

Игры: Полька «Забава», «Давайте потанцуем», «Музыкальные змейки», «Одинокый путник».

Партерная гимнастика (упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины и живота, для улучшения выворотности ног, профилактики плоскостопия.

Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен. Перестроения - в рассыпную, шеренга, круг, в пары, круг в круге, в рассыпную.)

Разминка «Я танцую» (голова – ритмические покачивания, наклоны, полукруг; плечи, руки – поднимание, опускание плеч – вместе, по одному, круговые движения, сгибание, разгибание пальцев рук, движение кистями рук, сгибание – разгибание в локтевом суставе, упражнение «плечи, вверх и обратно» по очереди, корпус – наклоны вперед, в стороны, повороты. Ноги – движения стопами, поднимание на полу пальцы, приставные шаги, переменный шаг в сторону, прыжки – по VI, VI –II, прыжок в повороте.)

Поклон мальчиков, поклон девочек, приставной шаг, балансе, шаг глиссад, покачивание, поворот в паре, кружения.

Игры: Вальс «Дружбы», «Магниты», «Ромашки», «Бабочки»

Партерная гимнастика (упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины и живота, для улучшения выворотности ног, профилактики плоскостопия.

5. Раздел. Элементы эстрадного танца

Теория: Понятие и особенности эстрадного танца. Пояснения по правильности выполнения тех или иных элементов эстрадного танца, демонстрация элементов эстрадного танца. Повтор за педагогом с сопутствующими пояснениями.

Практика: Освоение последующих навыков хореографии с элементами эстрадного танца. Упражнения: «Давайте построим большой хоровод», «Я звезда танцпола».

Маршировка (шаг с носка, шаг на полу пальцах, приставной шаг вперед, пружинящий шаг, шаг марша, галоп, подскоки, бег с высоким подниманием колен, перескоки. Перестроения – две шеренги, шторы, круг, четыре колонны, змейка, квадрат.)

Разминка «Зарядка» (подъем на полу пальцы, приседания, наклоны, повороты туловища, махи согнутыми ногами, выпады –исполняются совместно с движениями рук, головы.)

Танцевальная композиция «Давайте построим большой хоровод».

Игры: «Тик так», «Кто запомнил лучше всех», «Будь внимателен», « А, ну-ка, покажи».

Разминка «Как у нашей бабушки» (Голова– повороты головы, круг головой, наклоны. Плечи –поочередное поднимание и опускание, круговые движения. Руки – открывание во II позицию и закрывание в положение на талию, положение рук перед грудью, круговые движения локтями, сгибание-разгибание в локтевом суставе. Корпус – наклоны, повороты. Ноги – поднимание на полупальцы с опусканием в плие, поднимание колен, вытягивание и сокращение стопы вперед и в сторону, «пирамидка». Прыжки – по VI позиции ног, галоп в стороны, подскоки на месте, «шаг лыжника».)

Поклон поясной, праздничный; простой дробный шаг, беговой шаг, боковой ход припадание, «ковырялочка», «моталочка», скользящие одинарные хлопки, удары по подошве сапога, дробная дорожка, дорожка в «три ножки», «трилистник», «гармошка».

Танец «Бабушкин сундучок»

Партерная гимнастика (упражнения на растяжку мышц, укрепления мышц спины и живота, для улучшения выворотности ног, профилактики плоскостопия.)

6.Раздел. Концертная деятельность

Теория: Пояснения по выступлениям. «Зачем мы выступаем». Очередность выходов. Общая подготовка к выступлению. Правила поведения и организационные вопросы связанные с выступлениями в больших концертах, мероприятиях, Фестивалях и пр. особенности работы на сцене.

Практика: Постановка концертных номеров. Выступления с подготовленными номерами в различных мероприятиях: праздники, конкурсы, фестивали и пр.

7. Раздел. Итоговое занятие (*Мини-экзамен по пройденному материалу*)

Теория: Открытый урок в формате *Мини-экзамена по пройденному материалу*

Практика: Презентация освоенных навыков хореографии в соответствии с пройденными разделами: Общие музыкально-ритмические движения, базовые элементы русского танца, базовые элементы бального танца, элементы эстрадного танца. Презентация поставленных концертных номеров.

Методическое обеспечение программы

С первых минут занятий очень важно заинтересовать детей, вызвать у них желание заниматься. Для этого следует тщательно продумать методические приемы, которые помогут решить поставленные задачи. Прежде, чем заставить

ребенка танцевать, нужно научить его красиво и осознанно двигаться под музыку, научить связывать музыку с движением. Для этого в занятия нужно включать простые, интересные упражнения, не вызывающие особых затруднений для их восприятия и исполнения. Движения показывает педагог. Надо следить, чтобы дети не повторяли сразу за педагогом, а внимательно следили за его исполнением. Обучение движению начинается с его названия, показа, объяснения техники. Это необходимо для создания зрительного образа и последующего осмысления движений.

Для обучения танцам детей дошкольного возраста необходимо использовать игру. Целесообразно включать в занятие импровизацию. В качестве музыкального оформления лучше выбирать доступные для восприятия детей произведения. Они должны быть разнообразными и качественными. Музыка подбирается к каждой части занятия, определяется ее структура, темп, ритмический рисунок, характер. На протяжении всех занятий, особенно на их начальном этапах, очень важно следить за формированием правильной осанки детей. С этой целью рекомендуются задания на укрепление мышц спины.

Ведущими методами обучения детей танцам являются:

- наглядная демонстрация формируемых навыков (практический показ);
- объяснение методики исполнения движения;

Таким образом, основные методы, применяемые при обучении:

- качественный показ;
- словесное (образное) объяснение;
- повторение.

Итогом занятий является танец. Танец, поставленный на основе выученных движений, помогает развить танцевальность. Преодолевая технические трудности, дети приобретают свободу сценического поведения, проявляют свою индивидуальность.

Позиции необходимые для проведения занятий:

1. Зал для занятий – общей площадью не менее 20 квадратных метров
2. Коврики для партерной гимнастики или ковровое или иное мягкое покрытие в зале для занятий
3. Музыкальное или любое воспроизводящее звук оборудование (магнитофон, музыкальный центр, ноутбук, планшетный компьютер, плеер и колонки)

Список литературы.

1. Закон Р.Ф. «Об образовании» от 10.06.09. №3266 (с изменением и дополнениями).
2. Концепция дошкольного воспитания (1989).
3. Типовое положение о дошкольном образовательном учреждении, утвержденное постановлением Правительства Р.Ф. от 01.07.95. № 677.
4. Программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» под ред. А.И.Буренина.
5. Т. Барышникова «Азбука хореографии» Москва 2001г.
6. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина «Танцевально-игровая гимнастика для детей» Санкт – Петербург 2003г.
7. Н. Зарецкая, З. Рот «Танцы в детском саду» Москва 2003г.

Список литературы, рекомендованной педагогам для освоения данного вида деятельности.

1. Т. Барышникова «Азбука хореографии» Москва 2001г.
2. Н. Зарецкая, З. Рот «Танцы в детском саду» Москва 2003г.
3. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина «Танцевально-игровая гимнастика для детей» Санкт – Петербург 2003г.
4. Нилов В.Н. Хореография. Методическое пособие для руководителей творческих коллективов, общеобразовательных школ, клубов и центров по месту жительства города Москвы. М.: 2010
5. 1. Буренина А.И. Коммуникативные танцы-игры для детей.- СПб, Музыкальная палитра, 2004

Список литературы, рекомендованной родителям в целях расширения диапазона образовательного воздействия и помощи родителям в обучении и воспитании детей.

1. Буренина А.И. Коммуникативные танцы-игры для детей.- СПб, Музыкальная палитра, 2004

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие -				
1.1	« Давайте познакомимся »	20 мин	20 мин	-	
1.2	« Снежный ком »	20 мин	20 мин	-	
2.	Музыкально - ритмические движения				
2.1	« Здравствуй сказка »	7	1	6	
2.2	« Путешествие в зоопарк »	2	1	1	
2.3.	« Зимняя сказка »	8	1	7	
2.4	« Зеркало »	8	2	6	
		30 мин	5 мин	25 мин	Открытый урок
3	Элементы русского танца				
3.1	« Во саду ли в огороде »	6	1	5	
3.2	« Валенки »	4	30 мин	3,5	
3.3	« Оркестр »	2	1	1	
		30 мин	5 мин	25 мин	Открытый урок
4	Детский бальный танец, ритмика				

4.1	«Приглашение к танцу»	6	1	5	
4.2	«Я хочу танцевать»	20	5	15	
5	Элементы эстрадного танца				
5.1	« Давайте построим большой хоровод »	1	30 мин	30 мин	
5.2	« Я – звезда танцпола »	4	1	3	
		30 мин	5 мин	25 мин	Открытый урок
6	Концертная деятельность	30 мин	10 мин	20 мин	
7	Итоговое занятие (Мини-экзамен по пройденному материалу)	1	30 мин	30 мин	