

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение г. Москвы
школа №201



УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ Школы №201
Е.В. Подольская
31.08.2018

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
«Развивающая хореография для дошкольников»**
Возраст обучающихся: 3- 7 лет
Срок реализации программы: 3 года

Педагог дополнительного образования
Борисова Екатерина Анатольевна

МОСКВА 2018

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Дошкольное детство-пора наиболее оптимального приобщения ребенка к миру прекрасного. Это время наиболее благоприятного для развития образного мышления, воображения, эмоционально-чувственной сферы его личности. В дошкольный период у ребенка формируется отношение к окружающему миру, характер, интересы, приобретаются навыки целеустремленности, что очень важно для дальнейшего развития личности.

Влияние танца на развитие творческой деятельности ребенка очень велико. Очень важно привить ребенку любовь к движению, танцу, именно в детстве, поскольку это раннее выражение его творчества может быть использовано для развития и сохранения его творческих импульсов, чтобы они в более зрелом возрасте привились с еще большей силой.

Программа «Хореография для дошкольников» имеет **художественную направленность**. Данная программа предназначена для занятий с детьми дошкольного возраста и направлена на ознакомление детей с простейшими танцевальными ритмами и на приобретение ими начальных двигательных навыков. Она также призвана раскрыть творческий потенциал каждого ребенка, развить эстетический вкус.

Актуальность программы заключается в том, что она призвана решить важные на сегодняшний день проблемы:

- нравственного и художественного воспитания
- улучшения физического здоровья детей

Новизна данной программы заключается в комплексном решении проблем воспитания, развития и образования детей, **в отличие от существующих программ**, где основное внимание уделяется только обучению танцам.

Цель программы: развитие творческих способностей детей путем обучения простейшим хореографическим движениям.

Задачи программы:

1. Воспитание у дошкольников:

- любовь и интерес к танцам;
- отношение к окружающему миру как к «общему дому», помочь увидеть его многообразие, научиться сочувствовать и сопереживать тем, кто творит рядом.
- музыкальности и естественной двигательной реакции через принятие и переживание музыки.
- приобщение ребенка к лучшим классическим образцам мировой музыкальной культуры.

1. Обучение:

- элементам ритмических движений;
- обучение музыкальной выразительности, образности и ритмичности в танце;
- работе в группе;
- освоение основных видов движений.

2. Развитие:

- стремления потребности к самовыражению;
- личностных и духовных качеств у ребенка;
- индивидуальности ребенка;
- выявление и развитие физиологических особенностей;
- фантазии, эмоциональности, импровизационных способностей у ребенка;
- развитие познавательной активности;
- абстрактного мышления, музыкального слуха;
- развитие актерских способностей.

Программа рассчитана на **3 года, возраст детей 3-7 лет. Форма занятий – групповая.** В группах предусматривается наличие 5-15 человек. В ансамбль принимаются все желающие, склонные к танцевальной деятельности и не имеющие противопоказаний к физическим нагрузкам.

Занятия проходят 2 раза в неделю. Дети 3-4 лет занимаются по 15 минут + 15 минут подвижные игры. Группа детей 4-5 лет занимается по 20 минут + 10 минут подвижные игры. Дети 5-6 лет занимаются 30 минут (предполагается наличие физкультминутки - 5 минут), группа детей 6-7 лет занимается по 30 минут. Занятия проводятся с учетом танцевальной подготовки детей и способности к восприятию нового материала.

В процессе обучения ставятся концертные номера (этюды), которые являются оценкой овладения программой детьми. Образовательный процесс отслеживается на открытых уроках 2 раза в год.

Данная программа реализуется по 3-видам деятельности:

-образовательная, включает в себя:

- партерную гимнастику
- основы акробатики
- элементы классического танца
- коллективные развивающие игры и этюды

-сценическая практика, включает в себя:

- постановочную работу
- репетиционную работу
- уроки актерского мастерства и импровизации

-воспитательно-познавательная работа, включает в себя:

- проведение тематических бесед про мир музыки и хореографии
- участие в праздниках

В воспитательном отношении в ребенке закладывается тактичное отношение к окружающим, уважение к преподавателю, радость от выполняемой работы, ответственность за нее.

Форма и методика обучения.

Прежде всего, методика обучения должна быть доступной для всех детей, так как дети приходят с совершенно различными физическими данными и способностями.

На первом году обучения дети знакомятся с основными музыкальными ритмами: марш, вальс, приобретают элементарные двигательные навыки; учатся вставать в пары - исполнять движения синхронно; учатся правильно строиться в линиях, делать поклон.

На втором году обучения происходит закрепление приобретенных ранее; усложняются движения. Особое внимание уделяется развитию координации, чувства равновесия. Дети учатся ориентироваться в пространстве, приобретают навык общения в группе танцевальных навыков

Как правило, дети даже не занимающиеся хореографией, на просьбу потанцевать, подвигаться под музыку откликаются тем, что начинают подыскивать знакомые им движения, компоновать различные, кажущиеся им красивыми позы. И здесь очень важно объяснить детям, что главное в танце – не позы, а выражение своего переживания.

Застенчивые, закомплексованные дети зачастую отказываются двигаться. В этом случае или предлагается повернуться спиной к окружающим и закрыть глаза, но при этом должно обязательно выполняться правило: «Звучит музыка - двигаются все». Ребенок начинает двигаться, когда видит, что его никто не оценивает.

Каждый урок начинается с работы над развитием мышц ребенка. Для того, чтобы дети выполняли упражнения радостно и с удовольствием, эти движения должны совпадать с собственными желаниями учеников, что достигается игровыми приемами.

Прежде, чем приступить к основной части занятия, нужно подготовиться к движению. Готовность к движению – психофизиологическое состояние несколько повышенного эмоционально-моторного тонуса, внутренней двигательной активности, которое предшествует началу движения и созвучно ожидаемой музыке.

Важно, чтобы дети освоили основные виды движений:

- плавные;
- маховые;

- пружинные.

Это позволит им сознательно использовать силу тяготения и правильного дыхания.

Дети 3-7 лет очень подвижны, быстро устают от однообразия движений, для них крайне утомительно сохранять статические положения. В этом возрасте движения детей еще плохо координированы, невелик запас двигательных навыков, что несомненно учитывается при работе с дошкольниками.

Подчеркнем, что на этом этапе обучения детей особенно важна доступность. Ребенок должен почувствовать уверенность в себе, чтобы у него появился интерес к танцам, желание научиться танцевать.

Репертуар танцев (этюды) должен удовлетворять главному требованию:

- физической и интеллектуальной готовности ребенка для восприятия данного этюда.

На первых занятиях ребенку еще трудно воплощать сложные, емкие образы, поэтому поначалу наиболее целесообразно работа в этюдах и образных упражнениях, которая заключается в изображении или подражании животным, птицам, а позже – явлениям природы.

Коллективная игра, где появляется сюжет, позволяет развить у ребенка умение слушать не только себя, но и умение действовать сообща.

Наиболее важная работа, которая собственно и является результатом обучения – самостоятельная работа с музыкой, когда звучит новая мелодия, и каждый получает возможность совершенно свободно выразить свое отношение к ней.

Занятия эстрадным танцем приводят к:

- физическому укреплению здоровья детей;
- формированию правильной осанки;
- координации движений;
- развитию гибкости, пластики, чувства ритма;

- развитию музыкального слуха у детей.

Организация занятий:

На занятиях всегда соблюдается последовательность разделов.

1. Приветствие – поклон;
2. Разминка – разогрев;
3. Партерная гимнастика и элементы класс. танца;
4. Элементы эстрадного танца на середине и по кругу. **Виды движений.**
 - Связки из пройденных элементов;
 - Образные этюды, игры; Импровизация.
 - Прощание – поклон.

Всю программу объединяет концепция: «от простого к сложному», т.е.:

- увеличение физической нагрузки;
- усложнение элементов танцев;

Данная программа призвана раскрыть творческий потенциал каждого ребенка, развить художественно- эстетический вкус.

Прогнозируемые результаты и способы их проверки.

Особое внимание при изучении материала уделяется:

- развитию ритмичности, музыкальности;
- образности в танцевальных движениях;
- освоению необходимых движений, связок в танце;
- расширению кругозора детей (беседы о танцевальном искусстве, музыке).

*После первого года обучения, ребенок будет **знать:***

- необходимую терминологию;
- позиции ног (I,II,III);
- отличительные черты изучаемых танцев;
- правильное исполнение движений;
- виды движений, виды ритмичности

Уметь:

- исполнять пройденный материал;
- чувствовать характер музыки;
- исполнять этюды.

В ребенке будет **развито:**

- гибкость;
- интерес к занятиям и желание продолжать обучение;
- чувство «коллектива».

*В конце второго года обучения, ребенок будет **знать:***

- необходимую терминологию;
- правильное исполнение пройденных движений;

Уметь:

- исполнять пройденный материал;
- чувствовать характер музыки;
- исполнять этюды.

В ребенке будет **развито:**

- пластичность;
- интерес к занятиям и желание продолжать обучение;
- чувство «коллектива» и синхронности.

*В конце третьего года обучения, ребенок будет **знать:***

- необходимую терминологию;
- правильное исполнение пройденных движений;

Уметь:

- исполнять пройденный материал;
- чувствовать характер музыки;
- исполнять этюды.

В ребенке будет **развито:**

- пластичность;
- интерес к занятиям и желание продолжать обучение;
- чувство «коллектива» и синхронности.

В ученике на *протяжении всего* обучения **воспитывается:**

- благородное, вежливое отношение к партнеру и окружающим
- любовь и интерес к танцу
- уверенность в себе
- стремление к преодолению трудностей, умение ставить цели и достигать их

Формы подведения итогов реализации программы.

Программой предусмотрено проведение первичного мониторинга, промежуточной и итоговой аттестаций.

Перевод на следующий год обучения осуществляется после итоговой аттестации, которая включает в себя:

- проведение зачетного урока;
- показательные выступления.

На зачетном уроке проверяется усвоение обучающимися соответствующей программы обучения.

Критериями оценки служат:

1. ритмичность;
2. правильность исполнения;
3. артистичность.

Если ребенок не справляется с программой, ему предлагается повторить тот же этап обучения с вновь поступившими детьми.

2.УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1-3 годы обучения

	Раздел\Тема	1 год обучения			2 год обучения			3 год обучения		
		Всего	Т	Пр	Всего	Т	Пр	Всего	Т	Пр
1.	Вводное занятие	30 мин.	15 мин.	15мин	30 мин.	15 мин.	15мин	30 мин.	15 мин.	15мин
2.	Разминочный комплекс упражнений	9ч	1ч	8ч	11 ч	2ч	9ч	11 ч	1ч	10ч
3.	Партерная гимнастика и Элементы классического танца	9 ч	1ч	8ч	11 ч	2ч	9ч	11 ч	1ч	10ч
4.	Музыка и виды движений, Импровизация, Коллективные музыкальные игры и этюды	15ч	2ч	13ч	11ч	2ч	9ч	11ч	2ч	9ч
5.	Эстетическое развитие	1ч 30 мин	1ч	30 мин	1ч 30 мин	1ч	30 мин	1ч 30 мин	1ч	30 мин
6.	Итоговые занятия	1ч	-	1ч	1ч	-	1ч	1ч	-	1ч
	Итого	36	5ч 15 мин	30ч 45 мин	36	7ч 15 мин	28ч 45 мин	36	5ч 15 мин	30ч 45 мин

3. СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ И ТЕМ

1 год обучения

1. Вводное занятие.

Теория: Знакомство с миром танца. Беседа о «живой музыке».

Проверка практических навыков. Правила ТБ.

Практика: Выявляется степень подготовленности детей, музыкальный слух.

2. Разминочный комплекс упражнений.

Направлен на:

- разогрев мышц и подготовку к более сложным элементам
- развитие координации, изоляции, ритмических навыков.

Теория: Правила выполнения упражнений, танцевальная стойка, готовность к движению.

Практика: Выполнение упражнений для разогрева мышц. Знакомство с комплексом

упражнений:

- незнайка, кукушка, почемучка, ракета, дворники, колесики, печенье, мороженное, цапля, варим кашу, забиваем гвоздики, часики, кошка выпускает когти.

3. Партерная гимнастика и элементы класс. танца.

Партерная гимнастика позволяет подготовить ученика к дальнейшей работе у станка и на середине.

Теория: Правильное положение корпуса лежа, сидя, на четвереньках.

Практика: Выполнение комплекса упражнений партерной гимнастики в различных положениях корпуса относительно пола. Чередование активных и активно-пассивных упражнений, что невозможно при занятиях в вертикальном положении.

Проработка партерной гимнастики (перечислены лишь некоторые виды):

- а. На развитие выворотности - бабочка, часики, веер, лягушка

б. Постановку корпуса.

в. укрепление мышц спины, живота - столики, корзинка, ножницы

г. упражнения на растяжение мышц - большой ротик, подготовка к шпагатам, складка, разножка,

д. на развитие гибкости- колечко, улитка, кошка,

Составляется комплекс на проработку всех групп мышц. Далее по усвоению материала добавляется по одному новому движению, более сложному (взамен более простого- на одну, какую-либо группу мышц).

Элементы классического танца.

Теория: Знакомство с основными позициями в классическом танце.

Понятие выворотности. Понятие прыжка. Постановка корпуса.

Позиции рук и ног в хореографии. Положение стоп при неполной выворотности.

Практика: Выполнение упражнений элементов классического танца.

Позиции ног и рук 1,6. Прыжки бабочка, разножка, соте по 6 поз. Построение в колонну, и т. д.

4. Музыка и виды движений. Импровизация. Коллективные музыкальные игры и этюды.

Теория: Знакомство с различными видами ритма. Музыкальный размер.

Виды движений: маховые, скользящие, пружинные.

Осмысление мелодии и движения. Понятие рисунка в танце.

Развитие музыкальности на различных ритмах.

Практика: Проработка упражнений на развитие музыкальности, «пространственные комбинации. Протанцовывание различных ритмов телом (голова, плечи, руки ноги, стопы). Пластическая ритмика.

Движения на середине: галоп, подскоки, полька, топотушки.

5.Импровизация.

Теория: Обсуждение всевозможных образов.

Практика. Танцевальные шаги в образе (птиц, животных, различных предметов).

6. Коллективные музыкальные игры и этюды.

Теория: Постановка этюдов из проработанных движений.

Практика: Демонстрация «усвоенного» материала. Дети привыкают к «постороннему» глазу. Выявление уровня знания обучаемых навыков после каждого года обучения.

Игры: хоровод, часики, рыбалка, цвета, буратино, гномики.

7. Эстетическое развитие.

Теория: Рассказ о мире танца и музыки. Знакомство с этикетом в танце.

Практика: Беседы, игровые занятия на изучение танцевальной истории.

Знакомство с этикетом в танце. Обучение работе в паре. Пр:

Путешествие в сказку. (П.И.Чайковский, «Щелкунчик»)

8. Итоговые занятия.

Открытые занятия-концерты для родителей и администрации.

2 год обучения.

Все движения с первого года остаются! Ускоряется темп и движения складываются в комбинации.

1. Вводное занятие.

Теория: Знакомство с миром танца. Беседа о «живой музыке».

Проверка практических навыков.

Практика: Выявляется степень подготовленности детей, музыкальный слух.

2. Разминочный комплекс упражнений.

Направлен на:

- разогрев мышц и подготовку к более сложным элементам
- развитие координации, изоляции, ритмических навыков.

Теория: Правила выполнения упражнений, танцевальная стойка, готовность к движению.

Практика: Выполнение упражнений для разогрева мышц. Знакомство с комплексом упражнений:

- прыг-скок, остров, сачок, морские обитатели, ушки слона, крокодил, дом, столик, олень, дятел, с веерами, уборка

3. Партерная гимнастика и элементы класс. танца.

Теория: Правильное положение корпуса лежа, сидя, на четвереньках.

Практика: Выполнение комплекса упражнений партерной гимнастики в различных положениях корпуса относительно пола.

Проработка партерной гимнастики (перечислены лишь некоторые виды):

- а. На развитие выворотности – ромбик, станчик,
- б. Постановку корпуса.
- в. укрепление мышц спины, живота – стрелки, рисуем цифры.
- г. упражнения на растяжение мышц - большой ротик, полушпагаты, хвостики.
- д. на развитие гибкости.

Элементы классического танца.

Теория: Продолжение освоения основных позиций в классическом танце. Понятие прыжка. Постановка корпуса. Позиции рук и ног в хореографии. Освоение точек пространства. Способы построения и перестроения.

Практика: Выполнение упражнений элементов классического танца. Движения остаются, но ускоряется темп и движения складываются в комбинации.

4. Музыка и виды движений. Импровизация. Коллективные музыкальные игры и этюды.

Теория: Продолжение знакомства с различными видами ритма. Музыкальный размер. Виды движений: маховые, скользящие, пружинные. Осмысление мелодии и движения. Понятие рисунка в танце. Развитие музыкальности на различных ритмах.

Практика: Проработка упражнений на развитие музыкальности, «пространственные комбинации. Пластическая ритмика.

Движения на середине: галоп, подскоки, полька, топотушки.

5.Импровизация.

Теория: Импровизация. Обсуждение всевозможных образов.

Практика. Танцевальные шаги в образе (птиц, животных, различных предметов).

6.Коллективные музыкальные игры и этюды.

Теория: Постановка этюдов из проработанных движений.

Практика: Демонстрация «усвоенного» материала. Дети продолжают привыкать к «постороннему» глазу. Выявление уровня знания обучаемых навыков после каждого года обучения.

Игры: хоровод, часики, рыбалка, цвета.

Этюды: про жирафа, лавата, танец утят, зеркало.

7. Эстетическое развитие.

Теория: Рассказ о мире танца и музыки. Знакомство с этикетом в танце.

Практика: Беседы, игровые занятия на изучение танцевальной истории.

Знакомство с этикетом в танце. Обучение работе в паре.

3 год обучения

1.Вводное занятие.

Теория: Знакомство с миром танца. Беседа о «живой музыке».

Проверка практических навыков.

Практика: Выявляется степень подготовленности детей, музыкальный слух.

2.Разминочный комплекс упражнений.

Направлен на:

- разогрев мышц и подготовку к более сложным элементам
- развитие координации, изоляции, ритмических навыков.

Теория: Правила выполнения упражнений, танцевальная стойка, готовность к движению.

Практика: Выполнение упражнений для разогрева мышц. Знакомство с комплексом упражнений:

3. Партерная гимнастика и элементы класс. танца.

Партерная гимнастика позволяет подготовить ученика к дальнейшей работе у станка и на середине.

Теория: Правильное положение корпуса (с руками без опоры на полу).

Практика: Выполнение комплекса упражнений партерной гимнастики в различных положениях корпуса относительно пола. Чередование активных и активно-пассивных упражнений.

Проработка партерной гимнастики (перечислены лишь некоторые виды):

- а. На развитие выворотности- деми плие.
- б. Постановку корпуса.
- в. укрепление мышц спины, живота – батманы.
- г. упражнения на растяжение мышц-шпагаты
- д. на развитие гибкости-мосты сидя и стоя.

4. Элементы классического танца.

Теория: Постановка корпуса. Позиции рук и ног в хореографии (1, 2,3).
Способы построения и перестроения.

Практика: Выполнение упражнений элементов классического танца.

Позиции ног и рук 1,2,3,6. Прыжки по 1 поз., поджатые.

4. Музыка и виды движений. Импровизация. Коллективные музыкальные игры и этюды.

Теория: Отработка упражнений с различными видами ритма.
Музыкальный размер. Развитие музыкальности на различных ритмах.

Практика: Проработка упражнений на развитие музыкальности, «пространственные комбинации. Протанцовывание различных ритмов телом (голова, плечи, руки ноги, стопы).

Движения на середине: галоп, подскоки, полька, топотушки в комбинации друг с другом.

5.Импровизация.

Теория: Импровизация. Обсуждение всевозможных образов.

Практика. Танцевальные шаги в образе (птиц, животных, различных предметов). Сочинение композиции образа.

Коллективные музыкальные игры и этюды.

Теория: Постановка этюдов из проработанных движений.

Практика: Демонстрация «усвоенного» материала. Участие в концертных мероприятиях.

Игры: гусеница, арам-зам-зам.

Этюды: птичий дворик, я большая.

7. Эстетическое развитие.

Теория: Рассказ о мире танца и музыки. Знакомство с этикетом в танце.

Практика: Беседы, игровые занятия на изучение танцевальной истории.

Знакомство с этикетом в танце. Обучение работе в паре.

Условия реализации программы.

1. Материально-техническая условия:

- зал (лучше, если с зеркалами и матами), хорошо освещенный;
- форма у детей;
- музыкальный центр с CD.

2. Методические условия:

- банк музыкальных произведений;
- фотоальбом с выступлениями;
- тематическая литература.

3. Внешние условия:

- посещение концертов.

4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Название материала	Формы методического материала	К какому разделу программы относятся	Содержательная структура материала	Содержательная нагрузка материала	Методика применения	Результативность применения
Видеокассета с выступлениям и детских хореографических коллективов	Просмотр	Сцен. практика	Видеоматериал	Знакомство с репертуаром и уровнем, исполнением других коллективов	Изучение	Появление мотивации, заинтересованности к занятиям, развитие кругозора
Т.Барышников а, «Азбука хореографии» Москва Айрис-Пресс., 1999 г.	Наглядно-показательная	Элементы классического танца Партерная гимнастика	Сборник упражнений и техника начальных базовых упражнений	Знакомство и освоение градаций классического танца	При организации занятия	Закрепляет навыки; повышает уровень мастерств; расширяет кругозор
Сборник новых детских песен, классическая музыка	Прослушивание	Музыка и виды движения, импровизация	аудиоматериал	Знакомство с муз. характером, ритмич. Рисунком, структурой муз. произведения	изучение	Развитие кругозора
«Танцы и игры Артека»	Наглядно-развивающая	Эстетическое развитие	Сборник игр и праздников	Знакомство с различной культурой танцев народов	При проведении массовых игр	Понятие образа в танце, развитие

				мира		пластическ их навыков, культура поведения
--	--	--	--	------	--	---

5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Литература, используемая при разработке программы:

- Г.А. Колодницкий «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей». Издательство «Гном-пресс», 1997 г.
- Фимичевский «Раннее музыкальное развитие детей» издательство «Гном-Пресс» 2000 г.
- О.Н. Громова , «Ритмика. Пособия для детского сада» Санкт-Петербург. 2000 г.
- Т. Барышникова, «Азбука хореографии» Москва Айрис-Пресс., 1999 г.
- Е.Е. Пинаева, «Познай себя», Издательство «Просвещение» 1990 г.
- А.Г. Мотович, «Песенка по лесенке», издательство «Просвещение», 1983 г.
- З. Дитмар. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа. М., 2012.
- В.Ю. Никитин. Мастерство хореографа в современном танце , ГИТИС, 2013 г.

2. Литература, рекомендуемая детям:

- Т. Барышникова, «Азбука хореографии» Москва Айрис-Пресс., 1999 г.
- Ю.А.Лебедева, «Учись, играя»., 2005 г.