

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ
«АКАДЕМИЧЕСКАЯ ГИМНАЗИЯ № 1534»



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
«ХОРЕОГРАФИЯ»

Направленность: художественно-эстетическая
Уровень: ознакомительный

Срок реализации: 1 год
Возраст обучающихся: 4-5 лет

Педагог дополнительного образования
Ершова Наталья Сергеевна

Пояснительная записка

Программа «Хореография» художественной направленности ориентирована на приобщение детей к искусству танца, независимо от наличия у них специальных физических данных; на воспитание хореографической культуры и формирование начальных танцевальных навыков.

Среди множества форм эстетического воспитания дошкольников в системе дополнительного образования хореография занимает особое место. Занятия танцами не только учат понимать и создавать прекрасное, но и развивают образное мышление и фантазию, способствуют гармоничному развитию ребенка.

Актуальность

Хореография обладает большими возможностями для полноценного эстетического, гармоничного духовного и физического развития ребенка.

Танец имеет важное значение в воспитании национального самосознания. Знакомство с основами народного танца содействует пониманию детьми истории, обычаев и особенностей национального характера, т.к. каждый народ имеет свое только ему присущее танцевальное наследие.

Занятия в хореографическом коллективе формируют у детей основные понятия этикета и правил поведения со сверстниками и взрослыми.

Программа включает в себя три блока:

1. Ритмика – азбука музыкального движения, развивает музыкальность и чувство ритма
2. Партерная гимнастика – развитие физических качеств – гибкость, пластичность, сила мышц, выносливость.
3. Репертуарная практика – приобщает к работе по созданию танцевальных композиций.

Все блоки взаимосвязаны между собой, взаимообогащают друг друга, подчиняясь единой общей цели данной программы.

Программа составлена в соответствии с возрастными, психофизиологическими особенностями и возможностями детей дошкольного возраста.

При разработке программы использовались материалы научных разработок в области социальной и дошкольной педагогики Макаренко А.С., Ушинского К.Д., Шацкого С.Т. и др., в области психологии Выгодского Л.С., Гальперина П.Я., Эльконина Д.Б., Давыдова В.В., Ветлугиной Н.А., Комаровой Т.С.

Новизна программы заключается в том, что она создана с учетом специфики образовательного процесса в детском образовательном учреждении. Программа ставит перед собой задачу не только достичь правильного хореографического исполнения, но и раскрыть пластическую выразительность у ребенка.

Возраст обучающихся 4-5 лет;

Принципы набора и формирования групп: формирование группы проводится в соответствии с возрастом и физическими возможностями ребенка.

Количество обучающихся в группе 12-18 человек.

Объем программы

Программа составлена на 1 год обучения;

Количество часов на весь период обучения – 72 часа.

Форма обучения – групповая

Режим занятий: 1 час- 2 раза в неделю, продолжительность одного занятия (1 час академический) в соответствии с СанПин 2.4.1.3049-13 не превышает 20-30 мин.

Формы обучения

Программа включает коллективно-творческие занятия.

Каждое занятие включает в себя теоретическую и практическую части. При этом теория занимает примерно 2-3 мин. в течение занятия, во время которых предусматривается анализ результатов деятельности детей, обсуждение последовательности изучения движений и упражнений.

На занятиях используются различные формы и методы, с учетом особенностей возрастной группы детей.

Основная форма образовательной работы с детьми – музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее развитие, формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности:

1. Музыкально-танцевальные дидактические игры.
2. Слушание музыки
3. Учебный блок (тренировочные упражнения, движения, фрагменты)
4. Танцевальные этюды и движения
5. Творческие задания, импровизация.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решения.

Цель программы – формирование у детей творческих способностей через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений, формирование мотивации к дальнейшему обучению искусству танца.

Задачи программы:

1. Знакомство детей с видами танцевального искусства: от детского танца до народного, бального и современного танца.
2. Развитие физических и духовных качеств: гармоничное телосложение, выносливость, артистизм.
3. Воспитание устойчивого интереса к активной двигательной деятельности.

Учебно - тематический план

№ п.п.	Раздел программы	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Ритмико-гимнастические упражнения.	2	15	17
2.	Партерная гимнастика.	2	14	16
3.	Музыкально-ритмические игры.	1	5	6
4.	Ритм-блоки	1	5	6
5.	Танцевальные комбинации.	1	10	11
6.	Репертуарная практика.	2	14	16
	ВСЕГО:	9	63	72

Содержание образовательной программы

Принципы обучения.

Программа составлена с учетом важнейших принципов воспитательно-образовательной работы с дошкольниками:

- Органичное сочетание воспитания и обучения в соответствии с возрастными, индивидуальными, психофизическими особенностями;
- Развивающий характер обучения;
- Комплексный характер содержания образования, предусматривающий возможность знакомства с разнообразием хореографических жанров (элементы исторического, народного, детского);
- Поэтапность и преемственность образования.
- Использование здоровьесберегающих технологий на занятиях танцами с детьми дошкольного возраста.

Образовательная программа по хореографии - это комплекс предметных компонентов, изучаемых на каждом году обучения, тесно взаимосвязанных и дополняющих друг друга (ритмика, партерная гимнастика, репертуарная практика). «Ритмика» направлена на освоение начальных знаний теории музыки, развитие музыкального слуха, формирование опыта ритмически

воспроизводить танцевальное движение. Развивает у ребенка чувство ритма, музыкальность, координацию движений.

«**Партерная гимнастика**» развивает двигательные функции ребенка. Способствует формированию мышечного аппарата, развитию физической выносливости, координации, гибкости, эластичности связок, формированию танцевальной осанки и подготовку к дальнейшему освоению хореографических дисциплин.

«**Репертуарная практика**» - синтезирует изученные программные танцевальные комбинации, игры, этюды в коллективно-творческие тематические занятия и детские праздники. Позволяет реализовать творческий потенциал каждого ребенка, подготовить его к первым самостоятельным выступлениям. Способствует позитивному эмоциональному восприятию танцевальных занятий.

1. Ритмико-гимнастические упражнения.

1. Общеразвивающие упражнения.

2. Танцевальная разминка.

3. Виды ходьбы. Музыка – марш, различный темп, ритм, различные динамические оттенки. Ходьба спокойная, бодрая, на полупальцах, на пятках, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), гусиный шаг.

4. Виды бега. Музыка 2\4. Бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы: «бабочки», ручейки, широкий («волк»), острый «по горячему песку» и т.д.

5. Прыжковые движения – на 2-х ногах на месте, с продвижением вперед, назад, в приседе, с поджатыми ногами, прыжки на одной ноге, в комбинации с поворотом на 90 градусов.

6. Общеразвивающие упражнения на середине для различных групп мышц. Упражнения на развитие гибкости. Пластичности. Точности и ловкости движений, координации рук и ног.

Приседания на двух ногах. Наклоны

2. Партерная гимнастика.

Для занятий партерной гимнастикой дети располагаются на полу, располагаясь друг от друга на расстоянии вытянутых рук и ног.

Активные упражнения на полу выполняются детьми самостоятельно. Активно-пассивные упражнения выполняются в паре, при помощи педагога в положении «упор в пол». Исполнение активно-пассивных упражнений на полу освобождают учащихся от той дополнительной нагрузки (работы) на позвоночник, как физической, так и нервной, которую испытывает человек в вертикальном положении. Упражнения партерной гимнастики способствуют не только общему физическому развитию ребенка, но и исправлению некоторых недостатков в корпусе.

Теория: элементарные сведения по анатомии человека - названия частей тела.

Практика: упражнения выполняются в положении, разгружающем позвоночник: лежа на спине и животе при выпрямленных ногах, а также сидя, с вытянутыми ногами вперед и стоя на коленях. Упражнения на полу позволяют с наименьшей затратой энергии достичь следующие цели: повысить подвижность суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Упражнения партерной гимнастики способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, помогают выработать выворотность ног, развивать гибкость, эластичность стоп.

Характеристика упражнений на полу

Для занятий партерной гимнастикой дети располагаются на полу, располагаясь друг от друга на расстоянии вытянутых рук и ног.

Активные упражнения на полу выполняются детьми самостоятельно. Активно-пассивные упражнения выполняются в паре, при помощи педагога в положении «упор в пол». Исполнение активно-пассивных упражнений на полу освобождают учащихся от той дополнительной нагрузки (работы) на позвоночник, как физической, так и нервной, которую испытывает человек в вертикальном положении. Упражнения партерной гимнастики способствуют не только общему физическому развитию ребенка, но и исправлению некоторых недостатков в корпусе.

3. Музыкально-ритмические игры.

Разновидность подвижных игр и игровых заданий с музыкально-ритмической доминантой. Часто используется постановка актерской задачи: создай образ, изобрази... (животное, сказочный персонаж, дождик на улице, и т.д.).

4. Ритм-блоки - мини-комплексы общеразвивающих и танцевальных упражнений, выполняемых с музыкальным сопровождением в основной части занятия.

Занятия по ритмике могут быть структурированы по-разному

- **Тематическое занятие.** Например, проучиваются элементы народных танцев. Тема: «Путешествие по странам», «Магазин игрушек»

- **Сюжетно - игровое занятие.** Выстраивается в соответствии с содержанием русских и зарубежных сказок. В занятиях преобладают разнообразные образно-игровые имитационные движения: жесты, раскрывающие детям понятный образ, динамику его настроения или состояния в природе, в настроениях человека и животных, в вымышленных игровых ситуациях. Сюжетное занятие проводится по заданному сценарию сказки или произведения.

Темы: «Лесное царство», «Теремок», «Осень в гости к нам пришла», «Весенняя карусель», «В гостях у трех поросят», «Поход в зоопарк», «Морское царство»

- **Импровизация.** Занятие, как правило, проходит в конце учебного года. К этому времени у детей развиты двигательные навыки, накоплен разнообразный музыкально-ритмический репертуар, сформированы основы творческого мышления, воображения и фантазии. Занятие проводится в форме конкурсов: выбираем лучших танцоров – исполнение проученных танцев, конкурс «Разминка» - определяют те, кто лучше всех сможет повторить за педагогом движения.

5. Танцевальные комбинации.

Разучивание танцевальных элементов, комбинаций доступных по координации для дошкольника: подскок, галоп. Знакомство с пространственным перестроением: построения в линию, круг. Перестроения в движении.

Построение в круг, пары. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

5. Репертуарная практика.

Постановка и отработка танцевальных номеров.

Прогнозируемые результаты По окончании обучения дети будут:

Знать:

- Основные хореографические термины;
- Основные музыкальные понятия: темп, ритм, характер музыки;
- Хореографические упражнения в соответствии с предметными программами;

Уметь:

- Готовиться к занятиям, находить место в строю и входить в зал организованно;
- Ритмически точно исполнять несложные упражнения;
- ориентироваться в сценическом пространстве во время перестроений.

Приобретут навыки:

- Исполнять движения в соответствии с музыкальной фразой, в заданном ритме; и темпе

Методика проведения занятий

Учитывая возрастные особенности детей дошкольного возраста, занятия проводятся, основываясь на ассоциативном мышлении ребенка, используя в названии элементов образов животных и знакомых им предметов.

При проведении занятий необходимо руководствоваться следующими правилами:

1. Разучивать упражнения по составляющим элементам, постепенно усложняя движения и увеличивая нагрузку.

2. Чередовать упражнения для различных мышечных групп: рук, ног, мышц спины и брюшного пресса, мышц шеи и грудных мышц и т. д.

3. Темп движений постепенно ускоряется.

4. В течение всего занятия чередуются упражнения с применением физических усилий и упражнения на расслабление. Кроме того, включаются элементы танцевально-игрового характера.

5. При выполнении упражнений необходимо обучать ребенка приемам правильного дыхания. Обращается внимание на длинный и ровный выдох.

Отслеживание результатов образовательной деятельности.

Отслеживание результатов освоения программы проходит на коллективно-творческих занятиях, на текущих занятиях индивидуально через наблюдение за каждым ребенком, на выступлениях.

Итоговые занятия проводятся в различных формах. Оценивается знание изученной терминологии, умение точно правильно и музыкально выполнить изученный материал.

Выступления на коллективно-творческих занятиях имеют не менее важное значение в процессе отслеживания результатов воспитательно-образовательной деятельности. Эти занятия дают возможность проанализировать взаимоотношения детей, степень их коммуникативности, поведение в нестандартной ситуации, выявить уровень дисциплинированности, аккуратность, самостоятельность. Одновременно занятия дают возможность детям продемонстрировать свои достижения в овладении различными танцевальными движениями.

Результат освоения программы анализируется педагогом.

Материально-техническое обеспечение программы

Для работы студии необходимы:

- Светлый просторный зал, оснащенный зеркалами, хореографическим станком, техническими средствами: магнитофон, музыкальный центр.
- Раздевалка.
- Помещение для хранения реквизита – ленты, бубны, ложки, шарфы, мячи и т.д.
- Репетиционная форма, танцевальная обувь (приносится каждым ребенком лично).
- Костюмы для танцевальных номеров.
- Возможность использования ковра (или гимнастических ковриков).

Список литературы:

1. Бондаренко Л. Ритмика и танец. – Киев, 1972.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). -22-е изд., испр. и доп. – Спб. ЛОИРО, 2000.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб. "Лань", 2003.
4. Васильева Е. Рождественская М. Историко-бытовой танец. – М., 1963.
5. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. М., 1968.
6. Выготский Л.С. Воображение и творчество в дошкольном возрасте. – М; 1967.
7. Зиминая А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4-8 лет. – 1998.
8. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. – М.: Гном-пресс, 2000.
9. Макшанцева Е.Д. Детские забавы. – М.: Просвещение, 1991.
10. Михайлова М.А. Развитие музыкальных способностей детей. Популярное пособие для родителей и педагогов. - Ярославль: Академия развития, 1997.
11. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студ. Учреждений сред. Проф. Образования. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003.
12. Петрова В.А. Музыкальные занятия с малышами. – М.: Просвещение, 1993.
13. Радынова О.П., и др. Музыкальное воспитание дошкольников: Учеб. Для студ. Высш и сред. Пед. Учеб. Заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 1998.
14. Секрет танца. / Сост. Васильева Т.К. – СПб. ТОО «Диамант», ООО «Золотой век», 1997.
15. Эльконин Д.Б. Психология игры. – М;1978.
16. Шацкая В.Н. Музыкально-эстетическое воспитание детей и юношества. – М; 1985.