

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 119»

Принято на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «30» августа 2022г.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 119»
Е.В. Меликова
Приказ № 006 «30» августа 2022г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа художественно-эстетической направленности
«Путешествие в Танцляндию»
(хореография для дошкольников с 5 до 7 лет)

Срок реализации 2 года

Автор-составитель:

Ершова Екатерина Викторовна,
педагог дополнительного образования

Рязань, 2022г.

Паспорт
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
по хореографии

Сведения об авторе

ФИО Ершова Екатерина Викторовна

Место работы МБДОУ «Детский сад № 119»

Адрес: 390006, г. Рязань, ул. Затинная, д.34а

Телефон: (4912) 27-18-71

Должность: педагог дополнительного образования

Направленность ОП художественно-эстетическая

Возраст обучающихся

Дошкольники 5-7 лет

Срок реализации ОП

2 года

Нормативно правовая база

Конвенция ООН «О правах ребенка» (принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989г.);

Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 237-ФЗ (ред. 07.05.2013г.) «Об образовании в РФ»;

Примерные требования к программам дополнительного образования детей (Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844);

Приказ Минобрнауки РФ от 29.08.2013г. № 1008 «Об утверждении порядка организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (от 28 сентября 2020 г. N 28)

Год разработки и редактирования программы

2022г. редактирование образовательной программы

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа имеет художественную направленность и является общеразвивающей.

Специфика хореографического искусства определяется его многогранным воздействием на человека, что обусловлено самой природой танца как синтетического вида искусства. Влияя на развитие эмоциональной сферы личности, совершенствуя тело человека физически, воспитывая через музыку духовно, хореография помогает обрести уверенность в собственных силах, даёт толчок к самосовершенствованию, к постоянному развитию. На различных этапах своего развития человечество постоянно обращалось к танцу как к универсальному средству воспитания тела и души человека - средству гармонизации воспитания личности. Изучение хореографии, как и других видов искусства, помогает развить те стороны личностного потенциала учащегося, на которые содержание других предметов имеет ограниченное влияние: воображение, активное творческое мышление, способность рассматривать явления жизни с разных позиций. Как и другие виды искусства, танец развивает эстетический вкус, воспитывает возвышенные чувства, но, в отличие от других искусств, оказывает существенное влияние и на физическое развитие ребёнка.

Актуальность программы

У детей дошкольного возраста закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется его личность.

Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является художественно-эстетическое и культурное развитие детей: приобщение к миру танца, знакомство с различными направлениями, прослушивание ритмичной танцевальной музыки развивают и внутренне обогащают, прививают умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром.

Кроме того, в этот период дети интенсивно растут и развиваются, движения становятся их потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период. Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является организация двигательного режима детей. Движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма. Немаловажным является также и лечебный эффект занятий, в результате которых создаётся мышечный корсет, исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие, что позволяет также решать задачи общего укрепления и физического развития ребёнка.

Цель программы:

- Развитие творческих способностей детей посредством хореографии.

Задачи:

Обучающие:

- овладение двигательными качествами и умениями: гибкостью, пластичностью, координацией движения;
- формирование музыкально-ритмических навыков;
- формирование навыков основных танцевальных движений.

Развивающие:

- развивать чувство ритма, учить детей ощущать в музыке ритмическую выразительность, передавая её в движениях.
- развитие и укрепление здоровья у детей: развитию опорно-двигательного аппарата;
- развитие у детей активности и самостоятельности, коммуникативных способностей.

Воспитательные:

- формирование общей культуры личности ребёнка, способностей ориентироваться в современном обществе.
- воспитание выносливости, терпения, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности и

инициативности.

Возраст детей и сроки реализации программы

Программа предназначена для детей 5-7 лет и рассчитана на 2 года.

На первом году обучение начинается с упражнений по ориентировке в пространстве. Основным видом является игровая деятельность. Через музыкально-ритмические игры дети знакомятся с элементами ритмики и музыкальной грамотой. Ритмика, в данном случае, выступает как средство укрепления опорно-двигательного аппарата и развития эластичности мышц. Упражнения изучаются детьми через образные сравнения в игровой форме. Эти упражнения подготавливают мышцы, связки и суставы для дальнейшей нагрузки.

На втором году обучения основной учебной деятельностью становятся элементы классического и народного танца. Элементы сценического танца необходимы, как средство развития танцевальности, исполнительского мастерства.

Режим занятий

Занятия проходят 2 раза в неделю по 25 минут в 1-ый год обучения (всего в год 30 часов). Во 2-ой год обучения занятия проходят по 30 минут (всего в год 33 часа).

Занятия проводятся в группах 20 - 25 человек.

Структура занятия:

- Организационный момент
- Построение, приветствие
- Основные виды шагов.
- Партерный экзерсис.
- Танцевальные комбинации-зарисовки.
- Подведение итогов, поклон.

Ожидаемые результаты:

По итогам первого года обучения дети должны

знать:

- этикет общения с педагогом и детьми в группе;
- танцевальную терминологию (название танцевальных фигур по возрасту);
- позиции ног и рук;
- отдельные танцевальные комбинации;

уметь:

- свободно и правильно исполнять развивающие упражнения;
- чувствовать и ощущать музыкальный ритм.

По итогам второго года обучения дети должны

знать:

- начальные понятия музыкальной азбуки (музыкальный размер, ритм, музыкальная фраза);
- этикет общения с педагогом и детьми в коллективе;

уметь:

- правильно пройти в такт музыки, сохраняя красивую осанку и легкий шаг с носка, высокое колено, шаг подсок
- ориентироваться в пространстве
- владеть координацией изученных движений;
- выполнять простейшие танцевальные композиции.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Тема	Первый год обучения			Второй год обучения		
		Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	Всего
1	Общая танцевальная подготовка.	1	9	10	1	10	11
2	Партерный гимнастика	1	9	10	1	10	11
3	Танцевальные комбинации	1	9	10	1	10	11
	Итого:	3	27	30	3	30	33

СОДЕРЖАНИЕ

Общая танцевальная подготовка.

1 год обучения

Теория. Ознакомление детей с танцевальными движениями. Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве.

Практика.

Разучивание основных шагов. Ходьба: шаг на полупальцах, высокое колено. Бег прыжки в сочетании по принципу контраста. Притопы. Удар одной ногой в пол, поочередные удары, топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой. Хлопки. Упражнения игры по ориентации в пространстве, построение в линию, круг, колонны, звездочки, улитку.

2 год обучения

Теория. Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве.

Практика.

Выполнение основных шагов. Ходьба: шаг с носка, шаг подскок в разном темпе и характере, шаг галоп. Упражнения игры по ориентации в пространстве.

Партерный гимнастика

1 год обучения

Теория.

Практика.

Выполнение упражнений танцевальной азбуки. Упражнения для развития линии мышц на растяжку, развитие шага, выворотности, пластики, укрепление спины. Упражнения для развития гибкости, стоп, коленных суставов. Упражнения для позвоночника. Выполнение элементарных акробатических элементов: упражнения для развития выворотности и подвижности тазобедренного сустава, упражнения для максимального развития шага, укрепления мышц спины и развития гибкости, укрепления мышц живота. Упражнения для развития стопы, ее выворотности, и укрепления голеностопного сустава.

2 год обучения

Теория.

Практика.

Танцевальные комбинации

1 год обучения

Теория.

Практика. Выполнение комбинаций совместно с педагогом («Куколки», «Распустился цветок», «Водяной», «Веселый паровозик», «Хоровод улитка»).

2 год обучения

Теория.

Практика .. Выполнение танцевальных комбинаций самостоятельно.

Импровизация . «Бабочка» «Пчелки», «Паучки»....

Методическое обеспечение программы

Реализация программы осуществляется на основе следующих *принципов*:

1. *Наглядность.* Показ физических упражнений и элементов танца, образный рассказ, подражание, имитация известных детям движений.
2. *Доступность.* Обучение от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка..
3. *Систематичность.* Регулярность занятий, система в построении содержания и процесса обучения.
4. *Развивающий и воспитывающий характер обучения.* Обучение направлено на формирование не только знаний, умений и навыков, но и определённых нравственных и эстетических качеств.

Методический комплекс

Гимнастика партерная

Гимнастика - это слово греческое и значит обнаженный. В Древней Греции какое-то время физическими упражнениями занимались без одежды, так как считали, и об этом очень хорошо сказал Владимир Маяковский, что “в мире нет прекрасней одежды, чем бронза мускулов и свежесть кожи”. Гимнастика в те времена включала в себя и игры, и бег, и прыжки, и единоборства, и танцы. Словом, почти все виды физических упражнений, которые тогда существовали. А направленность гимнастики была комплексной и для физического, и для духовного совершенствования человека. В здоровом теле - здоровый дух. Очень подходящая характеристика для тех, кто занимался гимнастикой. Аристотель вообще считал, что образ жизни свободного человека немислим без занятий гимнастикой.

Задачи:

- научить детей ритмическому и динамическому разнообразию музыкальных образов;
- исправить различные физические недостатки детей;
- овладение простыми строевыми навыками.

Ритмика

Ритмика - (от греч. *rhythmos* - порядок движения), ритмическое воспитание, педагогические системы и методы, построенные на сочетании музыкальных (художественных) форм и пластических движений.

Детская ритмика способствует развитию у детей музыкального восприятия, эмоциональности и образности, совершенствованию мелодического и гармонического слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально-двигательный образ. В детской ритмике сливаются воедино слуховое (ритмическое) и зрительное впечатления, естественными и выразительными движениями передаётся эмоциональное состояние человека. Движения под музыку можно рассматривать как важнейшее средство развития телесного опыта ребенка и, следовательно, развития его личности в целом, в этом и поможет детская ритмика.

Ритмика - это передача музыки через движения, это эмоциональный отклик на музыку. Ритмика - это выполнение простых танцевальных упражнений под музыку. Она доступна детям, начиная с раннего возраста.

Ритмика не только даёт выход повышенной двигательной энергии ребёнка, но и способствует развитию у него многих полезных качеств. Красивые движения, разученные на

уроке, ребёнок с радостью и интересом будет выполнять дома. Сколько приятных волнений для маленького человека и его родных доставляют его показательные выступления на праздничном концерте!

Ритмика закладывает надёжный фундамент для дальнейшего физического совершенствования ребёнка. Профессор Крестовников в "Очерках о физиологии физических упражнений", писал, что движения, совершаемые под музыку, выполняются легче, дыхательный аппарат работает более энергично, увеличивается глубина дыхания, повышается поглощение кислорода.

Тем самым, ритмичные упражнения содействуют физическому воспитанию и укреплению детского организма. В процессе работы над движениями под музыку, формируется художественный вкус детей, развиваются их творческие способности. Таким образом, занятия ритмикой оказывают разностороннее влияние на детей, способствуя воспитанию гармонично развитой личности.

Ритмика создаёт ощущение радости, свободы движения, вызывает радостный отклик на музыку, сообщает более светлое восприятие жизни.

Ритмическое движение под музыку вызывают у детей яркие эмоциональные импульсы, разнообразные двигательные реакции, усиливают радость и удовольствие от движения. Дети чрезвычайно чувствительны к музыкальному ритму и с радостью реагируют на него.

Задачи:

- выявление творческих способностей в области искусства танца;
- приобретение навыков хореографического движения;
- ознакомление с жанровыми и стилистическими особенностями искусства танца;
- обучить детей умению владеть своим телом (красивой осанке, грациозной походке) развить координацию;
- музыкальность;
- выразительность и мягкость исполнения;
- развить свою гибкость и выносливость.

Танцевальные комбинации:

побуждение к импровизации под музыку, сочинению собственных композиций из знакомых движений, придумыванию своих оригинальных движений в импровизации.

Задачи:

- формировать потребность к творческому самовыражению;
- овладение детьми приемами, связками движений в развитие двигательных качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, координационных способностей;
- повышение работоспособности и двигательной активности;
- развитие правильной осанки.

Условия реализации программы

1. Материально-технические условия реализации программы:

- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- соблюдение теплового режима;
- помещение для детских раздевалок;
- аудио- и видео - аппаратура, музыкальные фонограммы, диски и видеокассеты с учебным материалом.

– специальная форма и обувь для зачатий (для занятий партером – коврик); костюмы для концертных номеров.

2. *Кадровые условия:*

– педагоги дополнительного образования имеющие специальную хореографическую подготовку.

Использованная литература для педагога

1. Базарова Н.П., Мей В.П. «Азбука классического танца» - Л.: Искусство, 1983г.
2. Богданов Г. «Урок русского народного танца» - М., 1995. - 150 с.
3. Ваганова А.Я «Основы классического танца» - Санкт-Петербург, 2000.
4. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца» (танцевальные движения и комбинации на середине зала). - М.: ВЛАДОС, 2004. - 207 с.
5. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца» (упражнения у станка). - М.: ВЛАДОС, 2002. - 207 с.
6. Джазовый танец. Учебное пособие для студентов и преподавателей институтов искусства и культуры, колледжей и училищ. ЧГАКИ. - Л.Д. Ивлева. Челябинск, 2006.
7. Климов А. «Основы русского танца» -- М.: Искусство, 1994. - 270 с.
8. Лаврентьев Г.В., Лаврентьева Н.Б. Слагаемые технологии модульного обучения. Барнаул: Изд-во АлтГТУ, 1994. 128 с.
9. Лаврентьева Н.Б. Педагогические основы разработки модульной технологии обучения. Барнаул: Изд-во АлтГТУ, 1998. 252 с.
10. Модерн – джаз – танец. Продолжение. М. ВЦХТ, В.Ю. Никитин. 2001.
11. Организация модульного обучения: Метод, рекомендации для учителей малокомплектных школ. Барнаул: АКППКРО, 2000. С, 3-8.
12. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии: Учеб. пособие. М: Народное образование, 1998. 123 с.
13. Статья представлена научной редакцией Психология и педагогика 10 января 2008 г.
14. Ткаченко Т. «Народный танец» - М.: Искусство, 1967. - 654 с.
15. Третьяков П.И., Сенновский И.Б. Технология модульного обучения в школе / Под ред. П.И. Третьякова/. М.: Новая школа. 2001. С. 42-65.
16. Шамова Т.И. Модульное обучение: сущность, технология // Биология в школе. 1994. 5. С. 16-18.
17. Шамова Т.И. Модульное обучение. Теоретические основы, опыт, перспективы. Новосибирск: НГУ, 1994. 127 с.
18. Юцявичене П. Теория и практика модульного обучения. Каунас, 1989. С. 2-42.

Литература для детей

1. Базарова Н.П., Мей В.П. «Азбука классического танца» - Л.: Искусство, 1983г.
2. Богданов Г. «Урок русского народного танца» - М., 1995. - 150 с.
3. Модерн – джаз – танец. Продолжение. М. ВЦХТ, В.Ю. Никитин. 2001.
4. Ткаченко Т. «Народный танец» - М.: Искусство, 1967. - 654 с.