

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКИЙ ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР «РОДНИК»

Согласовано
Проектно-методический совет
от «28» августа 2018г.
Протокол № 1



А.В.Киселева

Художественная направленность

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Детская хореография для дошкольников»

Возраст детей: 5 – 6 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
педагог дополнительного образования
Вепрева Наталия Викторовна

Ярославль, 2018 г.

Оглавление

1. Пояснительная записка.....	2
2. Учебно-тематический план.....	4
3. Содержание программы.....	4
4. Обеспечение программы.....	9
5. Мониторинг образовательных результатов.....	10
6. Список информационных источников	12

1. Пояснительная записка.

Хореография - как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка. Для его гармоничного духовного и физического развития.

Занятия ритмикой и танцем способствуют развитию чувства ритма, умению слышать и понимать музыку, согласовать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу тела, пластику, грацию движений. Занятия танцем формируют правильную осанку.

Прививается танцевальная культура и начальные навыки в искусстве хореографии.

Актуальность.

Данная программа востребована и актуальна т.к. с помощью занятий каждый ребенок учится общаться и самовыражаться через танец, преодолевать трудности, развивать силу и выносливость. Развитие чувства ритма, музыкальности, координации движений способствует подготовке детей к танцевальной деятельности даже у учащихся без особых музыкальных и физических данных. Программа разработана с учетом эмоциональных и психо-физических особенностей детей данного возраста.

Цель: Создать условия для развития танцевально-ритмических способностей у детей.

Задачи:

1. Развитие общей физической подготовки.
2. Развитие танцевальных способностей (гибкости, прыжка, шага, устойчивости, координации), изучение танцевальных элементов.
3. Развитие ритмичности, музыкальности. Эмоциональной выразительности.
4. Воспитание трудолюбия, терпения, навыков общения в коллективе.
5. Формирование художественного вкуса и интереса к танцевальному искусству.

Отличительные особенности программы.

Занятия проходят в игровой форме, для лучшего восприятия детьми учебного материала. Одним из возможных факторов работ на начальном этапе обучения – использование минимума танцевальных элементов при максимуме их сочетаний.

Длительное изучение, проработка небольшого количества материала дает возможность качественно его усвоения, что в дальнейшем явится прочным фундаментом знаний. Разнообразное сочетание танцевальных движений создает впечатление новизны и развивает фантазию.

Программа предназначена для детей дошкольного возраста 5-6 лет.

Программа рассчитана на 1 год.

Формы и методы.

Основной формой организации учебно-воспитательного процесса является учебное пособие, которое выстраивается разными методами в зависимости от цели и задачи данного занятия.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 35 минут.

Структура занятий.

Занятие включает в себя разделы:

1. Организационную часть (3 мин.)

Построение, переключка, планирование работы, поклон – приветствие.

2. Подготовительную часть (7 мин.)

Разминка.

3. Основную часть (15 мин.)

Изучение музыкально-ритмического материала, элементов танцевальной азбуки и гимнастики, работа над этюдами, танцами.

4. Заключительную часть (5 мин.)

Рефлексия, организованное построение, поклон, прощание, выход из танцевального зала.

Ожидаемые результаты.

Обучающиеся:

1. Выполняют движения в заданном темпе, в заданном направлении.
2. Определяют характер музыки.
3. Могут выделить сильную долю в музыке хлопком, притопом.
4. На слух определяют музыкальное вступление, начало и конец музыкальной фразы.
5. Выполняют перестроения (круг, линия, колонна, звездочка, змейка)
6. Чётко выполняют подготовленный разминочный комплекс упражнений
7. Делают силовые упражнения: складка, уголок, кольцо, мостик, рыбку.

8. Знают положение рук в русском народном танце, позиции ног.
9. Выполняют простые шаги и движения в хороводе русского народного танца.
10. Могут эмоционально и непринужденно выполнять музыкально-танцевальные игровые этюды.

2. Учебно-тематический план

Наименование раздела	Кол-во часов		
	Теория	Практика	Всего
Вводное занятие. Инструктаж по Т.Б. Знакомство с танцевальной культурой.	1		1
Ритмика, элементы музыкальной грамоты, «музыкальные игры».		10	10
Танцевальная азбука: -Подготовительные упражнения. -Элементы классического танца. -Элементы русского народного танца. -партерная гимнастика.		10	42
		10	
		10	
		12	
Этюдная постановочная деятельность.		16	16
Итоговые,(открытые) занятия		3	3
Итого:			72

3. Содержание программы

Ритмика, элементы музыкальной грамоты, музыкальное движение.

Тема 1. Темп.

Выполняются движения в различных темпах(подскоки, галопы, разные виды бега) Вырабатывается умение сохранять заданный темп, ускорять и замедлять вместе с музыкой.

Тема 2. Характер музыки.

Дети учатся слушать музыку, воспринимать её характер, отражать его в движениях и пластике.

Тема 3. Динамические оттенки.

Выполняются движения с различной амплитудой, разной силой мышечного напряжения, в зависимости от динамических оттенков музыкального сопровождения.

Тема 4. Метроритм.

Дети учатся воспринимать сильную и слабую доли на слух, отмечая в движениях сильную долю хлопком, взмахом платка, притопом. Определить на слух музыкальные размеры 2/4, 3/4, 4/4.

Тема 5. Строение музыкальной речи.

Дети учатся четко определять начало и окончание вступления, начало и окончание части, предложения, фразы, акцентировать конец музыкально-танцевальной фразы.

Музыкальное движение и развитие эмоциональной выразительности.

Музыкально-танцевальные импровизации, развитие актерской выразительности.

С помощью мимики и жестов учащиеся передают смысловые значения музыки или песенки. Используются игровые пластические этюды с воображаемыми предметами. Развитию актерской выразительности послужат сценки подражания повадкам животных, птиц.

Примеры игровых этюдов см. в Приложении.

Танцевальная азбука.

Подготовительные упражнения.

- 1 полувыворотная позиция ног: пятки вместе, носки развернуты.
 - 6 позиция: носки и пятки соединены.
 - 2 позиция: стопы ног стоят параллельно на небольшом расстоянии друг от друга или носки развернуты.
 - Подъем рук через стороны вверх и опускание вниз.
 - Тоже, с вращением кистей в одну и другую сторону.
 - Вращение рук в локтевом суставе.
 - Подъем и опускание плеч.
 - Круговое движение плечами вперед и назад.
 - Наклоны с поднятыми в верх руками, с права на лево и наоборот с постепенным увеличением и уменьшением амплитуды движения. Тоже с добавлением движений корпуса.
 - Движение рук «волна»
 - повороты головы направо и налево.
 - Наклоны головы вправо, влево, вперед, назад.
 - Простые бытовые шаги на каждую четверть.
 - Шаги на полупальцах.
 - Шаги с вытянутого носка.
 - Шаги на пятках.
 - Сочетание шагов на носках и на пятках.
- Шаги с высоко поднятыми коленями.

- Подъем на полупальцах и опускание на всю стопу по 6 позиции.
- Приседания по 6,1 и 2 позициям.
- Перенос веса тела с одной ноги на другую.
- Упражнение на развороты стоп из 6 позиции в 1.
- Упражнения на устойчивость – подъем и опускание согнутой в колене ноги по 6 позиции.
- Сгибание ноги с отведением голени назад.
- Шаг в сторону с приставкой.
- Шаг вперед с приставкой.
- Шаг в сторону и «точка»(теп)(удар носком об пол без переноса тела)
- Шаг в сторону и выброс свободной ноги по диагонали вперед накрест перед опорной ногой(кик).
- Три шага в сторону и кик
- Три шага в сторону и теп с хлопком.
- «пружинка» на месте и с шагом.
- Прыжки по 6 позиции в разном темпе и ритме.
- Прыжки трамплинные с вытянутыми ногами, с поджатыми ногами по 6 позиции.
- Бег с высоко поднятыми коленями.
- Бег с вытянутыми ногами вперед и назад.
- Мелкий бег на полупальцах.
- Подскок на месте с поворотами вправо, влево.
- Шаг с подскоком.
- Шаг в сторону и два шага на месте вправо и влево.
- Наклоны корпуса вперед, вниз, вправо, влево.

Элементы классического танца.

- Постановка корпуса – «Березка»
- Поклон в муз р-ре $\frac{3}{4}$ по 1 позиции.
- Раз - вытянуть носок правой ноги в сторону
- Два – перенести вес тела на правую ногу, левая нога остается вытянутой. Носок упирается в пол.
 - Три – левая нога подтягивается к правой, одновременно выполняется полуприседание по 1 позиции.
 - Четыре – принять исходное положение.

Классический экзерсис

Позиции ног:

1 позиция – стопы стоят пятками вместе носками врозь;

2 позиция – стопы стоят носками врозь, а между пятками расстояние равное одной стопе;

3 позиция – стопы стоят носками в разные стороны , одна стопа прижата пяткой к середине стопы другой;

4 позиция – стопы стоят носками врозь, одна нога впереди другой, стопы параллельно друг другу.

Позиции рук:

Подготовительная позиция – руки опущены вниз, образуя овал, ладони развёрнуты вверх;

1-я позиция - руки вытянуты вперёд, образуя овал, ладони повернуты друг на друга, смотрят на диафрагму;

2-я позиция - руки вытянуты в стороны, ладони развернуты вперед;

3-я позиция - руки подняты вверх, образуя овал, ладони развернуты вниз.

Demi – plié (3/4)

Исходное положение: 1,2 или 3 позиция.

Такты 1-2: плавно присесть.

Такты 3-4: плавно подняться.

Следить чтобы вес тела был расположен равномерно на обе ноги, плечи расправлены.

Battement tendu (2/4)

Исходное положение: 1 позиция.

Такт 1: скользящим движением вывести правую ногу в сторону, сильно вытянув носок.

Такт 2 : Скользящим движением подтянуть правую ногу в исходное положение.

Стопы полностью примыкают к полу.

По такому же принципу движение выполняется вперед и назад.

При движении вперед пятка направлена вверх, при движении назад – опущена вниз.

Relive (2/4 или $\frac{3}{4}$)

Исходное положение: 6 позиция.

Такт 1: Сильно вытянув колени, подняться на полупальцы обеих ног.

Такт 2: Опускаясь с полупальцев, поставить пятки на пол, колени остаются сильно вытянутыми.

Saute (2/4)

Исходное положение: 6 позиция, руки в подготовительной позиции.

Такт 1: Энергичное Demi – plié и затем прыжок в верх с сильно вытянутыми коленями и подъемом. Плавно опуститься в Demi – plié ставя ноги через носки на всю стопу.

Первая форма Port de bras (3/4) (с мячом)

Исходное положение: 1 позиция, руки в подготовительной позиции.

Такт 1: руки подняты в 1 позицию.

Такт 2: руки подняты в 3 позицию.

Такт 3: руки перевести в 1 позицию.

Такт 4: руки возвращаются в подготовительную позицию.

Элементы русско-народного танца.

Положения рук.

- Подготовительное: руки опущены вниз.
- 1 положение: руки вытянуты вперед, ладони развернуты вверх.
- 2 положение: руки вытянуты в стороны, ладони-наверх.
- 3 положение: руки вытянуты вверх-в стороны, ладони развернуты друг на друга.
- 4 положение : руки сложены на уровне груди « полочкой».

Позиции ног

- 4 позиция ног.
- 1 полувыворотная.
- 2 полувыворотная.
- 3 полувыворотная .

Танцевальные движения.

- Тройной притоп.
- «Ковырялочка».
- Переменный шаг.
- «Топотушки».
- Полуприседание.
- Выставление ноги вперед, в сторону на каблук.
- Повороты вокруг себя на полупальцах.
- Легкий бег на полупальцах.
- Па «галоп»
- Перескоки
- Бег захлестывая голени назад.

Танцевальная партерная гимнастика.

Сидя на полу:

- Сокращение стопы и её вытягивание по 6 позиции
- Позиция ног на полу «елочка»
- «книжечка»
- «лягушка»,разножка (полу шпагат)

Лежа на спине:

- Выворотное поднятие ног поочередно и вместе
- Бросок наверх поочередно и вместе
- «велосипед»
- Упражнения на внимание.

Лежа на животе:

-«качалочка»

-Движение «кольцо»

-Прогиб корпуса назад

-«лягушка»

Стоя на коленях:

-Броски ног назад

-«кошечка»

-«часики»

4. Методическое обеспечение программы

Перечень тем и разделов	Формы занятий	Приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактическое оснащение	Техническое оснащение	Формы подведения итогов
Вводное занятие, инструктаж Т.Б., танцевальная культура.	Лекция, беседа. Экскурсия по центру «Родник».	Используется словесные, наглядные. Практические методы воздействия.			Беседа
Ритмика.	Практическое занятие.	Объяснение, демонстрационный показ, коллективная практическая деятельность. Творческая работа(индивидуальная и коллективная).	Методические разработки по разделу «ритмики».	Мячи, скакалки.	Результаты отслеживаются индивидуально, поурочно.
Танцевальная азбука.	Практическое занятие.	Объяснение. Демонстрационный показ, поэтапный разбор упражнений, самостоятельная и коллективная практическая деятельность. Систематизация занятий. Обобщение умений и навыков.		Танц.зал с зеркалами, фортепиано, магнитофон, коврики.	Результаты отслеживаются индивидуально на каждом занятии, также на открытых занятиях.
Этюдно-постановочная деятельность.	Практическое занятие.	Объяснение, демонстрационный показ. Обработка и закрепление навыков, систематизация, обобщение умений, знаний, навыков.	Схема этюдов.		Открытое занятие, показательные выступления, участие в праздниках и конкурсах.

5. Мониторинг образовательных результатов

Результаты наблюдений за детьми фиксируются в течение года в таблице, срезы проводятся три раза в год (ноябрь, февраль, май). Педагог фиксирует сформированность или несформированность того или иного умения

Таблица отслеживания результатов.
МОНИТОРИНГ ПРОГНОСТИЧЕСКИЙ (НАЧАЛЬНЫЙ)

Наименование объединения «Хореографическая студия «Фантазия»»

Ф.И.О. руководителя _____

№ группы _____

_____ год обучения

№ п/п	Номер Ф.И. ребенка по журналу	Мониторинг сформированности качеств, необходимых для успешного выполнения работ				Мониторинг образовательных результатов							Мониторинг социально-педагогического портрета ребенка							Уровень	
		внимательность	упорство	Физическая подготовка	Баллы	Начальная подготовка	Овладение ритмическими навыками	Танцевальная азбука	Танцевальная гимнастика	артистичность	Самостоятельность исполнения	Баллы	Заинтересованность ребенка	Разнообразие творческих достижений	Танцевально-двигательные способности						Баллы
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
1.																					
2.																					

З.																				
Н																				
Нс																				
С																				
Вс																				
в																				

Уровни	Баллы	Мониторинг сформированности качеств, необходимых для успешного выполнения работ	Мониторинг образовательных результатов	Мониторинг социально-педагогического портрета ребенка
1 балл низкий уровень	1 балл	3	6	7
2 балла ниже среднего уровень	2 балла	от 4 до 6	От 7 до 12	От 8 до 14
3 балла средний уровень	3 балла	от 7 до 9	От 13 до 18	От 15 до 21
4 балла выше среднего уровень	4 балла	от 10 до 12	От 19 до 24	От 22 до 28
5 баллов высокий уровень	5 баллов	от 13 до 15	От 25 до 30	От 29 до 35

Список литературы

1. Рутберг И. Пантомима, движение и образ. – М., 1963
2. Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветная. Учителе детей танцевать. Учебное пособие. Москва – гуманный издательский центр ВЛАДОС, 2003
3. Проект программ по классическому танцу «Ритмика и танец» для хореографических школ и хореографических отделов школ искусств. Москва, 1984
4. Ритмика. Методические рекомендации для преподавателей ДШИ, ДМШ. Москва. 1989
5. Проект программы Народно-сценический танец для хореографических отделений ДМШ, ДШИ. Москва, 1987
6. Катушина М.Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей. Издательство «ТЦ Сфера»

Ритмика и развитие актерской выразительности.

1. Ветлунина Н. Музыкальное развитие ребенка – М., 1976
2. Вербицкая А. основы сценического движения. – М., 1983
3. Константиновский В. Учить прекрасному – М., 1973
4. Лисицкая Т. Хореография в гимнастике. – М., 1993
5. Михайлова Э., Иванов Ю. Ритмическая гимнастика: Справочник. – М., 1987
6. Руднева С., Фили Э. Ритмика. Музыкальное движение. – М., 1966
7. Шахматова Л. Сценические этюды. Учебное пособие. М., 1966

Классический танец.

1. Базарова Н., Мэй В. Азбука классического танца. Изд. 2-е. Л., 1983
2. Ваганова А. основы классического танца. Изд. 5-е - Л., 1980
3. Ярмолович Л. Классический танец. Методическое пособие. – Л., 1986
4. Климов А. Основы русской народной хореографии. – М., 1981

