

ПРИНЯТА:
на педагогическом совете
протокол от 29.08.2019 № 1



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Хореография в детском саду»

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного
учреждения «Детский сад №20»

(программа предназначена для детей от 5 до 7 лет,
старший дошкольный возраст)

Период реализации 9 месяцев (сентябрь - май)

Составитель:
Суворова М.О.

город Нижний Новгород
2019 год

Содержание

| | |
|---|----|
| 1. Пояснительная записка | 3 |
| 2. Предполагаемые результаты..... | 8 |
| 3. Календарный учебный график | 11 |
| 4. Учебно-тематический план | 12 |
| 5. Содержание программы | 13 |
| 6. Методическое обеспечение программы | 15 |
| 7. Методические материалы | 18 |

1. Пояснительная записка

Танцевальное искусство - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях танцами дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Танцевальное искусство воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, оно развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Необходимо продолжать развивать у дошкольников творческие способности, заложенные природой. Музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Существующие программы музыкально-ритмического воспитания не имеют прямого отношения к хореографии, т.е. раздел ритмические движения является лишь частью программы музыкального воспитания. Поэтому и возникла потребность создать программу по хореографии, где танцевальное искусство охватывается в широком диапазоне, тщательно отбирая из всего арсенала хореографического искусства то, что доступно детям 4-7 лет.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение, даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями

является: активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий. Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

Рабочая программа разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию учебной деятельности в ДОУ, возрастных особенностях детей.

Рабочая программа предусматривает систематическое и последовательное обучение и ориентирована на работу с детьми 5-7 лет независимо от наличия у них специальных физических данных. Занятия проводятся с согласия родителей, 2 раза в неделю по 30 мин, из которых 8-10 мин. отводится на организованную образовательную деятельность и остальное время на совместную деятельность педагога и детей в форме музыкальных, дидактических, подвижных игр.

Цель программы – приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников. Привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности дошкольника посредством хореографического искусства.

Задачи:

Образовательные:

- Обучить детей танцевальным движениям.
- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

Воспитательные:

- Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.
- Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.
- Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми.
- Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

Развивающие:

- Развивать творческие способности детей.
- Развить музыкальный слух и чувство ритма.
- Развить воображение, фантазию.

Оздоровительные:

- укрепление здоровья детей.

Развивать слуховое внимание и потребность в движении под музыку, умение осмысленно действовать в соответствии с музыкально-игровым образом. Воспитывать интерес и любовь к музыке в процессе совместных игр, движения под музыку со сверстниками, педагогами и родителями; формировать культурные привычки, умение вести себя во время занятий: мальчикам уметь пригласить девочку на танец. Программа сочетает элементы музыкально-ритмического воспитания и методику изучения основ классического, народного и современного танцев.

Музыкально-ритмические занятия помогают детям понять, услышать и уловить ритм музыки и движения. Классический танец воспитывает строгий вкус, чувство меры, благородную, сдержанную манеру исполнения. Народный танец является одним из средств выражения самобытности народа, его духа, характера, традиций. Современный танец раскрепощает ребенка, позволяет свободно выражать свои эмоции и настроение, тренирует координацию и тренирует все группы мышц.

Для занятий хореографией необходим просторный, с хорошей вентиляцией и освещением зал (в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами), оснащенный музыкальным центром.

Основные формы обучения: групповые (фронтальные) и индивидуальные (при постановке сольного танца или дуэта).

Основные виды и содержание занятий:

- рабочее занятие – разучивание новых танцевальных элементов;
- постановочное занятие – постановка и разучивание танца на основе уже знакомых движений и связок;
- творческое занятие – выполнение творческих заданий воспитанниками.

Занятие делится на 2 части: подготовительную (разминка) и основную (непосредственно работа над танцами).

Структура занятия:

1. приветствие - поклон
2. танцевальная разминка
3. разучивание новых танцевальных элементов
4. прощание – поклон

Возрастные особенности детей 5-7 лет.

Старший дошкольный возраст играет особую роль в развитии ребенка: в этот период жизни начинают формироваться новые психологические механизмы деятельности и поведения.

Возраст 5—7 лет характеризуется активизацией ростового процесса: за год ребенок может вырасти на 7—10 см, при этом показатели роста детей подготовительной группы несколько выше, чем у детей шестого года жизни. Изменяются пропорции тела. Совершенствуются движения, двигательный опыт детей расширяется, активно развиваются двигательные способности. Заметно улучшается координация и устойчивость равновесия, столь

необходимые при выполнении большинства движений. При этом девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками.

У детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но все еще слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кистей рук. Воспитатель уделяет особое внимание развитию мелкой моторики. Старший дошкольник технически правильно выполняет большинство физических упражнений. Он способен критически оценить движения других детей, но самоконтроль и самооценка непостоянны и проявляются эпизодически. Углубляются представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, о значении гигиенических процедур (для чего необходимо мыть руки, чистить зубы и прочее), закаливания, занятий спортом, утренней гимнастики. Дети проявляют интерес к своему здоровью, приобретают сведения о своем организме (органы чувств, движения, пищеварения, дыхания) и практические умения по уходу за ним.

Происходят большие изменения высшей нервной деятельности. В течение шестого года жизни совершенствуются основные нервные процессы — возбуждение и особенно торможение. Это благотворно сказывается на возможностях саморегуляции. Эмоциональные реакции в этом возрасте становятся более стабильными, уравновешенными. Ребенок не так быстро утомляется, становится более вынослив психически (что связано и с возрастающей физической выносливостью). Дети начинают чаще по собственной инициативе воздерживаться от нежелательных действий. Но в целом способность к произвольной регуляции своей активности все еще выражена недостаточно и требует внимания взрослых.

2. Предполагаемые результаты

В результате проделанной работы дети проявляют стойкий интерес и потребность к музыкально-ритмическим занятиям, осваивается необходимый объём движений классического, народного, бального танцев, а также танцев современного направления. У них формируется основа культуры движения, красивая осанка. Более совершенным становится чувство ритма, что играет важную роль в обучении их игре на детских музыкальных инструментах.

Дети понимают ориентировку на себе – правая рука (нога), левая рука (нога), и от себя – (направо, налево, вперёд, назад). Они хорошо ориентируются в пространстве зала и выполняют различные построения и перестроения: в колонну, в шеренгу, по диагонали, врассыпную, по линии танца, противоходом и т.д.

У детей появляются такие личностные качества, как уверенность, целеустремлённость, активность, желание показать свои достижения зрителям. Меняется и протекание психических процессов: отмечается сосредоточенность, устойчивость внимания, улучшение запоминания и воспроизведения, проявление творческого воображения.

К концу 1 года обучения по программе дети знают:

- назначение хореографического зала;
- правила поведения в зале;
- назначение отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики;
- понятия «опорная нога», «работающая нога»;
- Элементарные танцевальные рисунки (линия, колонна, круг, диагональ, шахматный порядок)

Умеют:

- слышать музыку;
- изображать в сюжетно-игровой форме персонажи зверей и птиц;

- исполнять ритмические и народные танцы;
- Исполнять основные элементы классического танца
- Импровизировать в соответствии с ритмом, темпом, характером музыки

Приобретают навыки:

- ритмической ходьбы по различным видам передвижений по залу;
- Работы в паре
- Взаимодействия в группе

Для отслеживания результатов усвоения программы в кружке дополнительного образования «Гармония», в середине и в конце учебного года педагог - хореограф проводит диагностику музыкально - ритмических навыков детей, используя трех уровневую систему оценки (слабый, средний, высокий).

Для оценки уровня усвоения:

- элементов партерной гимнастики используется игрогимнастика - «Лягушка, бабочка». Проверка работы стоп (натянутые, сокращенные)
- элементов танцевальных упражнений используется – экзерсис на середине зала и упражнения по диагонали
- Элементов строевых упражнений - используется игра «Построй фигуру»
- Элементов хореографических упражнений – используются танцевальные этюды

Для оценки теоретических знаний педагог - хореограф организует викторины где в интересной форме диагностируются знания детьми основных хореографических понятий и правил.

Два раза в год организуются открытые просмотры в форме игр – путешествий, на которых родители могут оценить эффективность работы педагога и успехи детей.

3. Календарный учебный график

| I полугодие | | | | | | | | | | | | II полугодие | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------|----|-----|---------|----|-----|----|--------|---|----|---------|----|----------------------------|--------|-----|----|---------|----|-----|------|---|---|--------|-----|----|---|-----|----|-----|----|---|
| сентябрь | | | октябрь | | | | ноябрь | | | декабрь | | | январь | | | февраль | | | март | | | апрель | | | | май | | | | |
| I | II | III | I | II | III | IV | V | I | II | III | IV | I | II | III | IV | I | II | III | IV | V | I | II | III | IV | V | I | II | III | IV | V |
| 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 2 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 2 | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | п | |
| Всего за I полугодие 33 ч. | | | | | | | | | | | | Всего за II полугодие 39ч. | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Всего занятий 72ч. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| II — промежуточная аттестация. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

4. Учебно-тематический план

| № | Разделы программы | Количество часов |
|---|---|------------------|
| 1 | Партерная гимнастика: - игрогимнастика - игропластика | 12 |
| 2 | Игровой массаж | 12 |
| 3 | Музыкально-подвижные игры | 12 |
| 4 | Игроритмика | 16 |
| 5 | Танцевальная часть: - игротанцы (хореографические упражнения, танцевальные шаги, ритмические, классические, бальные, народные, современные танцы) | 20 |

5. Содержание программы

Раздел «Игроритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

Раздел «Игрогимнастика» служит основой для освоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков. В раздел входят строевые, общеразвивающие, акробатические упражнения, а также на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.

Раздел «Игротанцы» направлен на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребенка. В этот раздел входят: танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и такие танцевальные формы, как историкобытовой, народный, бальный, современный и ритмический танцы.

Раздел «Игропластика» основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости занимающихся. Здесь используются элементы древних гимнастических движений и упражнения стретчинга, выполняемые в игровой сюжетной форме. Раздел «Игровой самомассаж» является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение.

Раздел «Музыкально-подвижные игры» содержит упражнения, применяемые практически на всех уроках. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования. Раздел «Игры-путешествия» (или сюжетные занятия) включает все виды подвижной деятельности, используя средства предыдущих разделов программы. Данный материал служит основой для закрепления умений и навыков, приобретенных ранее, помогает сплотить

ребят, дает возможность стать кем мечтаешь, побывать где захочешь и увидеть что пожелаешь.

Раздел «Креативная гимнастика» предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы.

6. Методическое обеспечение программы

Партерная гимнастика:

- упражнение для стоп: тянутые, сокращенные стопы, разворот из первой позиции в шестую и наоборот;
- бревно - перекаты в положении лежа;
- Цапля: поднятие ног до положения «пассе» по шестой позиции;
- Книжечка: сидя на полу, ноги вместе, опускаем поднятые вверх руки вместе с корпусом, стараемся дотянуться до пяток.
- Морская звезда: сидя на полу ноги врозь с наклоном вперед до касания животом;
- Бабочка;
- Лягушка;
- Лодочка: одновременное поднятие вытянутых рук и ног, лёжа на животе;
- Ящерица: лёжа на животе, прогибаем спину, голова прямо, ноги вместе, как хвостик у ящерицы.

Танцевальные шаги:

- шаг - подскок;
- галоп;
- шаг польки;
- тройной притоп;
- приставной шаг;
- шаг с носка по первой позиции;
- шаг на полупальцах;
- ходьба с высоким подниманием бедра («цапля»);
- подготовка к бегу
- бег

Строевые упражнения:

- образно-двигательные действия «солдатики» - построение в шеренгу и колонку по команде педагога;
- образно-двигательные действия «шишки» - перестроение из одной шеренги в несколько по распоряжению и ориентирам;
- гусеница - передвижение в сцеплении за руки;
- хоровод - построение в круг и передвижение, по кругу в различных направлениях за педагогом;

Игровой самомассаж:

- поглаживание отдельных частей тела в определенном порядке в образно- игровой форме (для ног и рук);
- поглаживание отдельных частей тела в определенном порядке в образно- игровой форме (для кистей и пальцев- «ладошки-мочалки», смываем водичкой руки, ноги);
- поглаживание отдельных частей тела в определенном порядке в образно - игровой форме (для ступней и пальцев ног);

Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами (мячами, обручами, флажками, платочками, листочками)

Музыкально- подвижные игры:

- «Эхо»;
- «Найди свою пару»
- «Самолетики и бабочки»;
- «Игрушки»;
- «Зайчики и волк»;
- «Море волнуется»;
- «Построй фигуру»

Игротанцы:

- «Паровозик»;
- «Хома-хома-хомячѐк»;

- «Испуганный страус»;
- «Петрушка – буратино»;
- «Краски»;

7. Методические материалы

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. С-П., 2000.
2. Климов А. Основы русского народного танцев. М.,1981.
3. Стуколкина Н. Четыре экзерсиза. М.,1972.
4. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. М.,2006.
5. Голейзовский К. Образы русской хореографии. М.,1964.
6. Зарецкая Н., Роот З. Танцы в детском саду. М.,2008.