

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 228»

Принято на Педагогическом совете

Протокол № 4 от 10.06.2020 г.

Утверждаю:
Заведующий МДОУ «Детский сад № 228»
Чубарнова Е.А.

Приказ № 68 от 22.06.2020г.



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа**

«Хореография»

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок реализации: 2 года

Направленность: художественная

Составитель:
Гущина Дина Юрьевна,
музыкальный руководитель

Ярославль, 2020 г.

Пояснительная записка

Хореография является одним из предметов, входящих в систему музыкального воспитания детей. В основе ритмики лежит изучение тех элементов музыкальной выразительности, которые наиболее естественно и логично могут быть отражены в движении. Главным направлением в дошкольном хореографическом воспитании является ритмика. Ритмика - это один из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер, образы передаются в движениях. Основой является музыка, а разнообразные физические упражнения, танцы, сюжетно-образные движения используются как средства более глубокого ее восприятия и понимания.

Обучать необходимо всех детей, развивая в них глубокое "чувствование", проникновение в музыку, творческое воображение, формируя умение выражать себя в движениях. Задача педагога - научить детей двигаться в характере музыки, передавая ее темповые, динамические, метроритмические особенности.

Занятия по программе «Хореография» помогают усвоить основные музыкально-теоретические понятия, развивают слух и память, чувство ритма, активизируют восприятие музыки. В процессе работы над движениями, связанными с музыкой, формируется художественный вкус детей, развиваются их творческие способности, чувство прекрасного. На занятиях увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечнососудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

Работа в области музыкально-ритмического воспитания позволяет решать такие **задачи:**

- развивать эмоциональную отзывчивость к эстетической стороне, окружающей действительность;
- формировать эстетический вкус;
- развивать познавательное отношение к действительности.

Движение под музыку дополняет этот ряд:

- дает выход и разрядку отрицательным эмоциям, снимает нервное напряжение;
- создает приподнятое настроение;

- развивает активность, инициативу;
- развивает координацию движений, способность произвольно ими управлять.

Танец способствует общему физическому развитию ребенка, обеспечивает силу, координацию движений и другие качества необходимые для формирования умений и специфических навыков, уверенность в себе. Эти свойства движений изучены И. Г. Песталоцци, Я. А. Каменским, Джон Локком, Ж. Ж. Руссо, И. Б. Базедовым и др.

Возраст 5 -7 лет достаточно хорошо изучен психологами и физиологами, которые характеризуют этот период детства, как период неравномерного и волнообразного развития. Развитие центральной нервной системы идет активно. По мнению ученых, этот возраст обладает особой благодатной восприимчивостью. У ребенка интенсивно формируется наглядно-образное мышление и воображение, развивается речь, психическая жизнь обогащается опытом, возникает способность воспринимать мир и действовать по представлению. От ребенка можно требовать выразительности, эмоциональности при исполнении танца.

На 6-ом году жизни у ребенка совершенствуются основные нервные процессы возбуждения и торможения. Это благотворно сказывается на соблюдении ребенком правил поведения. Свойства нервных процессов возбуждения и торможения - сила, уравновешенность и подвижность также несколько совершенствуются. Дети быстрее отвечают на вопросы, меняют действия, движения, что позволяет увеличивать плотность занятий в кружке ритмики, включать в двигательные упражнения элементы, формирующие силу, скорость, выносливость. Но все-таки, свойства нервных процессов, особенно подвижность, развиты недостаточно. К 6 годам у ребенка развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но мелкие мышцы по-прежнему слабые, особенно мышцы рук. Дети способны изменять свои мышечные усилия. Поэтому дети на занятиях могут выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить по заданию воспитателя от медленных к более быстрым, они относительно легко усваивают задания при ходьбе, беге, прыжках, но известные трудности возникают при выполнении упражнений, связанных с работой мелких мышц.

На разминке переходим от простого к сложному, от спокойных к быстрым движениям, а также используем прием контраста для развития быстрого переключения.

В старшем дошкольном возрасте дети уже понимают смысл разучивания и совершенствования отдельных движений и с удовольствием упражняются в них. В этом возрасте изучается ряд подготовительных упражнений, при помощи которых детям постепенно прививаются некоторые навыки, необходимые им для правильного исполнения многих движений.

Удовлетворяя естественную потребность в двигательной активности, танцы и игры способствуют гармоническому развитию личности. В изящных или задорных движениях, каждый имеет возможность выразить себя, раскрыть свою индивидуальность, передать чувства, настроение, мысли, проявить характер. Соприкасаясь с танцевальным искусством в доступной форме, дети постепенно приобщаются к миру прекрасного.

Овладение детьми движениями под музыку помогает развитию музыкального восприятия, умению передавать различные средства музыкальной выразительности. В свободных движениях отображать жанры музыки (марш, танец, вальс, польку), передавать их «языком движений», мимикой и пантомимикой, в танце и игре музыкальный образ, способствует проявлению творческих способностей детей в движениях под музыку в музыкально-двигательной импровизации.

В программу включены детские спортивные танцы, танцы - импровизации. Данная программа своим содержанием выходит за рамки Основной образовательной программы, реализуемой в ДОУ своим наполнением (используемые танцевальные движения, объем танцевального материала), репертуаром (в основном современные музыкально-ритмические композиции).

Цель:

Развитие творческих способностей детей в области искусства танца.

Задачи программы:

- способствовать восприятию детьми динамики развития музыкальных образов и выражения их в движениях, согласованию движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности;
- способствовать владению своим телом, способствующее красивой осанке, грациозной походке, развивать координацию движений, музыкальность, гибкость и выносливость
- способствовать развитию музыкальных способностей (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма, музыкальную память);
- способствовать развитию творческих способностей в области искусства танца: способность оценки собственного движения и товарищей, умение придумывать «свой» игровой образ, персонаж и «свою» пляску, комбинируя различные элементы физкультурных упражнений, танцевальных и сюжетно-образных движений.
- приобрести опыт публичных выступлений;

- углубление и дифференциация восприятия музыки (выделение средств выразительности, формы), её образов и развитие на этой основе навыков выразительного движения;

Эти задачи решаются при выполнении основного программного требования — соответствия характера движений содержанию и развитию музыкального образа.

Основные педагогические принципы - систематичность, постепенность и последовательность.

В музыкально - ритмическом движении ритм понимается в широком смысле слова. В него входят развитие и смена музыкальных образов (основных мыслей, чувств, музыкально оформленных в небольшом построении), структура произведения, темповые, динамические, регистровые, метроритмические соотношения. Поэтому в процессе занятий ритмикой особенно успешно развивается эмоциональная отзывчивость на музыку, приобретает навык восприятия, воспроизведения музыкально-ритмической основы произведения.

Содержание курса и задачи каждого подраздела

Занятия проводятся с детьми от 5 до 7 лет.

Количество детей в группах дошкольного возраста 12-16 человек. Такое количество детей является оптимальным для организации игровой деятельности дошкольников и создания творческой атмосферы на занятиях.

Форма занятий - подгрупповая.

Занятия проводятся 2 раза в неделю с детьми старшей и подготовительной к школе группами.

Занятие включает в себя разминку, упражнения, общеразвивающие упражнения, спортивный танец, игру, а также параллельное знакомство с общими теоретическими понятиями.

1. Разминка.

Проводится на каждом занятии в виде “статистического танца” в стиле аэробики под современную и популярную музыку, что создает благоприятный эмоциональный фон и повышает интерес к упражнениям.

Задача - развитие координации, памяти и внимания, умения “читать” движения, увеличение степени подвижности суставов и укрепление мышечного аппарата.

2. Упражнения.

Музыкально-ритмические навыки усваиваются главным образом в ходе разучивания игр, танцев. Однако некоторые из них требуют дополнительных усилий, тренировок, упражнений. Например, надо поупражнять детей в точном исполнении ритмического рисунка, акцента. Педагог, облачая задание в интересную форму, помогает ребятам с ним справиться. Некоторые упражнения помогают навыкам выразительного движения в передаче игрового образа, в ходьбе, беге, поскоках, а также тренируют в усвоении отдельных танцевальных элементов.

Дети рано начинают чувствовать настроение, характер музыки, воспринимая её сначала в совокупности всех средств, выделяют, отличая отдельные, наиболее яркие средства, доминирующие в произведении (например, форму, темп).

Музыкально-ритмические навыки осваиваются в процессе разучивания игр, танцев, хороводов и упражнений. Важно научить ребят воспринимать музыку целостно, схватывать общее настроение, характер. Двигательные навыки детей, необходимые для постановки танца, зависят, в первую очередь, от психофизиологических особенностей детей. Разучивание движений только тогда эффективно, когда оно основано на знании возможностей ребенка. Танцуя, ребенок, включается в творческий процесс. Совершенствуются его двигательные возможности и навыки.

Выполнение двигательных упражнений способствует общему физическому развитию ребенка, обеспечивает силу, координацию движений и другие качества необходимые для формирования умений и специфических навыков.

Движение под музыку дополняет ряд задач занятий ритмикой:

- дает выход и разрядку отрицательным эмоциям, снимает нервное напряжение;
- создает приподнятое настроение;
- развивает активность, инициативу;
- развивает координацию движений, способность произвольно ими управлять.

Особенность детского восприятия такова, что вырабатывать точность, четкость, осмысленность движения помогает использование подражательных движений или образное сравнение.

Занятия ритмикой доставляют детям радость и удовольствие. Но должны быть доступны и содержание, и характер движений. Некоторые дети могут проявлять манерность, напряженность и передавать лишь внешнюю форму упражнений.

Каждое упражнение имеет четкую педагогическую направленность, является средством, при помощи которого руководитель направляет внимание детей на музыку.

В старшей группе дети уже понимают смысл разучивания и совершенствования отдельных движений и с удовольствием упражняются в них. В этом возрасте требуется изучить ряд подготовительных упражнений, при помощи которых детям постепенно прививаются некоторые навыки, необходимые им для правильного исполнения многих движений.

3. Общеразвивающие упражнения.

Движения на развитие координации, элементы гимнастики, движения по линии танцев:

- на носках, каблуках,
- перекаты стопы,
- высоко поднимая колени,
- выпады,
- ход лицом и спиной,
- бег с подскоками,
- галоп лицом и спиной, в центр и со сменой ног.

Перестроения для танцев:

- линии,
- хоровод,
- шахматы,
- змейка,
- круг.

Задача - через образное восприятие обогатить набор движений, развить их координацию, разработать мышцы стопы, научить ориентироваться в зале, выполнять команды.

В течение всего курса дети знакомятся со следующими понятиями:

- позиции ног,
- позиции рук,

- линия танца,
- направление движения,
- углы поворотов.

4. Спортивный танец.

Дети знакомятся с основными движениями и вариациями из них, а также с некоторыми популярными танцами. Танцевальный репертуар способствует развитию чувства ритма, координации движений, умения двигаться под музыку, коммуникабельности. Улучшается память, внимание, внутренняя организация.

Задача - освоение отдельных спортивных танцев, задача которых - отработка корпусного движения, правильного и полного переноса тела, точной работы стопы.

5. Музыкальная игра.

Игра - наиболее активная творческая деятельность, направленная на выражение эмоционального содержания музыки, осуществляется в образных движениях. Игра имеет определённый сюжет, правила, музыкально-учебные задания, и, облегчённая в интересную форму, помогает лучшему усвоению программных навыков.

В методике дошкольного музыкального воспитания определены два вида игр: игры под инструментальную музыку и игры под пение.

В свою очередь игры под инструментальную музыку разделяются на сюжетные, где выступают определённые персонажи, развёртывается действие и решается основная задача - передать музыкально-игровой образ персонажа, и несюжетные, правила, которых связаны с музыкой, и решается задача двигаться в соответствии с содержанием, характером и формой музыкального произведения.

Игры под пение включают хороводы, инсценировки песен и тесно связаны между собой. Построение их зависит от содержания. В действие поочерёдно включаются отдельные дети, небольшая их группа, весь коллектив, меняется направление движения, происходят перестроения: в круг, шеренги, пары, «стайку», колонны и т. д. Таким образом, музыкальные игры по своим задачам принадлежат к дидактическим, по характеру - к подвижным. Их содержание находится в полном соответствии с музыкой.

Занятия по программе позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

Систематические занятия детей дошкольного возраста в кружке ритмики : очень полезны для физического развития, улучшается осанка, укрепляются мышцы и связки, совершенствуются движения. Постепенно все начинают легче и грациознее двигаться, становятся раскованными, приобретают свободу, координацию, выразительность движений. Все это требует известных усилий, но и доставляет большую радость, удовлетворяя потребность в эстетических переживаниях и впечатлениях.

Методические аспекты освоения программы

Основными принципами в освоении Программы данного курса являются: «от простого к сложному», «от медленного к быстрому», «посмотри и повтори», «осмысли и выполни», «от эмоций к логике», «от логики к ощущению».

Дети осваивают движения, повторяя его за педагогом. Способность к зрительному восприятию позволяет обучающемуся считывать движения.

В танцах со сложной координацией необходимо четко соблюдать т . последовательность подачи информации о движении. Танец начинается “от пола” и следует показать и объяснить в последовательности:

- куда наступает (как переносим вес);
- как ставим ногу (как работает стопа);
- что делает колено;
- как работают бедра;
- что делает корпус;
- как танцуют руки;
- куда направлен взгляд (что делает голова).

Успешное усвоение всех рекомендаций должно сочетаться с созданием на занятии такого психологического микроклимата, когда педагог, свободно общаясь с детьми на принципах сотрудничества, содружества, общего интереса к делу, четко реагирует на восприятие обучающихся, поддерживая атмосферу радости, интереса и веселья, побуждает их к творчеству.

На занятиях вырабатывается свой язык общения: речь - жест - музыка, который позволяет быстро сменить вид деятельности, мобилизует внимание. В целях создания

положительной мотивации используются игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

Задачи (возраст 5-7 лет):

- развивать ритмический слух, творческие способности, зрительное внимание;
- развивать быстроту реакций, четкость и ловкость движений, выразительность пластики, мимики, музыкального восприятия;
- способствовать развитию умения слушать и слышать музыку, понимать команды;
- разнообразить набор привычных движений, развивать координацию, чувство ритма, память, внимание;
- развивать коммуникативные навыки в процессе занятия в паре.

Предполагаемый результат (возраст 5-7):

- способность различать жанр музыкального произведения;
- стойкий интерес к новым музыкальным произведениям;
- умение сопереживать,
- воспринимая музыкальный образ отклик на динамические оттенки в музыке,
- выполнение простейших ритмических рисунков;
- реакция на музыкальное вступление;
- красивое и правильное исполнение танцевальных элементов;
- умение давать характеристику музыкальному произведению;
- ориентировка в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- исполнение движения в парах, в группах;
- умение свободно держаться на сценической площадке.

Учебный план

Возрастные группы	Кол-во занятий в неделю	Кол-во занятий в месяц	Кол-во часов в год		
			теория	практика	Всего
Старшая группа	2	8	7 ч 12 мин	22 ч 48 мин	30 ч
			12ч	24ч	36
Подготовительная группа	2	8	12ч	24ч	36

Модуль 1

Старшая группа

Возраст 5-6 лет

месяц	Тема занятия	Количество занятий	Продолжительность занятия		
			Теория мин	Практика мин	Итого мин
сентябрь	«Облака», «Картошка», «Дождь идет», «Пусть бегут неуклюжи»(обр.)	8			
			6	19	25
октябрь	«Барбарики», «Течет река молочная», «Осенняя музыка»	8	6	19	25
ноябрь	«Мы маленькие дети», «Детство», «Домовенок Кузя», «Человечки», «Добрый жук»	8	6	19	25

декабрь	«Новый год, елка, шарики, хлопушки», «Маленькой елочке» (обр.), «Зимушка-зима», «Между нами», «Обручи»	8	6	19	25
январь	«Снежинки», «Следы», «Если с другом вышел в путь» (гр. Непоседы), «Русская-народная»(обр.), «Дорогой мой человек»	8	6	19	25
февраль	«Будет день счастливый», «неразлучные друзья», «Лишь по тебе скучаю, папа», «Па-па-па па-па-ри-буда-бу»	8	6	19	25
март	«Бабушка рядышком с дедушкой», «Мама-первое слово», «Кошка», «Орлята учатся летать», «Гусары и куклы»	8	6	19	25
апрель	«Я пою про ветер», «По весенней, по воде», «Родина моя», «Солнышко родное», «Кнопочка 1»	8	6	19	25
май	«Пусть всегда будет солнце», «Страна чудес», «Выглянуло солнышко», «Лето»(великаны), «Лягушачий хор»	8	6	19	25

Всего: 72 занятия , 30 часов, теория 7 часов 12 мин, практика 22 часа 48 мин., итого 30часов

Модуль 2

Подготовительная группа

Возраст 6- 7 лет

Количество занятий	месяц	Тема занятия	Продолжительность занятия теория/практика мин	Продолжительность занятия
1-8	сентябрь	«Яблочко» (обр.), «Облака»(обр.), «Маленькая страна», «Сюрприз» (обр.)	10/20	30
9-16	октябрь	«Белые розы»(обр.), «Мы начинаем танцевать», «Танец с зонтами»	10/20	30
17-24	ноябрь	«Во саду ли, в огороде»(обр.) , «Время придет», «Если с другом вышел в путь» (обр.), «Кнопочка 2»	10/20	30
25-32	декабрь	«А ну-ка плясать выходи»(обр.) «Простоквашино» (обр.), «Ковбои», «Затмение», «Добро и зло»	10/20	30
33-40	январь	«Декабрь, январь и февраль», «Серебристые снежинки», «Падает снег», «Помощник ГАИ», «Фликфляк	10/20	30
41-48	февраль	«Па-па-папа, мой	10/20	30

		любимый папа», «Не волнуйся папа я уже большая», «А ты меня любишь?», «Па-па-папапа», «Самый лучший дедушка»		
49-56	март	«Банана-мама», «Спасибо мамы, вам», «Бабушка Полина», «Ну погоди», «Катюша» (обр.), «Калинка - малинка», «Солнышко»	10/20	30
57-64	апрель	«Я рисую речку», «Крылатые качели» «Великаны», «Россия», «Прости меня дедушка», «Не спешите уйти ветераны войны»	10/20	30
65-72	май	«Россия», «Дети солнца», «А рыбы в море», «Летом жара», «Лягушата» (обр.), «Пролог», «Нам не трудно сосчитать»	10/20	30

Всего: 72 занятия, теория 12 ч., практика 24ч, итого 36 часов

Музыкально-ритмические композиции для вводной части занятия:

- «Солнышко лучистое»
- «Дорога добра»
- «Вместе весело шагать»
- «Зарядка»

- «Спортивный тренажер»
- «Зарядка»
- «Аэробика для Бобика»
- «Арам-зам-зам»
- «Прыг - скок»
- «Если весело тебе»
- «Мы пойдем сейчас налево»

Практическая значимость занятий

Насыщенность, динамичность, яркая эмоциональность, игровая форма занятия не даёт детям скучать, ибо без интереса, без удовольствия невозможно добиться у занимающихся полного сокращения мышц, волевого усилия при исполнении движений, без чего нельзя привить новый навык. Использование такой структуры занятия даёт ощутимые результаты: к концу обучения, используя простые движения и несложные комбинации, дети демонстрируют навыки артистического перевоплощения в небольших сюжетных танцах и миниатюрах.

Формы контроля: открытое мероприятие в конце года, выступления на утренниках, участие в развлечениях.

Знания и умения детей:

- уметь ориентироваться в пространстве; правильно и выразительно выполнять основные движения под музыку, танцевальные элементы, характерные и образные движения;
- сочинять собственные танцевальные и музыкально - игровые импровизации на предложенную музыку; - выполнять построения и перестроения в танцах и плясках;
- выполнять ритмические упражнения с музыкальным заданием;
- различать простейшие музыкальные понятия, понимать характер музыкального образа;
- выразительно двигаться в соответствии с характером и ритмом музыки.

Пособия: иллюстрации, фонограммы, CD, DVD диски.

Атрибуты: платочки цветные, ленты (по две на каждого ребёнка), флажки, по, обручи, мячи, погремушки, новогодний дождик», мишура, листочки, зонтики...

Список литературы

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей. 2 изд. испр. и доп. - СПб: ПОИРО. 2000 г.
2. Васильева М.А. «Программа воспитания и обучения в детском саду», 3-изд. Испр. и доп. - Москва 2005г.
3. Васильева Т.К. «Секрет танца», ТОО «Диомант», ООО «Золотой век» 1997г.
4. Громов Ю. «Танцуйте дети» - Чебоксары 1967 г.
5. Зацепина М.Б. Музыкальное воспитание в детском саду. Раздел «Музыкально-ритмическое движение» - М: Мозаика-Синтез, 2005
6. Коренева Т. Ф. «Музыкально - ритмические движения» для детей дошкольного и младшего школьного возраста 1-2 часть. Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС» 2001 г.
7. Пуртова Т. В., Беликова А.Н. «Учите детей танцевать». Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС» 2003 г.