

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ АДМИНИСТРАЦИИ г. МУРМАНСКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ № 82

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
МБДОУ г. Мурманска № 82
Протокол №1 от 22.09.2022
с учётом мнения родителей
(законных представителей)

УТВЕРЖДЕНА

Приказом Заведующей
МБДОУ г. Мурманска № 82
№ 80/2 - Од от 22.09.2022

Дополнительная общеразвивающая программа
приобщения дошкольников к основам хореографии
«Звездочки»

возраст воспитанников: 5-7 лет
срок реализации: 1 год
направленность: художественная

Разработчик:

Педагог дополнительного образования МБДОУ г. Мурманска №82
музыкальный руководитель Иванова Светлана Владимировна

г. Мурманск, 2022 г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Мы живём во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребёнок волей-неволей становится заложником, быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) - всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения.

Актуальность программы сегодня осознаётся всеми. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по-настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело”, находятся в гармонии, необходимы меры целостно развития, укрепления и сохранения здоровья детей.

Программа разработана на основе:

- Федеральный закон РФ от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»
- Устав МБДОУ г. Мурманска № 82

Ритмика - это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело.

- ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма;

- развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор;

- занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности;

На занятиях по ритмике постоянно чередуются нагрузка и отдых, напряжение и расслабление. К увеличению напряжения и нагрузки, занимающиеся привыкают постепенно, что благотворно сказывается потом на других видах деятельности.

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на занятиях музыкой,

дополняя друг друга. Ведь именно ритмика способствует общему разностороннему развитию детей, корректируют эмоционально-волевую зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память, совершенствуются двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно правильно понять, осмыслить, выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения. Благоприятно их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность.

Ритмика оказывает на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и перевозность. Занятия по ритмике в целом повышают творческую активность и фантазию детей, побуждают их включаться в коллективную деятельность. Постепенно дети преодолевают скованность, у них возрастает самооценка, они приобретают способность к хореографическому выступлению на публике, с использованием элементов костюма и декорации.

Таким образом, именно эти функциональные особенности хореографии определяют актуальность и востребованность данного вида искусства в системе дополнительного образования детей.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ

Цель программы: развитие танцевально-творческих способностей средствами приобщения дошкольников к основам хореографии.

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

1 год обучения

Обучающие

- Обучать необходимым двигательным навыкам;
- развивать музыкальный слух и чувство ритма, целостность выполнения номеров;
- знакомить детей с историей развития танца;
- способствовать снятию мышечного и психологического торможения посредством танцевального движения;
- формировать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка;
- формировать интерес к танцевальному искусству.

Развивающие

- Развивать музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- развивать воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- развивать познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
- развивать художественный вкус.

Воспитательные

- Воспитывать культуру поведения и общения;
- воспитывать умение ребенка работать в объединении;
- закладывать основы становления эстетически развитой личности;
- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

Ожидаемые результаты:

В течение 1-го года обучающимся следует закрепить полученный определенный минимум умений, знаний, навыков, желание танцевать и стремиться к получению новых знаний, и усвоению материала.

2 год обучения

Обучающие

- Обучать и совершенствовать музыкально-двигательное движение, обогащать детей новыми выразительными средствами;
- развивать и закреплять музыкально-ритмическую координацию, мышечное чувство, осанку, стопу, музыкально-двигательную память;
- совершенствовать приемы музыкально-двигательной выразительности, осанки, работы стоп.

Развивающие

- Развивать и улучшать пластику тела;
- развивать двигательное воображение;
- выполнять изученные элементы танцевальных движений. Закрепление танцевальных элементов: полуприседания, повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук;
- знакомить детей с танцевальными рисунками;
- развивать динамический слух и использовать игры для ориентации детей в пространстве.

Воспитательные

- Воспитывать у детей умение слушать, воспринимать, оценивать музыку;
- воспитывать стремление к четкому, правильному, красивому выполнению задания, что в свою очередь требует воспитания организованности, активности, внимания.

Ожидаемые результаты:

В течение 2-го года обучающимся следует закрепить полученный определенный минимум умений, знаний, навыков владения своим телом. Развить умение применять простые плясовые движения и их комбинации. Применять полученные знания для простейшей импровизации.

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

3 год обучения

Обучающие

- Обучать детей элементам музыкальной грамоты;
- Обучать основам партерной гимнастики;
- знакомить детей с историей возникновения и развития танца;
- развивать и закреплять музыкально-ритмическую координацию, музыкально-двигательную память;
- познакомить с элементарным навыкам простейшей импровизации;
- совершенствовать приемы музыкально-двигательной выразительности, осанки, работы стоп;

Развивающие

- Развивать и улучшать пластику тела;
- развивать двигательное воображение;
- продолжать развивать умение синтеза песни и танца;
- Воспитывать у детей умение слушать, воспринимать, оценивать музыку.

Воспитательные

- воспитывать танцевальный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
- воспитывать культуру поведения и общения в коллективе;
- закладывать основы становления эстетически развитой личности.

Ожидаемые результаты:

В течении 3 года обучающиеся должны:

Развить умение выражать в движении характер музыки и ее настроение; развить умение передавать основные средства музыкальной выразительности, освоить элементы народных плясок, доступные по координации, танцевальные упражнения, включающие элементы классического танца и современных ритмических танцев, а также разнонаправленные движения для рук и ног, сформировать навыки исполнять знакомые движения в игровых ситуациях, под другую музыку, импровизировать, самостоятельно создавая пластический образ и простейшие этюды на основе полученных знаний.

Предлагаемая концепция программы базируется на важнейших дидактических принципах: систематичность, последовательность, доступность, учет психофизиологических и возрастных особенностей, индивидуализация, наглядность, научность, сознательность, активность, связь теории с практикой, межпредметность (интегративность связей), актуальность, результативность.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Режим занятий:

Наполняемость группы не превышает 15 человек.

Для 1 года обучения занятия проводятся 1 раз в неделю по 15 минут, за год (октябрь - апрель) - 28 занятий.

Для 2 года обучения занятия проводятся 2 раза в неделю по 20-25 минут, за год (октябрь - апрель) - 56 занятий.

Для 3 года обучения занятия проводятся 2 раза в неделю по 25-30 минут, за год (октябрь – апрель) – 56 занятий.

Форма обучения:

Форма проведения занятий - групповые.

Методы обучения:

1. Словесный метод используется при беседе, рассказе, чтении книги, при анализе музыкального или художественного произведения.
2. Наглядный метод используется при показе репродукций, фотографий, видеоматериалов.
3. Практический - это упражнения, тренинги, репетиции.

Формы подведения итогов:

- Открытое занятие, контрольное занятие;
- выступление на концертах, утренниках, конкурсах и фестивалях различного уровня (внутригрупповые, городские, районные, областные, региональные, международные).

Средства воспитания и обучения

Качественное обучение зависит не только от профессионализма педагога и правильно выстроенного учебного процесса, но и от необходимых условий для проведения занятий:

- Танцевальный зал, оборудованный вентиляционной системой;
- помещение для переодевания;
- аппаратура (музыкальный центр, колонки, синтезатор);
- музыкальные инструменты (фортепиано, синтезатор);
- комната для хранения костюмов и атрибутов;
- аудио и видео материалы.

Форма обучающихся:

Одежда для занятий должна быть удобной, не стесняющей движений

(футболка, спортивные брюки или шорты, носки, чешки).

На каждый учебный год составляется календарный учебный график по каждой учебной группе, план учебно-воспитательной работы, который включает в себя формы воспитательной и организационной деятельности педагога.

ПРИМЕРНОЕ ПОСТРОЕНИЕ ЗАНЯТИЙ

1. **Вводная часть** (2-3 минуты)

Орг. момент, линейное или круговое построение, приветствие.

Цель - психологический настрой детей на радость, улыбку, установление положительного эмоционального контакта.

2. **Основная часть**

- ритмика;
- партнерская ритмика;
- учебный блок (движения, партерная гимнастика, упражнения, фрагменты, этюды, танцы);
- музыкально-танцевальные дидактические игры;
- самостоятельная работа и творческая импровизация.

Цель - игровое, эмоционально-образное освоение основных учебных блоков, объединенных общими задачами и темой.

3. **Заключительная часть** (2-3 минуты)

- «минутка релаксации»;
- краткий анализ занятия;
- прощание.

Цель - поощрение, психологическая поддержка детей

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
1 год обучения**

Название темы	Теория	Практика	Всего
Ритмика	2	8	10
Элементы классического танца	1	1	2
Элементы народного танца	1	2	3
Танцы, хороводы, музыкальные игры	3	10	13
ИТОГО	7	21	28

1. Ритмика

- Элементы музыкальной грамоты - определение и передача в движении характера музыки, темпа, динамики, метроритма;
- упражнения на развитие пространственной ориентации, умение держать интервал;
- упражнения на развитие художественно-творческих способностей.

2. Элементы классического танца

- Положение рук на поясе;
- 1, 3 позиции ног;
- маленькие приседания по 1, 3 позиции ног;
- подъем на полупальцы.

3. Элементы народного танца

- поклон;
- положение рук в паре, в круге;
- простой шаг с носка, с пятки, на полупальцах по кругу.

4. Танцы, хороводы,

музыкальные игры -

«Зоопарк»;

- «Самолет»;

- «Хоровод»;

- «Зайчики».

2 год обучения

Название темы	Теория	Практика	Всего
Ритмика	5	18	23
Элементы классического танца	1	3	4
Элементы народного танца	2	5	7
Танцы, хороводы, музыкальные игры	6	16	22
ИТОГО	14	42	56

1. Ритмика

- Метроритм 1/2, 1/8, 1/4; счет 2/4, 4/4;
- динамика (замедление, ускорение)
- элементы партерной гимнастики;
- построение в колонну, перестроения из круга в шеренгу и наоборот, хлопki руками на 2/4, 4/4, по отдельности и в комбинации;
- музыкально-подражательные игры индивидуальные и групповые.

2. Элементы классического танца

- Позиции рук: подготовительная, первая, третья;
- подъем на полупальцы;
- прыжки по 1, 2, 3 позиции;
- упражнения для стопы вперед по 6 позиции.

3. Элементы народного танца

- Поклон на 2 такта;
- танцевальный шаг с носка;
- притопы на 1/4, «двойной притоп», в комбинации;
- подскоки на мете с подъемом ноги на 1/8, по кругу;
- «галоп» по диагонали, по кругу;
- «ковырялочка» простая.

4. Танцы, игры, хороводы

- «Передай платочек»;
- «Цветочки»;
- «Точка-клякса»;
- «Лампочки».

3 год обучения

Название темы	Теория	Практика	Всего
Ритмика	4	19	23
Элементы классического танца	2	2	4
Элементы народного танца	1	6	7
Танцы, хороводы, музыкальные игры	7	15	22
ИТОГО	14	42	56

1. Ритмика

- Метроритм 1/2, 1/8, 1/4; счет 2/4, 3/4, 4/4;
- определение динамики (замедление, ускорение);
- элементы партерной гимнастики;
- определение музыкальной фразы (законченная, незаконченная);
- построение из колонны по одному в колонну по двое в движении, перестроение из круга в шеренгу и наоборот, хлопki руками на 2/4, 3/4, 4/4 по отдельности и в комбинации;
- музыкально-подражательные игры индивидуальные и групповые.
- определение характера и жанра музыки;

- составление собственных этюдов на основе практики.
- 2. Элементы классического танца:
 - позиции рук: подготовительная, первая, третья;
 - подъем на полупальцы по 1,2,3 позиции
 - упражнения для стопы вперед и в сторону по 6 и по 1 позиции ног;
 - маленькое приседание по 1,2,3 позиции;
 - прыжки с приземлением по 1,2, 3 позиции;
 - экзерсис на середине зала.
- 3. Элементы народного танца:
 - поклон на 2 такта;
 - танцевальный шаг с носка;
 - притопы на 1/4, «двойной притоп», «тройной притоп», в комбинации;
 - подскоки на месте с подъемом ноги на 1/8, по кругу, по диагонали;
 - «галоп» по диагонали, по кругу;
 - «ковырялочка» простая.
 - веревочка
 - переменный шаг
- 4. Танцы, игры, хороводы:
 - «Вальс»;
 - «Менуэт»;
 - «Итальянская полька»;
 - «Разноцветные фонарики»;
 - «Бабочки и цветы»;
 - «Экзерсис»;
 - «У калинушки» хоровод.

МЕТОДИКА ВЫЯВЛЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

В первые дни занятий выявляется степень интереса и уровень подготовленности детей к занятиям ритмикой и танцем, природные и физические данные каждого ребенка (начальный этап диагностики), далее - в конце каждого квартала (промежуточные диагностические этапы), а также в конце апреля педагог подводит итоги учебного года (заключительное диагностическое обследование детей по усвоению программы).

Основные оценочные параметры:

- уровень профессиональных знаний, умений и навыков, получаемых детьми;
- степень развития интеллектуальных, художественно-творческих способностей ребенка, его личностных качеств;
- уровень развития общей культуры ребенка (нулевой, низкий, средний, высокий).

Формы и методы проверки результатов:

- Творческие постановочные работы, участие детей в районных и областных конкурсах и фестивалях;
- постановка музыкально-танцевальных представлений для праздников в детском саду;
- открытые показы, контрольные занятия.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Барышникова Т. К. «Азбука хореографии», - СПб ,Айрис-пресс ООО «Рольф», 2000.
2. Горшкова Е. В. «От жеста к танцу». - М.: Издательство «Гном и Д», 2004.
3. Колодницкий Г.А. «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей» Учебно-методическое пособие для педагогов «Гном-пресс» - М.1998.
4. «Ритмика в детском саду» Е.И. Елисеева, Ю.Н. Родионова. - М.: Перспектива, 2012.
5. Пустовойтова М. Б. «Ритмика для детей 3-7 лет.» - М.: Книга по Требованию, 2008.
6. Савинкова О. В., Полякова Т. А. «Раннее музыкально-ритмическое развитие детей».М. «Престо» 2003.
7. Буренина И.А «Ритмическая мозаика» Для детей 4-7 лет, Издание третье переработанное и дополненное в соответствии с ФГОС ДО; СПб Фонд «Петербургский центр творческой педагогики «Аничков мост»2015.