Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Центр развития ребенка – детский сад № 60»

|  |  |
| --- | --- |
| Принято педагогическим советом  МБДОУ «ЦРР – детски сад № 60»  Протокол №\_\_\_\_\_\_\_\_\_  от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2020 г. | Утверждаю  Заведующий МБДОУ  «ЦРР – детский сад № 60»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Прокопьева С. В.  от «\_\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2020 г. |

**Дополнительная общеобразовательная**

**общеразвивающая программа**

**художественной направленности**

**«Горошины»**

Срок реализации 1 год

Возраст 5-7 лет

Составитель:

Акулова Инна Ивановна,

хореограф

ЗАТО Северск 2020

**Пояснительная записка**

Хореография - это искусство синтетическое. Оно позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического, и, в целом, психического развития детей. Развитие детского дошкольного творчества – обязательное условие активного прогресса креативных качеств личности.

Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Занятие танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне – гармоничной личности дошкольника.

Занятия хореографией помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитать в себе выносливость, скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом. Хореография не только даёт выход повышенной двигательной энергии ребёнка, но и способствует развитию у него многих полезных качеств. В процессе работы над движениями под музыку, формируется художественный детей, развиваются их творческие способности.

Таким образом, оказывается разностороннее влияние на детей, воспитанию гармонично развитой личности, 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.

Программа предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских бальных и народных танцев. Воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

Данная программа разработана на основе нормативно-правовых документов, регламентирующих организацию деятельности дошкольных образовательных организаций:

• Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

• Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014г. № 1726р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»

• Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г.№ 1155)

• «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам дошкольного образования» (приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 года № 1014 г. Москва)

• Комментарии Минобрнауки России к ФГОС дошкольного образования от 28.02.2014 г. № 08-249

• Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013г. № 26 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (СанПин 2.4.1.3049-13)

• Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015г. № 09–3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»

• Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

**Актуальность**

Программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области хореографии. В «век гиподинамии» хореография является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности.

Программа ориентирует детей на приобщение к танцевально-музыкальной культуре. Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную память. Система занятий воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Программа вводит детей в большой и удивительный мир хореографии, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями танцев. Помогает им влиться в огромный мир музыки - от классики до современных стилей, и попытаться проявить себя посредством пластики близкой детям. Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способности к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластики.

**Цель и задачи реализации программы**

**Цель программы:** формирование у детей творческих способностей через развитие музыкально - ритмических и танцевальных движений, развитие исполнительских способностей детей.

**Задачи:**

*Обучающие:*

* изучение элементов классического, народного, бального, современного танцев;
* формирование музыкально-ритмических навыков (умение двигаться и реализовывать себя под музыку);
* обучение правильному дыханию (дыхательные упражнения);
* изучение упражнений для развития тела и укрепления здоровья (улучшение физических данных, формирование осанки
* умение слышать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок, менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами.

*Развивающие:*

* совершенствование психомоторных способностей детей (развитие ловкости, точности, силовых и координационных способностей; развитие равновесия, силы, укрепление мышечного аппарата);
* развитие мелкой моторики, памяти, внимания, воображения;
* развитие музыкальных способностей (развитие чувства ритма, умение слушать музыку;
* развитие координации и укрепления опорно-двигательного аппарата.

*Воспитательные:*

* воспитание у детей интереса к танцевальному искусству;
* воспитание умения вести себя в группе во время движения, танцев и игр, формирование культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми;
* воспитание, чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

**Новизна**

Отличительной особенностью данной Программы является то, что содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию в дошкольном учреждении. В Программе представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений. Предполагается, что освоение основных разделов Программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем. Обучение по Программе создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший уровень занятий. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

Новизна Программы является адаптация и совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку детей к дальнейшему обучению в хореографической студии.

**Принципы реализации программы**

Программа разработана в соответствии с принципами и подходами, определёнными Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования:

* ***принцип развивающего образования***предполагает, чтообразовательное содержание предъявляется ребенку с учётом его актуальных и потенциальных возможностей, с учётом интересов, склонностей и его способностей. Данный принцип предполагает работу педагога в зоне ближайшего развития ребёнка;
* ***принцип позитивной социализации*** ***ребенка*** предполагает освоение ребёнком в процессе партнерского сотрудничества со взрослым и сверстниками культурных норм, средств и способов деятельности, культурных образцов поведения и общения с другими людьми;
* ***принцип возрастной адекватности образования***предполагает подбор педагогом содержания и методов дошкольного образования на основе законов возраста;
* ***принцип личностно-ориентированного взаимодействия***предполагает отношение к ребенку как к равноценному партнеру;
* ***принцип индивидуализации образования*** в дошкольном возрасте предполагает помощь и поддержку ребёнка в сложной ситуации, предоставление ребёнку возможности выбора в разных видах деятельности, акцент на инициативность, самостоятельность и личностную активность;
* ***принцип культуросообразности*** ***и регионализма*,** обеспечивающий становление различных сфер самосознания ребенка на основе культуры своего народа, ближайшего социального окружения, на познании историко-географических, этнических особенностей социальной, правовой действительности сибирского региона, с учетом национальных ценностей и традиций в образовании;
* ***принцип интеграции*** образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей.

**1.5. *Цель программы*** - **с**оздать условия для развития творческих способностей детей дошкольного возраста, укрепление здоровья через включение их в танцевальную деятельность.

***Задачи:***

**Обучающие:**

* учить чувству ритма, музыкальной и двигательной памяти;
* формировать социокультурную среду, соответствующую возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
* способствовать повышению самооценки у неуверенных в себе детей.

**Развивающие:**

развивать творческие способности детей на основе личностно-ориентированного подхода.

**Воспитательные:**

воспитывать трудолюбие, терпение, навыки толерантного отношения в коллективе.

**Адресат:** Программа «Горошины» рассчитана на детей в возрасте от 5-7 лет.

Занятия проводятся в спортивном зале детского сада с музыкальным сопровождением.

**Комплекс организационно-педагогических условий**

Периодичность проведения занятий – 1 раз в неделю, 32 занятия в год.

Продолжительность одного занятия с детьми 5-7 лет 25-30 минут.

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса – занятия проводятся в подгруппах по 10 -12 детей.

Подгруппы комплектуются детьми, посещающими одну группу на основании заявлений родителей (законных представителей).

Срок реализации программы: 1 год

**Планируемые результаты освоения программы**

* знают назначение отдельных упражнений хореографии;
* умеют выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок;
* выразительно, свободно, самостоятельно двигаются под музыку;
* проявляют желание двигаться, танцевать под музыку, передавать в движениях, пластике характер музыки, игровой образ;
* умеют точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности;
* владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определённый «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;
* умеют выполнять танцевальные движения: прямой галоп; пружинка, подскоки, кружение по одному и в парах, поочерёдное выбрасывание ног вперёд, приставной шаг с приседанием; с продвижением вперёд, кружение; приседание с выставлением ноги вперёд, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперёд.
* выполняют танцевальные движения: шаг с притопом, приставной шаг с приседанием, пружинящий шаг, боковой галоп, переменный шаг; выразительно и ритмично исполняют танцы, движения с предметами (шарами, обручами, цветами).
* знают основные танцевальные позиции рук и ног.
* умеют выполнять простейшие двигательные задания (творческие игры, специальные задания), используют разнообразные движения в импровизации под музыку.
* способны к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.

Критерии оценки освоения Программы: Для выявления эффективности освоения программы используются следующие методы: наблюдение, беседа, анализ продуктов детского творчества.

**Методы и приемы обучения**

* игровой. У детей игровой рефлекс доминирует, они лучше все воспринимают через игру. На музыкально-ритмических занятиях у них формируются знания, умения и навыки в различных видах деятельности, связанных с музыкой: восприятие музыки, музыкально-ритмические движения (танцевальные и гимнастические движения, несложные их композиции под музыку);
* демонстрационный (метод показа). Разучивание нового движения, позы руководитель предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте;
* метод творческого взаимодействия;
* метод наблюдения и подражания. Этот метод включает в себя слуховую наглядность (слушание музыки во время исполнения танцев), зрительное и тактильное проявление наглядности, которые сочетаются со слуховыми впечатлениями (показ певческих приемом, движений, картинок, игрушек и др.);
* метод упражнений;
* метод внутреннего слушания.

**Структура игровых занятий**

1. Аутогенная тренировка – вхождение (погружение) в занятие:

- экспресс-диагностика эмоционального состояния каждого ре­бенка (цвет)

- блок релаксационных упражнений

- косвенное внушение

- мобилизация детей на интересную работу

2. Основная часть: создание и обсуждение проблемной ситуации, азбука выражения эмоций, обучение языку тела, обучение навыкам самопомощи в напряженных ситуациях

3. Формирование волевой регуляции поведения: подвижные игры, активные действия.

4. Аутогенная тренировка – выход из игры (релаксационные упражнения).

**Материально-техническое оснащение занятий**

1. Музыкальный проигрыватель для CD-дисков;
2. CD-диски с музыкальным сопровождением;
3. Индивидуальные коврики для занятий;
4. Гимнастические мячи.

**Формы промежуточной аттестации воспитанников**

Продуктивные формы:открытые занятия

Документальные формы:карты оценки результатов освоения программы

Промежуточная аттестация воспитанников проводится 1 раз в год (в мае) в форме открытого занятия для родителей.

**Содержание программы**

**ТЕМА « Знакомство с танцем»** (Введение в предмет)

Задачи:

1. Познакомить детей с историей рождения танца, жанрами танцевального искусства.

2.Рассказать о пользе занятий танцами.

3. Познакомить детей с разновидностями бальных танцев.

4. Беседа о стилях и направлениях.

**ТЕМА « Музыкальная грамота» «Игроритмика»**

Задачи:

1. Закрепить знания, навыки, полученные ранее.

2. Уметь анализировать музыкальное произведение, двигаться в соответствии с музыкой.

Содержание:

1. Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, регистр, строение).

2. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, шагом, движением, предметом).

3. Такт, затакт, размер 2/4, 3/4, 4/4.

— уметь выделять сильную долю;

— уметь начинать движение с затакта;

— творческая задача: поочередное вступление (каноном) на 2/4, 3/4, 4/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт;

— игра: «Вопрос – ответ», «Эхо», «Повтори-ка»

4. Музыкальный жанр

— полька, марш, вальс, полонез, галоп (устно определить жанр)

— игра: «Марш – полька – вальс»

5. Слушать музыку a′capella, уметь двигаться под нее.

**ТЕМА «Элементы классического танца»**

Задачи:

1. Развивать мускулатуру ног, рук, спины.
2. Формировать правильную осанку и координацию движений.
3. Подготовить детей к изучению более сложных элементов.

Содержание:

1. Экзерсис на середине:

* постановка корпуса (ноги в свободном положении);
* понятия рабочая нога и опорная нога;
* позиции ног ;
* постановка корпуса в I – II – III позиции;
* постановка корпуса на полупальцы;
* чередование положений;
* легкие прыжки;
* перегиб корпуса вперед и в сторону.
* позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я;
* перевод рук из позиции в позицию;
* повороты головы на 1/2; 1/4.

**ТЕМА «Танцевальные игры»**(комплексы ритмопластики)

Задачи:

1. Развивать внимание, память, координацию движений.

2. Подготовить организм ребенка к выполнению более сложных элементов.

3. Двигаться в соответствии с характером музыки.

4. Учить через движения передавать эмоциональный настрой произведения.

Содержание:

«Разноцветная игра», «Любитель-рыболов», «Кошки-мышки», «Танцуем, сидя», «Стирка», «Ни кола, ни двора», «Кукляндия», «Звериная аэробика»

Танцевальные этюды на современном материале.

**ТЕМА «Рисунок танца»**

Задачи:

1. Приобрести навыки свободного перемещения в пространстве.

2. Изучить простые рисунки танца для использования их в концертных номерах.

3. Привить навык держать равнение в рисунке, соблюдать интервалы.

Содержание:

1. Движение по линии танца.
2. Рисунок танца «Круг» (рассказ из истории):

* замкнутый круг;
* раскрытый круг (полукруг);
* круг в круге;
* сплетенный круг (корзиночка);
* лицом в круг, лицом из круга;
* круг парами.

Научить перестраиваться из одного вида в другой.

2. Рисунок танца «Колонна», «Линия»:

* перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний план, передний план);
* перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих).

3. Понятие «Диагональ»:

* перестроение из круга в диагональ;
* перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно  
  указав ведущих).

4. Рисунок танца «Спираль».

* Игра «Клубок ниток».

5. Рисунок танца «Змейка»:

* горизонтальная;
* вертикальная.

Перестроение из «круга» в «змейку» (самостоятельно, выбрав ведущего).

6. Рисунок танца «Воротца»: Русский танец «Воротца».

Игра – танец «Бесконечный».

**ТЕМА «Народный танец»**

Задачи:

1. Познакомить детей с историей русского танца, его особенностями, формами.
2. Рассказать об отличительных особенностях характера, манер исполнения.
3. Научить основам русского танца.

Содержание:

1. Введение в предмет «Русский танец»;
2. Постановка корпуса;

3. Изучение основ русского народного танца:

— развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка»,  
«гармошка», ковырялочка;

— работа рук в русском танце;

— навыки работы с платочком;

— русский поклон;

— подскоки;

— припадания;

— тройные прыжочки

— бег с вытянутыми носочками

— боковой галоп

— шаг с вытянутыми носочками (хороводный)

— хлопки

— движение с выставлением ноги на носок;

— движение «ключик»

— «ковырялочка» вперед и назад

— пружинка с поворотом

— приставные шаги в сторону

* Ходы:

— простой, на полупальцах,

— боковой, приставной,

— боковой ход «припадание» по VI позиции,

— беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад.

* Подготовка к «дробям»:

— притопы,

— удары полупальцами,

удары каблуком;

* Хлопки и хлопушки для мальчиков:

— одинарные по бедру и голенищу.

— каблучные упражнения – вынесение рабочей ноги на каблук во все направления.

**ТЕМА «Бальный танец»**

Задачи:

1. Познакомить детей с историей бального танца.
2. Научить основам танца «Полька».
3. Разучить основные элементы танца «Вальс».
4. Разучить основные движения танца «Вару-вару»

Содержание:

1. Введение в предмет
2. Изучение основ танца «Полька»:

* подскоки, шаг польки, галоп;
* комбинирование изученных элементов;
* положения в паре:
* «лодочка»,
* руки «крест- накрест»,
* мальчик держит девочку за талию, девочка кладет руки мальчику на плечи.

1. Изучение основ танца «Вальс»:

* основные элементы:
* «качели»,
* «квадрат»,
* «ромб»,
* «вальсовая дорожка»,
* «перемена»;
* вalance (покачивание в разные стороны)
* работа в паре:
* положение рук в паре,
* «ромб» в паре,
* вращение «звездочка»;
* простые танцевальные комбинации.

1. Изучение основ танца «Вару-вару»

• выброс ног поочередно в прыжке вперед:;

• выброс ног поочередно в прыжке в разные стороны;

• комбинированноые изучение основных элементов;

• рисунок танца:

— положение an face;

— положение «лицом друг к другу»

• работа в паре:

— положение рук в паре;

— положение ног в паре;

— вращение в паре «волчок»;

• работа над ритмом:

— похлопывание основного ритма танца;

— работа над ритмом в движении.

**ТЕМА «Танцевальная мозаика»**(репетиционно-постановочная работа)

Задачи:

1. Научить детей самостоятельно двигаться под музыку.
2. Подготовить к показательным выступлениям.
3. Учить выражать через движения заданный образ.

Содержание:

Хороводные танцы: «Аленушки», «Василек», «Родные просторы»

Сюжетные танцы: «У самовара», «Отдых летом», «На птичьем дворе»

Детские танцы «Барбарики», «Пробуждальный» танец, «Веселые квадраты», «Зажигай!», «Десантники», «Анастасия», «Весенняя фантазия».

Танцы народов мира: «Восточный танец», «Сиртаки», «Русский перепляс», «Еврейский танец», «Казачата», «Ковбои», «Аргентинское танго», «Танец с тросточками», «Веселый рок-н-рол», «Кармен» (испанский танец», «Цыганский танец».

Образные танцы «Пингвины», «Снеговики», «Гномики», «Бабочки».

**Список литературы**

1. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движения и физиологии активности -М.,2010. 2. Ветлугина Н.А Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 2009. – 56с.

2. Волкова Г.А Логопедическая ритмика. - М.: Просвещение, 2012.- 105 с.  
3. Далькроз Э.Ж. Ритм. Его воспитательное значение для жизни и искусства. 6-я лекция. СПб - 2010.- 58с.  
4. Ильина Г.А.Особенности развития музыкального ритма у детей // Вопросы психологии. - 2009. -27с.

5. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. - М.: Академия, 2012.- 46 с.  
6. Ротэрс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. - М.: Просвещение, 2013.- 87 с.  
7. Фильденкрайз М. Осознавание через движение. - М., 2015. – 39 с.