

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ «ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ ЗАТО ЗВЁЗДНЫЙ»

Рекомендовано
Методическим советом
МБУ ДО ДШИ ЗАТО Звёздный
Протокол № 5 от 22.05.2020 г.

Принято
Педагогическим советом
МБУ ДО ДШИ ЗАТО Звёздный
Протокол № 4 от 25.05.2020 г.



Утверждаю
Директор МБУ ДО
ДШИ ЗАТО Звёздный
Г.В. Мохова
25 мая 2020 года

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
подготовительной группы танцевального коллектива
"ЛИНИЯ"**

Возраст детей – 4-7 лет
Срок реализации – 1 год
Год разработки программы: 2016 г.
Переработана в 2019 г.

Автор: Мантрова Анна Анатольевна,
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории

Пояснительная записка

В духовной культуре человечества хореографическое искусство занимает своё особое значимое место. Являясь одним из самых древних видов искусства, появившись с рождением человечества, танец всегда неразрывно связан с жизнью.

Занятия танцами формируют эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную и моторную (или мышечную) память. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества.

Цель программы: Развитие творческих способностей средствами музыки и танца.

Задачи программы:

1. Развитие музыкальности:

- способность воспринимать музыку, чувствовать ее настроение и характер, понимать содержание;
- чувствовать ритм музыки;
- развивать музыкальную память;

2. Развитие двигательных качеств и умений:

- ловкости, точности, координации движений;

- развитие гибкости и пластичности;
 - формирование правильной осанки, красивой походки;
 - развитие умения ориентироваться в пространстве;
 - обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.
3. Развитие творческого воображения и фантазии:
- развитие способности к импровизации.
4. Развитие психических процессов:
- восприятия, внимания, мышления, памяти;
 - развитие эмоциональной сферы.
5. Развитие нравственно-коммуникативных качеств:
- умения сопереживать;
 - работать в группе.

Программа включает в себя следующие разделы:

- Разучивание исходных положений;
- Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов;
- Построения и перестроения;
- Освоение основных движений и элементов танца;
- Образ в пластике;
- Активизация и развитие творческих способностей

В группы по программе «Ритмика» принимаются все желающие дети без специального отбора. Программой предусмотрены следующие формы занятий: групповые, подгрупповые, репетиционные. Занятия проводятся 2 раз в неделю.

Программа рассчитана сроком на 1 год.

Учитывая возрастные особенности дошкольников, занятия носят игровой характер. Численность группы - 10-15 человек, продолжительность занятий 25-30 минут.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Дети младшего дошкольного возраста очень непосредственны и эмоциональны. В этом возрасте ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии движений. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная, современная и танцевальная музыка, но и некоторые классические произведения.

Цель: развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умение импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки. Развивать гибкость, пластичность, мягкость движений, воспитывать самостоятельность в исполнении, побуждать детей к творчеству.

Раздел 1. «Разучивание исходных положений»

ТЕМА 1. «Постановка корпуса»

Постоянно напоминать о правильной осанке перед началом танца и во время его.

ТЕМА 2. «Положение рук»

Положение рук в паре:

- за руку лицом по линии танца
- лицом друг к другу
- «лодочка»
- руки накрест лицом по линии танца
- вращение под рукой вправо, влево
- руки накрест по три человека (танец «Цирковые лошадки»)

ТЕМА 3. «Позиции ног»

- изучение 1, 6 позиций
- 2 – параллельная позиция

Раздел 2. «Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов»

ТЕМА 1. «Упражнения для головы, шеи, плечевого сустава»

- наклоны головы вперед, в стороны
- повороты головы в сторону
- круговые движения головой
- поднимание и опускание плеч

- круговые движения плечами
- упражнения для кистей и пальцев рук
- движения от локтя, вращения
- маховые и круговые движения рук в плечевом суставе
- волнообразные движения рук

ТЕМА 2. «Упражнения для корпуса»

- повороты и наклоны в сторону, вперед
- круговые движения корпуса

ТЕМА 3. «Упражнения для подвижности суставов ног»

- пружинки
- вынос ноги на носок или каблук в сторону, вперед
- поднимание на полупальцы
- круговые движения стопы
- работа бедер с различной координацией рук
- поднимание и разворачивание бедра

ТЕМА 4 «Прыжки»

- прыжки с двух ног на две
- «ножницы» вперед, назад
- прыжки на одной ноге
- прыжки с одной ноги на другую

Раздел 3 «Построение и перестроение групп»

ТЕМА 1. «Основные положения на уроке»

- в линиях
- в шахматном порядке
- парами в две шеренги
- парами по кругу

ТЕМА 2 «Перестроение из одной фигуры в другую»

- уметь вставить в круг
- сужать и расширять его
- построение цепочкой друг за другом
- парами по кругу
- тройками по кругу
- ручеек

ТЕМА 3. «Фигурная маршировка»

- змейкой
- поочередный расход вправо, влево
- парная маршировка
- улитка
- маршировка с простейшими движениями рук и ног

Раздел 4 «Освоение основных движений и элементов танца»

ТЕМА 1 «Ходьба»

- простой шаг
- на полупальцах
- ходьба с носка
- ходьба с подниманием колена вверх
- с координацией движений рук, корпуса, головы
- топающим шагом

ТЕМА 2 «Бег»

- на полупальцах
- с отбрасыванием ног назад, вперед
- с подниманием бедра вверх, передающий различные образы и характер

ТЕМА 3 «Прыжки и полька»

- прыжки с двух ног на две
- с двух ног на одну
- подскоки по одному и в паре
- различные виды галопа
- основной шаг польки

ТЕМА 4. «Элементы русского танца»

- ковырялочка с притопом
- присядка с выносом ноги на каблук
- переменный шаг с ударом
- шаркающий шаг
- приседания

Раздел 5 «Образ в пластике»

ТЕМА 1. «Работа над выражением эмоций в мимике и пантомиме»

Развивать и разнообразить умение выражать в мимике и пантомиме такие эмоции, как страх, испуг, ужас, удивление, радость, грусть .

ТЕМА 2 «Настроение или состояние»

Развивать и разнообразить умения передавать в пластике музыкальный образ, его настроение или состояние, используя знакомые движения.

ТЕМА 3 «Образно-игровые этюды»

На основе работы над образом проводятся различные образно-игровые этюды, небольшие танцевальные зарисовки, раскрывающие понятный детям образ, настроение, динамику настроения, а также ощущения тяжести или легкости различной среды (в воздухе, в воде).

Раздел 6 «Активизация и развитие творческих способностей»

ТЕМА 1 «Репертуар для детей 3-го года обучения»

- | | |
|----------------------------|--------------------------|
| 1. «Кукляндия» | 5. «Танец – приглашение» |
| 2. «Полька» | 6. «Цирковые лошадки» |
| 3. «Упражнение с обручами» | 7. «Светит месяц» |
| 4. «Калинка» | 8. «Красный сарафан» |

Показатели уровня музыкального и психомоторного развития детей.

Показателем развития детей являются выразительность и непосредственность движений, а также умение координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности, способность к запоминанию и самостоятельному исполнению композиций, использование разнообразных видов движений в импровизации под музыку.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	РАЗДЕЛ ТЕМА	Кол-во часов
1.	«Разучивание исходных положений» - постановка корпуса - положение рук - позиции ног	5
2.	«Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов» - упражнения для головы, плеч, шеи - упражнения для корпуса - упр-я для подвижности суставов ног - прыжки	5
3.	«Построение и перестроение групп» - основные положения на уроке - перестроения из одной фигуры в другую - фигурная маршировка	5
4.	«Освоение основных движений и элементов танца» - ходьба - бег - прыжки и полька - элементы русского танца	5

5.	«Образ в пластике» - эмоции - настроение и состояние - образно-игровые этюды	5
6.	«Активизация и развитие творческих способностей» - репертуар для детей 3-го года обучения	5
	ИТОГО	30

БИБЛИОГРАФИЯ

1. А.И.Буренина «Программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика»
2. Авторская программа по предмету «Хореография и бальный танец».