

Муниципальная бюджетная дошкольная образовательная организация  
«Детский сад «Подсолнушек»

Рассмотрена на заседании МО  
Протокол № 1  
от «02» 09 20 14 г.


УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОО  
д/с «Подсолнушек»

  
Н.А. Павлова



02 09 20 14 г.

Согласована  
Старший воспитатель

  
Григорьева О.Б.

«02» 09 2014 г.

Дополнительная образовательная программа по хореографии

«В ритме танца»  
(для детей 4 – 7 лет)

Разработчик:  
музыкальный руководитель  
I квалификационной  
категории Гапонова Г.В.

с. Икринное  
2014 год

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
2. Главные цели .....	3
3. Ведущие задачи.....	4
4. Содержание программы.....	5
5. Принципы и формы программы.....	6
6. Особенности методики и организации образовательного процесса.....	7
7. Новизна программы.....	8
8. Педагогическая целесообразность.....	8
9. Структура занятия.....	8
10. Ожидаемый результат освоения дополнительной образовательной программы.....	9
11. Диагностическая карта определения уровня сформированности хореографических умений у детей.....	10
12. Учебно – тематический план.....	11
13. Методическое обеспечение .....	12
14. Материально – техническое обеспечение.....	12
15. Литературное обеспечение.....	12

## 1. Пояснительная записка

Дошкольный возраст — один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного, физического и художественно — эстетического развития ребенка, формируется личность человека.

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, любая программа, основанная на движениях под музыку, будет развивать и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе.

Основная направленность программы — психологическое раскрепощение ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного ("музыкального") инструмента. В педагогике с давних пор известно, какие огромные возможности для воспитания души и тела заложены в синтезе музыки и пластики, интеграции различных видов художественной деятельности.

Данная программа ориентируется не только на развитие детей, но и на совершенствование профессионализма самого педагога в области ритмопластических движений, выявление индивидуального стиля деятельности и в связи с этим коррекция содержания работы "на себя", "на себя во взаимодействии с детьми". Также акцентирование внимания педагога не столько на внешней стороне обучения детей музыкально-ритмическим движениям (то есть формировании двигательных умений), сколько на анализе тех внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движения под музыку. Это - прежде всего сенсорные, мыслительные, эмоциональные процессы, а также их подвижность. Движение является как бы видимым айсбергом глубинных психических процессов, и по двигательной реакции под музыку можно с достаточной степенью достоверности провести диагностику как музыкального, так и психомоторного развития ребенка.

Другими словами, данная программа является музыкально-ритмическим психотренингом для детей и педагога, развивающим внимание, волю, память, подвижность и гибкость мыслительных процессов, направленным также на развитие музыкальности и эмоциональности, творческого воображения, фантазии, способности к импровизации в движении под музыку, что требует свободного и осознанного владения телом.

Дополнительная образовательная программа «В ритме танца» (далее Программа) относится к программам **художественно-эстетической направленности**, так как ею целью является развитие художественно-эстетического вкуса, эмоциональной сферы и творческих способностей детей старшего дошкольного возраста средствами хореографического искусства.

## 2. Главные цели

**Целью программы** является развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности. И, как известно, чем раньше мы дадим детям гамму разнообразных впечатлений, чувственного опыта, тем более гармоничным,

естественным и успешным, в таком виде деятельности, как движение под музыку, будет дальнейшее развитие ребенка, становление его личности. И, возможно, меньше будет проблем у наших детей с развитием речи, внимания, памяти, мышления, формированием красивой осанки.

И главное, на что должен быть нацелен педагог, это приобщение к движению под музыку всех детей — не только способных и одаренных в музыкальном и двигательном отношении, но и неловких, заторможенных, которым нужно помочь обрести чувство уверенности в своих силах путем подбора для них такого материала, в котором проявятся скрытые возможности ребенка, его "изюминка" и индивидуальность, а слабые стороны, наоборот, будут завуалированы.

### **3. Ведущие задачи:**

#### **1. Развитие музыкальности:**

- развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;
- развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха (мелодического, гармонического, тембрового), чувства ритма;
- развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков;
- развитие музыкальной памяти.

#### **2. Развитие двигательных качеств и умений:**

- развитие ловкости, точности, координации движений;
- развитие гибкости и пластичности;
- воспитание выносливости, развитие силы;
- формирование правильной осанки, красивой походки;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

#### **3. Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:**

- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации: в движении, в изобразительной деятельности, в слове.

#### **4. Развитие и тренировка психических процессов:**

- развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов; развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

#### **5. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:**

- воспитание умения сопереживать другим людям и животным;

- воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

**Сроки реализации программы:** Программа рассчитана на три года, для детей от 4 до 7 лет. Организация совместной деятельности педагога и детей предполагает встречи один раз в неделю.

**Продолжительность встреч** зависит от возраста детей: 4-5 лет – 20 минут; 5-6 лет – 25 минут; 6-7-лет - 30 минут. Объем общего времени непосредственно образовательной деятельности -34 занятий в год.

#### **4. Содержание программы.**

##### ***4.1. Совершенствование двигательных навыков и умений:***

- а) развитие и совершенствование всех видов движений, которые предлагаются детям, умение выполнять их легко и выразительно, максимально, артистично и в соответствии с музыкой;
- б) обогащение двигательного опыта — использование разнообразных исходных положений, двигательных комбинаций;
- в) освоение обширного и разнообразного музыкально-ритмического репертуара.

##### ***4.2. Совершенствование музыкальности:***

- работа над исполнительской техникой. Следить, чтобы в процессе исполнения произвольно, для удобства в движении, не менялся темп, не появлялись лишние акценты и аккорды.

При подборе музыки в записи стремиться к расширению круга произведений, включать в работу с детьми шедевры мирового музыкального искусства (произведения П.Чайковского, Ж.Бизе, Э.Грига, М.Мусоргского, В.Моцарта, И.Баха, К.Сен-Санса), выбирая эти произведения как приоритетные по сравнению с современными эстрадными мелодиями и шлягерами.

- совершенствование умения анализировать форму и содержание музыкального произведения, слышать и видеть разнообразные варианты исполнительской интерпретации через восприятие изменения характера музыки.

##### ***4.3. Развитие творческих способностей:***

- развитие творческого мышления, воображения и фантазии; развитие способности "видеть" и ясно представлять музыкальный образ, способы его пластической интерпретации;

- развитие способности к педагогической импровизации в процессе интеграции музыкального движения с другими видами художественно-творческой деятельности на занятиях;

- воспитание потребности вести постоянный творческий поиск, вносить новое в свою работу из других областей науки и искусства (например, фольклора, классического искусства, изучения наследия музыкантов и педагогов и т.д.); постоянно заниматься в творческих группах, студиях и объединениях;

- развитие художественного вкуса на основе постоянного пополнения впечатлений — в театрах, музеях, в общении с творческими людьми.

#### **4.4. Совершенствование психолого-педагогических знаний и умений:**

- развитие профессиональной рефлексии, т.е. умения адекватно анализировать результаты собственной деятельности, собственного творчества, а также эффективности работы других педагогов;
- совершенствование умения диагностировать музыкальное, психомоторное развитие детей, пользуясь методическими методами исследования;
- развивать умения оценивать проявления детей в движениях под музыку, точно определяя параметры и критерии оценки;
- умение предоставлять детям инициативу в творческих проявлениях, наблюдать и замечать в них оригинальность и одаренность, а также и тревожные симптомы;
- развитие умения оценивать проявления детей в движениях под музыку, точно определяя параметры и критерии оценки;

### **5. Принципы и формы программы.**

5.1. Использование интенсивных методов обучения — выполнение большого объема двигательных упражнений на занятиях, а также подбор материала, позволяющего решать большой круг разнообразных задач развития ребенка.

5.2. Обеспечение психологического комфорта детей и педагогов в процессе выполнения движений под музыку.

5.3. Выбор оптимальной системы занятий.

5.4. Объединение усилий всего педагогического коллектива на решение поставленных задач.

Подражание детей образцу исполнения движений педагогом в процессе совместной деятельности.

"Вовлекающий показ" помогает детям освоить достаточно сложные двигательные упражнения.

Совместное исполнение движений способствует созданию общего приподнятого настроения, единое ритмичное дыхание под музыку регулирует психофизиологические процессы, максимально концентрирует внимание.

Показ должен быть "опережающим", то есть на доли секунды движения опережают музыку. Это необходимо для того, чтобы дети успели "перевести" зрительное восприятие в двигательную реакцию. Другими словами, необходимо, время для отражения зрительных сигналов, и тогда мышечные ощущения точно совпадут со звучанием музыки — это развитие самостоятельности детей в исполнении композиций и других упражнений. Происходит это постепенно, как бы незаметно для занимающихся. Педагог время от времени прекращает показ в процессе совместного исполнения и предлагает детям продолжать исполнять движения самостоятельно. Это очень важный момент, так как в случае исполнения только по показу у детей не тренируется произвольное внимание, память, воля. Постепенно детям предлагается исполнить всю композицию самостоятельно от начала до конца (иногда можно подсказывать некоторыми жестами). На этом этапе используются **следующие приемы:**

- показ исполнения композиций детьми (выбор ведущих вместо педагога — по очереди или по желанию);
  - показ упражнения условными жестами, мимикой;
  - словесные указания;
  - "провокации", то есть специальные ошибки педагога при показе с целью активизации внимания детей и побуждения к тому, чтобы они заметили и исправили ошибку.
- творческое самовыражение. Происходит это тоже постепенно. В некоторых композициях сразу заложена вопросно-ответная форма исполнения.

## **6. Особенности методики и организации образовательного процесса**

### **Формы занятий**

- групповые;
- индивидуальные;
- теоретические.

### **Методика организация занятий.**

Занятия осуществляются с учетом возрастных особенностей детей.

Дети четвертого года жизни учатся двигаться в соответствии с характером музыки. Улучшается качество исполнения танцевальных движений, появляется умение двигаться под музыку ритмично, согласно темпу и характеру музыкального произведения.

На пятом году формируется навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки, дети могут самостоятельно менять движения в соответствии с музыкой. Совершенствуются танцевальные движения, умение двигаться в парах по кругу, в танцах и хороводах, ритмично хлопать в ладоши, выполнять простейшие перестроения, подскоки.

На шестом году жизни ребенок физически крепнет, становится более подвижным. Успешно овладевает основными движениями, у него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается произвольная память. Появляются элементы творчества во всех видах детской деятельности.

Дети седьмого года жизни имеют достаточно развитые двигательные навыки: они умеют ритмично ходить и бегать; легко, энергично, а также высоко поднимать ноги в коленях; скакать с ноги на ногу; самостоятельно строить круг, расширяя и уменьшая его; двигаться парами по кругу, сохраняя расстояние между парами; выполнять различные движения с предметами и без них; исполнять отдельные танцевальные движения (выставлять ноги вперед на прыжке, делать приставной шаг, с приседанием, полуприседанием, кружиться, продвигаясь вперед), способны передавать игровые образы различного характера.



Хореографическая деятельность включает выполнение следующих заданий:

- музыкально-ритмические упражнения на освоение, закрепление музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения;
- пляски: парные народно-тематические;
- игры: сюжетные, несюжетные с пением, музыкально-дидактические;
- хороводы;
- построения, перестроения;
- упражнения с предметам: шарами, лентами, цветами, мячами и пр.;
- задания на танцевальное и игровое творчество.

### **7. Новизна программы**

Новизной данной программы является обучение ребенка танцу через театральное действие – игру. Ребенок учится не только танцу, но и одновременно получает «азы» актерского мастерства. Любое задание превращается в маленькое шоу. И чем больше умеет воспитанник, чем больше он проявляет себя не только как танцор, но и как «актер», тем легче ему справиться с эмоциональным состоянием и на соревнованиях, и на сцене во время показательных выступлений, и в жизни. На занятиях дети получают знания о различных танцевальных стилях, учатся импровизировать, владеть своим телом, а использование современной музыки в различных обработках, дает огромное поле деятельности для постановок сценической программы. Практически все воспитанники имеют возможность реализовать себя как танцоры, не зависимо от определенных физических и внешних данных.

### **8. Педагогическая целесообразность**

Педагогическая целесообразность программы состоит в первую очередь в ориентирование на художественно-эстетическое воспитание детей. В воспитании гармонично развитого ребенка, а также физически развитого. Привитие ребенку любви к занятиям эстетической направленности. Воспитание и развитие внимания, воли, памяти, подвижности и гибкости мыслительных процессов, направленных также на развитие музыкальности и эмоциональности, творческого воображения, фантазии, способности к импровизации, в движении под музыку.

### **9. Структура занятий**

Структура занятия состоит из трех частей:

I часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.

II часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. По длительности 2/3 времени занятия.

III часть включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2-3 минуты.

В работе педагог использует различные **методические приемы:**

- показ образца выполнения движения без музыкального сопровождения, под счет;
- выразительное исполнение движения под музыку;



- словесное пояснение выполнения движения;
- внимательное отслеживание качества выполнения упражнения и его оценка;
- творческие задания.

Методические приемы варьируются в зависимости от используемого хореографического материала (игра, пляска, упражнение, хоровод и т.д.), его содержания; объема программных умений; этапа разучивания материала; индивидуальных особенностей каждого ребенка. Все приемы и методы направлены на то, чтобы хореографическая деятельность детей была исполнительской и творческой.

## **10. Ожидаемый результат освоения дополнительной образовательной программы «В ритме танца»**

По окончании обучения дети:

- овладеют умением начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- будут уметь двигаться под музыку, в соответствии с её характером, ритмом и темпом, различать различные жанры музыкального сопровождения (хоровод, марш, полька и др.), передавать в танце характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, торжественный и т.д.);
- овладеют различными видами танцевальных шагов (бодрый шаг с носка, притопы, танцевальный бег, подскоки и др.), правильными позициями ног и положением рук;
- получат навык исполнения движений с сохранением при этом правильной осанки;
- будут свободно исполнять комплексы упражнений под музыку, а также двигательные задания по ритмической гимнастике.
- будут знать правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами.

Способом определения результативности реализации программы дополнительного образования «В ритме танца» является диагностика. Результаты диагностики педагог вносит в Диагностическую карту.

## 11. Диагностическая карта определения уровня сформированности хореографических умений у детей

№	Ф.И. ребёнка	Ритмичность	Гибкость	Артистизм	Умение танцевать в коллективе	Общий балл
1						
2						
3						
4						
5						
6						

### **Высокий уровень (В)**

Ребёнок заинтересован в усвоении знаний об искусстве хореографии, активно проявляет себя в танцевальной деятельности. Обладает высокими данными: гибкостью, музыкальностью, артистизмом. Обладает высокой эмоциональной выразительностью, развита фантазия и воображение.

### **Средний уровень (С)**

В целом ребенок заинтересован в усвоении танцевального искусства. Стремится к приобщению к эстетическим ценностям. Однако не достаточно развита гибкость, музыкальность, редко проявляются фантазия и воображение.

### **Низкий уровень (Н)**

Ребенок мало заинтересован в приобщении к искусству, не проявляет интерес к хореографии. Обладает слабо развитыми физическими качествами: сила, быстрота движений, ловкость, гибкость. Отсутствует пластичность. Слабо развита эмоциональность, фантазия.

Итогом реализации программы дополнительного образования «В ритме танца» является выступления детей на детских утренниках, участия в театрально-хореографических постановках, муниципальных смотрах-конкурсах.

## **12. УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

### **Первый год обучения**

№ п/п	Раздел программы	Количество часов всего
1	Вводное занятие	1
2	Слушаем и фантазируем	5
3	Характер музыки и движение	6
4	Детский танец	3
5	Танец с предметами.	4
6	Игровое танцевальное творчество	3
7	Ритмические фантазии	2
8	Партерный экзерсис	5
9	Сюжетные занятия (игры-путешествия)	5
	Всего часов	34

### **Второй год обучения**

№ п/п	Раздел программы	Количество часов
1	Вводное занятие	1
2	Азбука музыкально-ритмических движений	2
3	Играя, танцуем	4
4	Партерный экзерсис	4
5	Пластика в танце	3
6	Выражаем образ в танце	3
7	Детский танец	5
8	Игровое танцевальное творчество	3
9	Ритмические фантазии	4
10	Сюжетные занятия (игры-путешествия)	5
	Всего часов	34

### **Третий год обучения**

№ п/п	Раздел программы	Количество часов всего
1	Вводное занятие	1
2	Азбука музыкально-ритмических движений	1
3	Играя, танцуем	3
4	Пластика в танце	4
5	Выражаем образ в танце	4
6	Детский танец	6
7	Игровое танцевальное творчество	2
8	Ритмические фантазии	4
9	Сюжетные занятия (игры-путешествия)	2
10	Партерный экзерсис	4
	Всего часов	34

### **13. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

Основными видами деятельности на занятиях по хореографии являются репродуктивная и творческая.

Репродуктивная деятельность направлена на овладение детьми умениями и навыками через повторение выполнения движений, показанных педагогом.

Творческая деятельность направлена на самостоятельное преобразование детьми имеющихся знаний и умений для получения нового результата.

Взаимосвязь двух этих видов деятельности дает детям возможность реализации творческой самореализации и способствует гармоничному (умственному и физическому) развитию личности.

При обучении используются основные методы организации и осуществления образовательной деятельности: словесные, наглядные, практические, проблемно-поисковые, исследовательские.

Учебный материал на занятиях по хореографии распределяется согласно принципу возрастания и чередования нагрузки.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успеха, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала или при выполнении творческих заданий. Этому способствуют совместное обсуждение проблем, возникающих в творческом процессе, поощрение творческих проявлений, создание положительной мотивации, актуализации интереса, проведение конкурсов, соревнований.

Важным условием творческого самовыражения воспитанников является реализация идеи свободного выбора: детям предоставляется право выбора танцевальных средств для выражения музыкального образа, творческой комбинации знакомых танцевальных движений.

### **14. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Занятия проводятся в музыкальном зале. Помещение должно быть проветрено, хорошо освещено.

Материал:

- музыкальный центр (MP-3 проигрыватель)
- компакт-диски, съемные цифровые носители (флеш-карта) с аудиозаписями;
- декорации (для проведения сюжетных занятий);
- костюмы;
- отличительные знаки, эмблемы, жетоны;
- грамоты, значки, медали (для подведения итогов занятий и награждения);
- атрибуты: кегли, обручи, мячи разных размеров, скакалки, платочки, шарфики, косынки.

### **15. ЛИТЕРАТУРНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста.