

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение детский сад комбинированного вида № 464**

Принято
Педагогическим советом
Протокол № 1
от «29» августа 2018 г.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 464
Н.В.Хитрикова
Приказ № 57 от
"29" августа 2018 г.



**Рабочая программа
педагога
дополнительного образования
по хореографии
«Искусство танца»
для детей 4-5 лет
срок реализации 1 год**

Екатеринбург 2018

Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
2. Учебный план	6
3. Календарный учебный график	7
4. Содержание программы	8
5. Репертуар	13
6. Планируемые результаты освоения программы	14
7. Материально-техническое обеспечение программы	15
8. Литература.....	16

Пояснительная записка

Рабочая программа дополнительного образования по хореографии «*Искусство танца*» предполагает обучение детей 4-5 лет и рассчитана на один год обучения. Перед педагогом стоят **задачи**:

- расширить лексику движений ребенка, развить его двигательную память;
- продолжать работу над развитием выразительности и эмоциональности танцевальных движений при исполнении этюдов, танцев и игр;
- развитие пространственной ориентации детей;
- формировать навыки самостоятельного выбора движений для образно-игровых этюдов и упражнений;
- развивать привычку и потребность к двигательной активности у детей;
- совершенствование нервных процессов детей;

Занятия проводятся два раза в неделю по 20 минут.

Программа дополнительного образования по хореографии разработана на основе Программы дополнительного образования для детей дошкольного возраста О.В.Усовой «Развитие личности ребенка средствами хореографии. Театр танца». Программа дополнительного образования по хореографии направлена:

- на формирование и развитие творческих способностей воспитанников;
- удовлетворение индивидуальных потребностей воспитанников в художественно-эстетическом и физическом развитии;
- выявление, развитие и поддержку талантливых детей;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, и укрепления здоровья детей;
- социализация и адаптация детей к жизни в обществе;
- формирование общей культуры воспитанников.

Музыка в дошкольном учреждении – источник особой детской радости.

Ребёнок открывает для себя красоту музыки, её волшебную силу, а в различной музыкальной деятельности раскрывает себя, свой творческий потенциал. Музыкально – ритмическая деятельность детей не только яркий, эмоциональный путь передачи музыкально – эстетических переживаний, но и один из способов укрепления физического здоровья дошкольников.

Хореографическое искусство является одним из наиболее действенных средств эстетического и физического воспитания. Дети, как никто другой любят движения, а потому танец, который соединяет движение и игру так близок детям.

Танец – живой язык, которым говорит человек, это художественное обобщение, парящее над реальной основой, для того чтобы высказаться на более высоком уровне, в образах и аллегориях сокровенных человеческих эмоций. Танец, прежде всего, требует прямого общения потому, что его носителем и посредником является сам человек, а инструментом выражения – человеческое тело, естественные движения, которого создают материал для танца, единственный материал, являющийся его собственным и самостоятельным использованием. (Мэри Уигман).

В последние годы заметно возросла потребность в эффективных методах воспитания детей. Танец и игра оказываются одним из стержневых видов

деятельности, поскольку по своей природе являются синтетическими, объединяющими музыку, движение и слово.

Известно, какое значение В.М. Бехтерев придавал музыке, который считал, что с её помощью «можно установить равновесие в деятельности нервной системы ребёнка, умерить слишком возбуждённые темпераменты и растормозить заторможенных детей, урегулировать неправильные и лишние движения».

Идея использовать хореографию в качестве дополнительного образования в детском саду не нова, и её эффективность проверена временем. Подтверждением тому служат огромное количество кружков, студий, хореографических школ, которые появились в 20-х годах прошлого века и существуют по сей день. Поэтому использование программы по хореографии в детских садах наряду с музыкальными занятиями вполне обоснованно и востребовано родителями. Актуальная проблема интеграции различных видов искусства (танец, музыка, литература, изобразительное искусство) в развитии творческих способностей и основных психических процессов у детей дошкольного возраста (восприятие, память, мышление, воображение) явилась важной предпосылкой разработки программы «Развитие личности ребёнка средствами хореографии. Театр танца для детей 3-6 лет».

Структурно программа представляет собой комплекс из 4 модулей, каждый из которых состоит из психо - физиологического обоснования, тематического плана, содержания курса, требований к уровню подготовки детей. В учебно-методическое обеспечение занятий входят литературное и практическое приложение.

Программа представляет достаточные возможности для хореографа и музыкального руководителя, а также педагогов дополнительного образования. Большой информационный блок для педагога даёт возможность наполнить каждое занятие с детьми интересным теоретическим и практическим материалом, методикой разучивания сложных для восприятия детей двигательных и музыкальных навыков в игровой, доступной для них форме. Данная программа расширяет и реализует содержание образования детей дошкольного возраста по художественно-эстетическому развитию детей дошкольного возраста.

Основные принципы, заложенные в данную программу: танец как способ «проживания» ребёнком ситуации, игра как способ познания и отражения жизни, сочетание коллективного и индивидуального творчества, единство чувственного и рационального. Музыка даёт «команды» движению, движение - отображает характер музыки. Одним из основных принципов в создании и воспроизведении ребёнком танца является целостность восприятия образа. Согласно этим принципам выбрана и форма подачи учебного материала - Театр танца как синтез искусств.

Основные цели программы:

- **Педагогическая** – обеспечить условия для развития креативности детей.
- **Образовательная** – развить детей средствами искусства, сформировать восприятие музыкальных образов и способности выражать их в движении,

основываясь на принципах психофизиологической зрелости, законах роста и развития детей дошкольного возраста, данная программа позволит педагогу двигаться в работе с детьми не от «взрослого к ребенку», а от «ребенка к взрослению».

- **Развивающая** – стимулировать познавательные процессы личности ребенка (ощущение, восприятие, память, мышление, воображение). Обогащать его эмоционально-волевою сферу. Расширить возможности коммуникативной стороны общения у ребенка (невербальными средствами коммуникации).
- **Воспитывающая** – повысить двигательную активность и двигательную культуру ребенка, разнообразить оздоровительную работу в дошкольном учреждении (развитие фигуры, устранение физических недостатков, укрепление всех групп мышц, совершенствование координации движений), обеспечить интерес и любознательность детей, развить художественный вкус. Ознакомить ребенка с этикетом танца.

Кроме того, выбранная форма – эффективное средство формирования нравственного здоровья ребенка.

Специальные знания, умения и навыки являются необходимым средством воспроизведения образа, а не целью данного курса обучения.

НОВИЗНА ПРОГРАММЫ состоит в том, что система обучения танцу строится с учетом индивидуальных и психофизиологических особенностей каждого ребенка; соблюдается личностно - ориентированный подход в обучении хореографии; танец рассматривается как способ развития основных познавательных процессов личности ребенка и его эмоционально-волевой сферы.

2. Учебный план по хореографии для детей 4 - 5 лет

	Модули (Разделы)	Тема	Кол-во часов		
			Теория	практика	всего
«Искусство танца»	" Азбука танца"	Постановка корпуса	0,2	1,0	1,2
		Ходьба	0,3	1,0	1,3
		Бег	0,5	2,0	2,5
		Прыжки	0,3	1,0	1,3
		Подскоки	0,2	1,0	1,2
		Притопы	0,3	1,0	1,3
		Упражнения для кистей, пальцев и рук	0,5	0,5	1,0
		Упражнения для головы	0,5	0,5	1,0
		Партерная гимнастика	0,8	1,5	2,3
		Упражнения для корпуса	0,2	0,5	0,7
		Итого	4,0	10,0	14,0
	" Язык танца"	Танцевальные движения	1,5	2,5	4,0
		Парные движения	1,5	2,5	4,0
Упражнения с предметами		1,0	4,0	5,0	
Ориентация в пространстве		1,0	3,0	4,0	
Итого		5,0	12,0	17,0	
" Этикет танца"	поклон	0,5	2,0	2,5	
	Итого	0,5	2,0	2,5	
" Игра-начало театра"	Работа над мимикой лица	1,5	3,0	4,0	
	Этюды	1,0	2,5	3,0	
	Слушание музыки	1,0	4,0	5,0	
	Итого	3,5	9,5	13,0	
Репертуар	"Лявониha"	0,4	0,8	1,2	
	"Гномики"	0,4	0,8	1,2	
	"Прощаться-здороваться"	0,4	1,0	1,4	
	"Пляска парами"	0,4	1,2	1,6	
	"Конфетки"	0,5	1,0	1,5	
	"Веселые ладошки"	0,5	1,2	1,1	
	" Танец кукол"	0,5	1,0	1,5	
	" Танец с мячиком"	0,5	1,5	2,0	
	"Пляска с султанчиками"	0,4	1,5	1,4	
	" Куклы-неваляшки"	0,5	1,5	2,0	
	"Танец с зонтиками"	0,5	1,0	1,5	
	Итого	5,0	12,5	17,5	
Итого по всем разделам			18,0	46,0	64,0
Всего в неделю 2 занятия, в месяц – 8, в год - 64 (длительность занятия 20 минут)					

3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Содержание	Средняя гр. 4-5 лет
Количество групп	1
Начало учебного года	с 01.10.
График каникул	30.12. – 12.01.
Окончание учебного года	31.05.
Продолжительность учебного года	32 недели
1 полугодие	13 недель
2 полугодие	19 недель
Продолжительность недели	5 дней
Объем недельной образовательной нагрузки (НОД)	40 минут
Сроки проведения мониторинга	01.10. – 15.10. 15.05 – 31.05.
Праздничные выходные дни	04.11. 01.01. – 08.01. 23.02. 08.03. – 09.03. 30.04. – 02.05. 07.05. – 09.05.

Содержание занятий по курсу «Искусство танца» для детей 4-5 лет

Раздел "Азбука танца"

1. Постановка корпуса:

- продолжение работы над подтянутостью спины
- красивой постановкой головы
- ощущением «развернутости» плеч.

2. Ходьба:

- **Простой танцевальный шаг** (с вытянутым носком стопы) в спокойном темпе равномерном ритме (идем получать золотые медали).
- **Шаг со свободной стопой** в разном ритме и темпе
- **Шаг на пятках:** продолжение работы над прямой спиной при исполнении шага (разбей лед на луже).
- **Шаг на носках:** работа над «подтянутостью» колен во время шага (не запачкай туфельки).
- **Шаг назад:** исключать сталкивание детей.

3. Движения рук, включаемые в ходьбу:

- размахивание вперед
- размахивание назад
- подъем вверх
- подъем в стороны
- руки спрятаны за спину
- движение с использованием хлопков.

4. Бег легкий равномерный с захлестыванием голени назад: носок стопы вытянут, следить за подтянутостью спины.

5. Прыжки:

- легкие
- равномерные
- высокие: по 1/4 такта,
- низкие: по 1/8 такта.

возможны сочетания прыжков различной длительности и чередование прыжков и «пружинки» (на преодоление двигательного автоматизма).

6. Пскоки:

- Легко перепрыгивать с ноги на ногу, движение вводится во второй половине учебного года (подготовка к этому виду движения проводится с детьми в первой половине года)

сочетать поскоки с ноги на ногу с ходьбой на высоких полупальцах или бегом (мячики скачут, мячики покатались).

7. Притопы:

- удары стопы в пол равномерно по три (тройной притоп), различные сочетания ударов стопы в пол одной ногой несколько раз подряд
- поочередные удары равномерно и с паузой: три чередующихся удара разными ногами (по 1/8 такта и затем пауза).

8. Упражнение для головы:

- наклоны головы вперед (вниз)
- в стороны (к ушкам) и по точкам с одной стороны на другую (птичка клюет и здоровается клювиком)
- полукруговые движения (голова повернута вправо, затем вниз, а потом поднимается в сторону, аналогично полукруг можно провести через верх).

9. Упражнение для плеч:

- спокойные или быстрые подъемы плеч вверх и опускания вниз (одновременно два плеча и поочередно правое - левое)
- Круговые движения плечами вперед или назад: руки могут быть опущены вдоль корпуса, поставлены на пояс.
- положение «крылышки утят»: руки согнуты в локтях, локти направлены вниз и вместе с круговыми движениями плеч также очерчивают круг, кисти лежат на плечах
- «паровозик едет».

10. Упражнения для корпуса:

- активные наклоны в стороны
- наклоны вперед
- перегибы корпуса назад

Наклоны чередуются, исполняются в разных ритмических рисунках и на разные длительности:

- наклоны корпуса вперед (вниз) на 2/4, а выпрямление на 1/4 такта, затем пауза на 1/4.
- один подъем и опускание плеч по 1/8 такта.

11. Упражнение для кистей, рук, пальцев:

Движения рук исполняются ритмично, четко (мельница, стрелки часов).

- к ранее проученным добавляются круговые движения вперед-назад, к себе - от себя
- круговые движения от локтя (пальцы могут быть вытянуты или собраны в кулак)

Работа над выразительностью подъема рук в стороны или вверх

(крылья бабочки)

- пальцы рук активно собираем в кулачки, а затем вытягиваем, собирая их вместе или растопырив (кошка выпускает коготки)
- Можно использовать пальчиковые игры.

Пружинные движения руками

Выразительность и слитность движения. В качестве музыкального сопровождения можно рекомендовать музыку энергичного характера м.р. 4/4.

Тема контрастов: работа над образными движениями (маленький воробушек- большой орел, бабочки - жуки, цветы -злюки- закорюки)

12. Партерная гимнастика (упражнения на полу)

Вводится а курсе «Искусство танца» (для развития у ребенка умений и навыков владения своим телом). Движения исполняются по принципу контраста - напряжение- расслабление.

• Исполняются образные движения: ящерка свернулась, вытянулась, кошка выгибает спину, катаемся на велосипеде, «неваляшка». Упражнения выстраиваются от простого к сложному.

- упражнения для стоп, колен, корпуса
- сидя на полу
- лежа на полу для рук, ног, корпуса.

Раздел " Язык танца"

1.Танцевальные движения:

Приставной шаг: (шаг - приставить) (поднимаемся по лестнке, спускаемся с нее)

- в сторону (вправо, влево)
- вперед
- со статичным положением рук.

Топящий шаг:

Шаг с притопом: шаг ногой вперед, затем два притопа, пауза 1/4 такта.

Боковой галоп:

- Начало разучивания (движение рекомендуется вводить во второй половине года).

Полуприседание: небольшое сгибание ног в коленях и последующее их вытягивание - «пружинки: » мягко и резко, но равномерно.

Хорошо это движение окрасить динамическими оттенками (деревянный Буратино, мягкие ноги у Мальвины)

. Повороты на двух ногах:

- кружимся вокруг себя на полупальцах, равномерное переступание.

Вынос ноги на каблук:

- с одновременным полуприседанием
- знакомство детей с понятием «опорная нога», « работающая нога»

Хлопки:

- тройные с паузой по 1/8 такта,
- удары ладонь о ладонь,
- удары по коленам,
- удары по плечам.

Шлепки по бедрам

2. Ориентация в пространстве:

- Исполнение основных упражнений и танцевальных движений в различных рисунках:

Круг:

- один круг
- два круга (концентрических)

Линии:

- одна линия
- две линии (друг за другом или лицом друг к другу)
- «змейка»
- плетем "корзиночку"

Движение:

по кругу (с равными расстояниями между детьми)

- в противоположную сторону
- в рассыпную
- упражнение « петелька»
- упражнение «воротца»
 - движение по кругу в парах.

3. Парные движения:

Кружение в парах.

- «лодочкой»: ноги движутся вперед (друг за другом)
- отход друг от друга назад
- различные виды хлопков в паре
- поочередное исполнение движений партнера и партнерши
- переходы к другому партнеру во время танца

4. Упражнения с предметами.

Куклы

- покачивание
- передача друг другу.

Куклу можно:

- посадить на стульчик
- станцевать для нее
- погрозить ей пальчиком
- погладит по голове.

Платочек:

- ранее полученные навыки движения с платочком сочетать в небольшие комбинации
- стоя
- продвигаясь простым шагом.

Погремушки:

- удары или встряхивания по $1/4$ такта или $1/8$ равномерно или по 3 с последующей паузой
 - поочередные удары погремушкой по правому и левому плечу
 - поочередные удары погремушкой по коленям
 - тройные удары погремушкой по ладони левой руки.

Раздел " Этикет танца "

1. Поклон

- исполняется у мальчиков и девочек по-разному.

Работа над этикетом танца:

Партнер приглашает девочку на танец и благодарит в конце танца поклоном, девочка отвечает на приглашение и выражает благодарность за танец также, поклоном.

- Партнер проводя девочку на танец, смотрит на нее., общается с ней в танце мимикой, жестами, глазами.

Репертуар

Программные танцы:

- «Лявониха»
- «Полька - шутка»
- «Прощаться - здороваться»
- «Веселые ладошки»
- «Пингвины»
- «Искорки»
- «Пляска парами»
- «Танец с зонтиками»
- «Пляска с султанчиками»
- «Куклы- неваляшки»
- «Твист»

Индивидуальные танцы:

- «Поварята»
- «Петрушки - заводные игрушки»
- «Танец кукол»
- «Елочки»
- «Танец сосуллек»
- «Танец чашечек»
- «Конфетки»
- «Гномики»
- «Почемучки»

5. Планируемые результаты освоения программы.

Требования к уровню подготовки « Искусство танца» для детей 4-5 лет

К концу года дети 4-5 лет должны знать:

- Динамические оттенки в музыке.
- Несколько исходных положений для исполнения движений в паре (положение при исполнении народного и бального танца).
- Особенности и применение трех видов поклона (в народном и бальном характерах, при приветствии педагога).
- Правила исполнения движений в паре.

Должны уметь:

- Откликаются на ритмические рисунки (уметь воспроизвести их в хлопках, шлепках, притопах)
- Делать поклон на музыкальное вступление, в соответствии с характером и темпом музыки.
- Красиво и правильно исполнять танцевальные элементы и применять их в свободных композициях, этюдах и играх.
- Свободно владеть атрибутами.
- Иметь навыки элементарных упражнений «партерной» гимнастики.
- Согласованно исполнять танцевальные движения в паре и коллективе.
- Самостоятельно исполнять предлагаемый для изучения по данному курсу репертуар.

6. Материально-техническое обеспечение.

Оборудованный зал.

1. Компьютер.
2. Музыкальный центр.
3. Диски и флэшносители с аудио- и видео-записями песен и танцев.

Методический комплекс.

1. Усова О.В. Методическое пособие «Театр танца» (приложение к программе О.В. Усовой «Развитие личности ребенка средствами хореографии») и комплект из 16 CD- и DVD-дисков.
2. Е.Кутузова, С.Коваленко, И.Шарифуллина. «Ку-Ко-Ша». Комплект из 18 CD- и DVD-сборников танцевально-игровых композиций для детей дошкольного возраста.
3. Буренина А. «Программа музыкально-ритмического воспитания детей 2-3 лет. Топ-хлоп, малыши!» СПб., 2001.
4. Суворова Т. Комплект из 15 CD-и DVD-сборников танцевально-игровых композиций для детей.
5. Железнова Е. Комплект из 5 CD-дисков.

Атрибуты для танцев.

1. Разноцветные шифоновые шарфы - 30 штук.
2. Разноцветные платочки – 80 штук.
3. Разноцветные ленточки 50 см. на колечках – 50 штук.
4. Капроновые ленты на палочках – 24 шт.
5. Веночки из цветов – 13 шт.
6. Фонарики для танцев – 30 шт.
7. Шляпы черные и цветные – 30 шт.
8. Цветы искусственные – не менее 30 шт.
9. Обручи с ленточками и цветами – 6 шт.
10. Гирлянды из осенних плодов – 24 шт.
11. Гирлянды из осенних листьев – 12 шт.
12. Флажки разноцветные – 50 шт.
13. Султанчики – не менее 30 шт.
14. Ведерки – 10 шт.
15. Корзинки – 10 шт.
16. Осенние листочки на палочках – не менее 28 комплектов
17. Коврики для партерной гимнастики – 25 шт.
18. Костюмы для моряков: девочкам – 10 шт.; мальчикам – 10шт.
19. Костюмы пингвинов – 12шт.

Литература

1. Анохин П.К. Философские аспекты теории функциональных систем //Анохин П.К. Избранные труды. М.,1978.С157-160
2. Батуев А.С. Высшая нервная деятельность. М.: Высшая школа, 1991.
3. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. М.: Наука, 1966.
4. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. СПб.: СОЮЗ, 1997.96с.
5. Гончаров В.Н. Влияние различных видов двигательной и зрительной памяти на успешность овладения физическими упражнениями//Психофизиологическое изучение учебной и спортивной деятельности. Л.,1981.
6. Гончаров В.И. Формирование двигательных умений (мнемические аспекты): ЛГПИ им. Герцена, Л. 1983.195с.
7. Ильин Е.П. Двигательная память и память на движения-синонимы? // Вопросы психологии, 1990. № 4 с.82-85
8. Конорева Т.С. Соотношение волевой активности и особенности памяти у шестилетних детей в зависимости от пола // Психология и психофизиология активности и саморегуляции поведения деятельности человека. Свердловск, 1989.
9. Кузнецов М.А., Заика Е.В. Методика исследования объёма и точности моторной кратковременной памяти // Вопросы психологии, 1989.№ 4. С.158-160.
- 10.Скобенников К.А. Запоминание движений при разучивании вольных упражнений в гимнастике // Вопросы психологии спорта / под ред. А.Ц. Пуни. М.,1955.
- 11.Соснина И.Г. Специальные способности артиста балета: природа, структура, диагностика // Пермский гос. Пед. Ун-т, Пермь, 1997.20с.