Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 98

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий Е.А. Кукушкина

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Программа принята на заседании педагогического совета детского сада № 98

протокол № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ от

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА –

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

По хореографии

«Танцевальная планета»

для детей дошкольного возраста (3-5 лет)

Срок реализации программы: 2 года

Составила:

Хореограф:

Качалова Ольга Сергеевна

Рыбинск, 2017г.

Оглавление

1. Пояснительная записка……………………………………………..3
2. Учебно-тематический план первого года обучения……………....6
3. Учебно-тематический план второго года обучения……………....7
4. Содержание дополнительной образовательной

программы первого года обучения………………………………...8

1. Содержание дополнительной образовательной

программы второго года обучения………………………………...9

1. Методическое обеспечение дополнительной

образовательной программы первого года обучения…………....11

1. Методическое обеспечение дополнительной

образовательной программы второго года обучения……………12

1. Список литературы………………………………………………...13

Приложение ………………………………………………………..14

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Ритм имеет немаловажное значение в жизни человека. Истоки ритма просматриваются в качестве объединяющего начала еще в первобытнообщинном строе. Барабанная дробь или удары тамтама оповещали соплеменников о том или ином событии в жизни племени. Под удары деревянных палочек или барабанный бой воины собирались на воинствующие танцы перед охотой и радостные танцы после успешной охоты, ритуальные танцы шамана и обрядовые свадебные танцы – все это послужило развитию homo sapiens – «человека разумного». Ритм сопровождает человека всю жизнь – биение сердца, капли дождя, тиканье часов, и, наконец, музыка.

Музыка, а в ее основу заложен ритм, действительно является одним из самых выразительных средств общения между людьми и их единения. Восприятие музыки не требует предварительной подготовки и доступно всем от мала до велики. С давних пор музыка используется как лечебный фактор.

В.М. Бехтерев считал, что с помощью музыкального ритма можно установить равновесие в деятельности нервной системы человека, умерить слишком возбужденные темпераменты и растормозить заторможенных детей, урегулировать неправильные и лишние движения. Не только Бехтерев, но и другие ученые отмечали благотворное влияние музыки. Она лежит в основе ритмики, которая в современном мире является серьезной музыкально-педагогической дисциплиной. Основоположником ритмики, которая получила широкое признание в начале XX века, считается выдающийся швейцарский музыкант-педагог, композитор, пианист и дирижер, профессор Женевской консерватории Э.Ж. Далькроз. Назначение своей системы Далькроз сформировал так: «Цель ритмики – подвести ее последователей к тому, чтобы они к концу своих занятий сказать – не столько «Я знаю», сколько «Я ощущаю», и, прежде всего, создавать у них непреодолимые желания выражать себя, что можно делать после развития их эмоциональных способностей и их творческого воображения».

У детей различные музыкальные произведения вызывают эмоциональные переживания, рождают определенные настроения, под влиянием которых приобретают соответствующий характер. Например, торжественное звучание праздничного марша радует, бодрит. Это выражается в подтянутой осанке, точных, подчеркнутых движениях рук и ног. Спокойный, плавный характер пляски, напротив, позволяет сделать осанку свободнее, движения неторопливыми, более мягкими, округлыми.

Ритмикой дети могут заниматься с самого раннего возраста, поскольку испытывают постоянную потребность в движении. Именно через движение они эмоциональней и глубже воспринимают музыку. Занятия ритмикой доставляют детям радость, поднимают настроение, повышают жизненный тонус.

В настоящее время существует множество различных программ по музыкально – ритмическому развитию детей дошкольного возраста: ритмические композиции (А.И. Буренина), нетрадиционные занятия физкультурой (Н.С. Голицына), развитие у детей творчества в танце (Е.В. Горшкова), основы художественной гимнастики, аэробики, детское театральное творчество. Изучив их, и опираясь на свой опыт работы, я постаралась объединить в единое целое все, что связано с движением под музыку. Взяв самое интересное и необходимое из существующих программ, и добавив свои разработки, я расширила традиционное понимание ритмики как педагогической дисциплины.

Программа имеет художественно-эстетическую направленность. Ориентирована она на развитие общей и эстетической культуры детей дошкольного возраста, пластической, музыкальной сценической выразительности, чувства ритма.

В программе широкий спектр направлений в работе с детьми по музыкально-ритмическому воспитанию. Эти направления выражены в разделах образовательной программы.

**Цель** программы – создание условий для развития творческих способностей детей посредством музыкально-ритмических движений.

**Задачи:**

***Образовательные:***

1. Познакомить детей с основами ритмопластики, особенностями танцевальных движений.
2. Сформировать представление о своеобразии ритмических движений и их совокупности в разных танцевальных номерах.

***Развивающие:***

1. Развить музыкальный слух, чувства ритма, двигательную сферу, выразительность движений.
2. Развить элементарное умение пространственных ориентировок.

***Воспитательные:***

1. Воспитать правила поведения в группе во время выполнения движений.
2. Воспитать эстетический вкус, культурные привычки в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

Условия отбора детей: желание детей и родителей, интерес детей к танцевальному искусству.

Программа предназначена для работы с детьми младшего и среднего дошкольного возраста. Продолжительность образовательного процесса 2 учебных года. Первый год обучения – дети в возрасте 3-4 лет. Второй год обучения – дети в возрасте 4-5 лет.

Каждый этап образовательного процесса имеет свою специфику и задачи.

Продолжительность занятий

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Продолжительность  одного занятия | Периодичность в неделю | Кол-во академических часов в неделю | Кол-во академических часов в год |
| 15-20 минут | 2 раза | 2 | 64 |

**Ожидаемые результаты в конце первого учебного года**

Ребенок адаптирован в новом коллективе, создан психологический комфорт. Ярко выражен интерес на занятиях ритмикой.

**Ребенок знает:**

- понятия: круг, линия

- образы животных

**Ребенок умеет:**

- выполнять основные виды движения под музыку: ходьба, бег, прыжки в различных музыкальных темпах

- передавать простейшие игровые действия по показу педагога

- начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом музыки

- менять темп и характер движений

- строится друг за другом, двигаться «стайкой» за ведущим

- выполнять изучаемые в течение года ритмические композиции и танцы-игры.

Важнейшим показателем уровня музыкально-ритмического развития детей младшего дошкольного возраста является интерес к самому процессу движения под музыку, выразительность движений и умение передавать в пластике характер музыки, игровой образ. При недостаточной координации, ловкости и точности движений выразительность пластики детей выявляет творческую одаренность, музыкальность.

**Ожидаемые результаты в конце второго учебного года**

**Ребенок знает:**

- понятия: ритм, темп, мимика, пантомима, синхронность, импровизация

**Ребенок умеет:**

- выполнять основные виды движения под музыку: ходьба, бег, прыжки в различных музыкальных темпах

- использовать в упражнениях мяч, обруч, гимнастическую палку

- синхронно исполнять ритмические композиции, изучаемые в течение учебного года

- передавать в мимике и пантомиме образы знакомых животных и персонажей

- импровизировать на заданный музыкальный материал

- менять темп и характер движений

- выполнять изучаемые в течение года ритмические композиции и танцы-игры.

Показателем уровня развития на втором году обучения является не только выразительность движений под музыку, но и умение точно координировать движения, способность запоминать и самостоятельно исполнять ритмические композиции и другие виды движений.

Контроль и оценка результатов развития ребенка проводится в течение года методом наблюдения.

Итогом работы является специально организованный концерт для родителей.

**Санитарные нормы, предъявляемые на занятиях ритмикой**

Кабинет должен иметь безопасное оборудование, яркое освещение, экологически безопасные игрушки для детей. Площадь кабинета должна соответствовать количеству занимающихся детей.

Дети должны иметь облегченную спортивную обувь, одежду; волосы гладко причесаны.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Раздел** | **Тема** | **Количество часов** | | | |
| **общее** | **теория** | | **практика** |
| 1. | Знакомство с детьми | Игры на знакомство, адаптацию детей. | 1 | | 0.5 | 0.5 |
| 2. | Движения в различных музыкальных темпах и ритмах | «Прогулка в лес»,  - танец-игра «Мы шагаем по лесу»  -ритмическая композиция «Лесные приключения»,  «Веселый зоопарк» | 5 | | 1,5 | 3,5 |
| 3. | Сюжетно-образные движения, имитационные движения | Танец-игра «Зайчики», танец-игра «Вперед, автомобиль» | 4 | | 1 | 3 |
| 4. | Образно-характерные танцы | «В гостях у сказки» | 3 | | 0,5 | 2,5 |
| 5. | Коллективные перестроения | «Веселая карусель», парная музыкальная игра «Кошки-мышки» | 3 | | 0,5 | 2,5 |
| 6. | Хороводные танцы | «Матрёшки», «Музыкальная мозаика» | 3 | | 0,5 | 2,5 |
| 7. | Различные виды ходьбы, бега | Композиция «Прыжки и поскоки» | 3 | | 1 | 2 |
| 8 | Развитие пластики, гибкости и растяжки | «На морском берегу», «Лягушки», «Волны» | 5 | | 2 | 3 |
| 9. | Диагностическое занятие | Начальный, итоговый уровень | 1 | | - | 1 |
| Итого: | | | 28 | | 7,5 | 20,5 |

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | | **Раздел** | **Тема** | **Количество часов** | | |
| **общее** | **теория** | **практика** |
| 1. | | Знакомство с детьми | Игры на знакомство, адаптацию детей. | 1 | - | 1 |
| 2. | | Движения в различных музыкальных темпах и ритмах | «Прогулка в лес» | 5 | 1 | 4 |
| 3 | | Сюжетно-образные движения, имитационные движения | «Веселый зоопарк» | 4 | 1 | 3 |
| 4. | | Образно-характерные танцы | «В гостях у сказки» | 3 | 0,5 | 2,5 |
| 5. | | Коллективные перестроения | «Веселая карусель» | 3 | 0,5 | 2,5 |
| 6. | | Хороводные танцы | «Новогодний хоровод» | 3 | 0,5 | 2,5 |
| 7. | | Различные виды ходьбы, бега, поскоков, боковой галоп | «Прыжки и поскоки» | 3 | 1 | 2 |
| 8. | | Развитие пластики, гибкости и растяжки | «Путешествие на веселый остров» | 5 | 1 | 4 |
| 9. | | Диагностическое занятие | Начальный, промежуточный, итоговый уровень | 1 | - | 1 |
|  | Итого: | |  | 28 | 5,5 | 22,5 |

СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧАЕМОГО КУРСА

ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

**Раздел 1: Знакомство с детьми.**

**Тема:** Игры на знакомство, адаптацию детей.

**Практика:** Познакомиться с детьми. Создать непринужденную обстановку на занятии. Провести инструктаж по технике безопасности и правилам поведения. Игры на создание положительных эмоций у детей («Снежный ком»). Данный цикл занятий начинается со вступительной беседы, в которой раскрываются цели и задачи программы.

**Раздел 2:** **Движения в различных музыкальных ритмах и темпах.**

**Тема:** «Прогулка в лес»

**Практика:** Познакомить с понятиями ритм, темп, танец, координация. Умение координировать движения в различных темпах и ритмах (ритмическая композиция «Лесные приключения»).

**Раздел 3: Сюжетно-образные движения, имитационные движения.**

**Тема:** «Веселый зоопарк»

**Практика:** Знакомство детей с повадками разных животных, со средой их обитания, с условиями жизни. Упражнения на развитие быстроты реакции, памяти, выразительности движений. (танец-игра «Зайчики», «Вперед, автомобиль»).

**Раздел 4: Образно-характерные танцы**

**Тема:** «В гостях у сказки».

**Практика:** Учить передавать характерные образы с помощью мимики, жестов, танцевально-ритмических движений; упражнение детей в выполнении ролей конкретных сказочных персонажей с учетом музыкального сопровождения (этюды «Сова, кот и мыши», «В гости к Бабе Яге»).

**Раздел 5:** **Коллективные перестроения.**

**Тема:** «Веселая карусель»

**Практика:** Знакомство детей с понятиями «круг», «линия». Учить перестраиваться из линии в круг и наоборот. (парная музыкальная игра «Кошки-мышки»).

**Раздел 6**: **Хороводные танцы**

**Тема:** «Матрешки»,

**Практика:** беседа о русском народном сувенире – матрешке, его особенностях, национальном костюме. Обучение самостоятельному ведению хоровода, держа друг друга за руки. (танец «Музыкальная мозаика»).

**Раздел 7**: **Различные виды ходьбы, бега.**

**Тема:** «Прыжки и подскоки»

**Практика:** Знакомство с понятиями «прыжок», «подскок». Упражнять детей в технике выполнения прыжков и подскоков, обучение выполнению движений в определенном ритме. (композиция «Прыжки и подскоки»)

**Раздел 8:** **Развитие пластики, гибкости и растяжки.**

**Тема:** «На морском берегу»,

**Практика**: Беседа о понятиях «пластика», «гибкость», «растяжка», их значение в хореографии . Упражнение в выполнении заданий на развитие гибкости («достань до пола», «дотянись до носка»). Отработка техники выполнения упражнений на растяжку. Тренировка в умении подражать движениям лягушки. Развитие внимания средствами игры «Волны волнуются».

**Раздел 9: Диагностическое занятие.**

**Практика**: выполнение специальных практических заданий, направленных на проверку имеющихся и формируемых знаний, (открытое занятие)

СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧАЕМОГО КУРСА

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

**Раздел 1: Знакомство с детьми.**

**Тема:** Игры на знакомство, адаптацию детей.

**Практика:** Познакомиться с детьми. Создать непринужденную обстановку на занятии. Провести инструктаж по технике безопасности и правилам поведения. Игры на создание положительных эмоций у детей («Снежный ком»). Данный цикл занятий начинается со вступительной беседы, в которой раскрываются цели и задачи программы.

**Раздел 2: Движения в различных музыкальных темпах и ритмах**

**Тема:** «Мы шагаем по лесу».

**Практика:** Закрепление понятий «ритм», «темп», «координация»,

отработка техники выполнения разных движений. Выполнение пластических этюдов на развитие двигательной выразительности. Создание танцевальных композиций на тему «Лес» («Танец с листьями», «Грибок», «Ягодки» ).

**Раздел 3: Сюжетно-образные движения, имитационные движения.**

**Тема:** «Веселый зоопарк».

**Практика:** Закрепление представлений о повадках животных в танцевально-ритмических композициях «Веселый слоненок», «У жирафа пятна, пятна».

**Раздел 4:**  **Образно-характерные танцы.**

**Тема:** **«**В гостях у сказки».

**Практика:** знакомство со сказкой К.И. Чуковского «Муха - Цокотуха». Упражнение детей в умении подражать героям сказки, обучение детей двигаться согласно характеру персонажей.

**Раздел 5:**  **Коллективные перестроения.**

**Тема**: «Веселая карусель».

**Практика:** обучение самостоятельному перестроению в линию, в круг, по одному по команде педагога , использование раздаточного и демонстрационного материала (ленты, флажки). («Мы идём с флажками»).

**Раздел 6**: **Хороводные танцы**

**Тема:** «Новогодний хоровод».

**Практика:** Знакомство детей с понятием «последовательный», «синхронный». Упражнять детей в умении составлять единую танцевально-ритмическую композицию; учить выполнять движения синхронно, последовательно (этюды «Нарядили ёлочку», «Санки»).

**Раздел 7**: **Различные виды ходьбы, бега, подскоков, боковой галоп.**

**Тема:** «Прыжки и подскоки».

**Практика:** Закрепляющая беседа о технике выполнения прыжков и подскоков, прямом галопе, знакомство с понятием «боковой галоп». Упражнение в выполнении прыжков на одной и двух ногах, на месте и с продвижением вперед, приставным шагом вправо – влево, боковым галопом («Круговая полька»).

**Раздел 8:** **Развитие пластики, гибкости и растяжки.**

**Тема:** «Путешествие на веселый остров».

**Практика:** композиция с гимнастическими палочками. Упражнение в умении импровизировать; быстро реагировать в соответствии с изменением музыкального характера композиции («Бабочка», «Мостик и кораблики», «Как на тоненькой рябинке»).

**Раздел 9: Диагностическое занятие.**

**Практика**: выполнение специальных практических заданий, направленных на проверку имеющихся и формируемых знаний.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЗАНЯТИЙ  
ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема занятия** | **Учебно-дидактическое оснащение занятий** | **Пути достижения цели** |
| 1 | Игры на знакомство, адаптацию детей | Мяч | Подвижные игры: «прятки», «уголки», «снежный ком» |
| 2 | «Прогулка в лес» | Контурные изображения деревьев, кустов, сюжетные картинки с изображением обитателей леса | - Танец-игра «Мы шагаем по лесу»  -ритмическая композиция «Лесные приключения» |
| 3 | «Веселый зоопарк» | Шапочки с изображением животных, костюмы. Руль автомобиля, бубен | Танец-игра «Зайчики», танец-игра «Вперед, автомобиль» |
| 4 | «В гостях у сказки» | Изображения сказочных персонажей, соответствующие костюмы | Музыкальная инсценировка сказок «Колобок», «Теремок» |
| 5 | «Веселая карусель» | Ленты, флажки, палочки, обручи, мячи. Шапочки кошек и мышек | Парная музыкальная игра «Кошки-мышки» |
| 6 | «Матрешки», танец «Музыкальная мозаика» | Костюмы матрешек, платочки | Танцевальная композиция в русском народном стиле |
| 7 | «Прыжки и подскоки» | Уздечки для лошадок (имитация) | Комбинации на прыжки, подскоки, галоп |
| 8 | «На морском берегу», «Лягушки», «Волны» | Коврики | Подражательные движения морским животным |

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЗАНЯТИЙ  
ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема занятия** | **Учебно-дидактическое оснащение занятий** | **Пути достижения цели** |
| 1 | Игры на знакомство, адаптацию детей | Мяч | Коммуникативная игра «Мои игрушки» |
| 2 | «Прогулка в лес», | Контурные изображения деревьев, кустов, сюжетные картинки с изображением обитателей леса | Танцевальные композиции: «Грибок», «Ягодки» |
| 3 | «Веселый зоопарк» | Шапочки с изображением животных, костюмы. | Имитационные движения в комбинациях: «Катаемся на пони», «Акула-каракула», «Веселые мартышки», «Слоники и мишки», «У жирафа пятна, пятна» |
| 4 | «В гостях у сказки» | Изображения сказочных персонажей, соответствующие костюмы | Музыкальная инсценировка сказки «Муха-Цокотуха» |
| 5 | «Веселая карусель» | Ленты, флажки, палочки, обручи, мячи. | Ритмические композиции с предметами, парный танец «Ладушки» |
| 6 | «Новогодний хоровод» | Контурные изображения снежинок, «султанчики» | Хороводные танцы:  - танец маленьких утят  - танец петрушек |
| 7 | «Прыжки и подскоки» | - | Комбинации из различных видов прыжков:  - комплекс 1: ходьба и бег  - комплекс 2: прыжки  - комплекс 3: подскоки и галоп |
| 8 | «Путешествие на веселый остров» | Коврики, стулья, «якорь». | Музыкально-ритмическая импровизация |

**Список литературы**

1. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. – Рыбинск, 1982.

206 с.

1. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движения и физиологи активности. М., 1966.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. Санкт-Петербург, 2000. 220с.
3. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. М.: Просвещение, 1967.
4. Волкова Г.А. Логопедическая ритмика. М.: Просвещение, 1985.
5. Выготский Л.С. Психология искусства. М., 1986.
6. Голицына Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой.
7. Горшкова Е.В. Развитие у детей творчества в танце.
8. Комарова Т.С. Программа эстетического воспитания детей 2-7 лет. - М., 2002. 128 с.
9. Коммуникативные танцы – игры для детей: Учебное пособие, 2004. 36 с.
10. Куртова Т.В., Беликова А.Н., Кретная О.В. Учите детей танцевать. – М.: Владос, 2003. 256 с.
11. Муравьев В.А., Назарова Н.Н. Воспитание физических качеств у детей дошкольного и школьного возраста: Методическое пособие. – М.: Айрис – пресс, 2004. 112 с.
12. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 3–5 лет. М.: Гном, 2004. 104 с.
13. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. /Составитель Моргунова О.Н. – Воронеж: ТУ «Учитель», 2005. 127 с.
14. Яковлев В. Игры для детей. – М.: Сфера, 1992. 79 с.

*Приложение*

ДИАГНОСТИКА УРОВНЯ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ

|  |  |
| --- | --- |
| ПОКАЗАТЕЛИ | СПОСОБ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ |
| Развитие эмоциональности | * выразительность мимики и пантомимики, * умение передавать в позе, жестах гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции, * умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. |
| Развитие музыкального слуха | * умение вовремя начинать и заканчивать движение под музыку, * способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, * способность изменять движения, в соответствии с фразами, темпом и ритмом. |
| Развитие координации движения | * точность исполнения упражнений, * правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе (а также в других общеразвивающих и танцевальных видах движений). |