

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД КАЛИНИНГРАД»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА КАЛИНИНГРАДА
ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ

Принята на заседании
педагогического совета
МАУДО ДТД и М
«25» августа 2016 г.
Протокол № 1



УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАУДО ДТД и М
Г.Н.Андреева

«25» августа 2016 г.

Дополнительная общеразвивающая программа
Художественной направленности
«Народный танец «Каруселька»
Возраст учащихся: 5-8 лет
Срок реализации: 3года

Авторы-составители:
Афанасьева Лариса Александровна,
Афанасьев Андрей Михайлович,
педагоги дополнительного образования

Калининград 2016 г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности составлена в соответствии с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства образования Российской Федерации от 29.08.2013г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам в МАУДО ДТДиМ от 01.09.2015г.

Ритмика – начальный этап хореографического искусства. В её основе лежит изучение тех элементов музыкальной выразительности, которые наиболее естественно и логично могут быть отражены в движении. Ритмика является дополнительным резервом двигательной активности детей. Источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психологического напряжения, а, следовательно, одним из условий подготовки к учебной деятельности вообще.

Новизна программы состоит в использовании компенсаторных возможностей детей в период их раннего развития. Уже на раннем этапе развития учащихся, освоив минимум танцевальных движений, могут участвовать в простых этюдных постановках. В основу обучения детей младшего возраста положено игровое начало, которое помогает детям осваивать трудные элементы, а также позволяет детям расслабиться и переключить внимание.

Актуальность, педагогическая целесообразность, практическая значимость. Занятия ритмикой обеспечивают более эффективное физическое и эмоциональное развитие детей в соответствии с их

возрастными особенностями. Формируют навыки координации движений, пластики, умения выражать с помощью танца определённые эмоции, настроение, характер изображаемых персонажей, умение повторить за педагогом и самостоятельно осуществлять определённые виды танцевальных движений, формируют навыки танцевальной импровизации.

Важнейшее значение для музыкально-ритмического воспитания имеет правильный подбор музыкальных произведений. Весь музыкальный материал строится на высокохудожественных образах русской и зарубежной классической и народной музыки, детского музыкального материала (песни, считалочки, заклички), что, несомненно, способствует развитию и воспитанию музыкального вкуса у детей. На занятиях дети осваивают музыкальную природу искусства, приучаются к сотворчеству. У них развиваются ассоциативная память, внимание, творческие способности, а также инициатива и воображение, фантазия, умение передать характер музыки и содержание образа движением.

Во время занятий партерной гимнастикой основными способами дозировки физической нагрузки являются:

- длительность выполнения упражнений,
- подбор самих упражнений,
- количество повторений и выбор исходных положений.

Количество повторений каждого упражнения дает возможность не только увеличивать последующую нагрузку, но и индивидуально, в соответствии с физическими возможностями занимающегося ребёнка, распределять усилия.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ - формирование у детей навыков хореографической пластики, музыкального ритма, развитие их творческих способностей, умения воплощать музыкально-двигательный образ, а также активно слушать музыку, быть предельно ритмичным и выразить свои музыкальные впечатления в осмысленных пластических движениях и действиях.

ЗАДАЧИ:

- укрепить общефизическое состояние ребенка и коррекция имеющихся недостатков в строении фигуры дошкольников;
- дать детям первоначальную хореографическую подготовку, сформировать правильную осанку;
- развить общую музыкальность, чувство ритма и сформировать у них основные двигательные навыки, необходимые для дальнейших занятий классическим, народно-сценическим и др. видами танца;
- подготовить психологически и физически детей к участию в жизни хореографического коллектива;

- совершенствовать психомоторные способности: развитие мышечной силы, подвижности в различных суставах (гибкости), выносливости.

На занятиях дети знакомятся с элементами музыкальной грамоты, изучают в движении средства музыкальной выразительности (темп, ритм, способы исполнения). Ритмичные упражнения развивают у детей координацию движений, быстроту реакции, ориентировку в пространстве, исправляют природные недостатки (сутулость, развернутость стоп и т.д.).

В ходе занятий особое внимание уделяется технике: прямая спина, ходьба с правильным положением корпуса, легкость в беге, гибкость корпуса.

Для достижения наилучшего результата, следует придерживаться следующих **ПРИНЦИПОВ:**

- принцип постепенности;
- принцип доступности;
- принцип чередования нагрузки;
- принцип наглядности (зрительный).

Принцип постепенности реализуется через такие правила: «от известного к неизвестному», «от простого к сложному».

Принцип доступности подразумевает под собой легкость предлагаемого материала и в то же время его усложнение, для стимулирования интереса занимающихся.

Принцип чередования нагрузки важен для предупреждения утомления у детей и для оздоровительного эффекта.

Принцип зрительной наглядности очень важен в обучении движениям. Зрительная наглядность - это демонстрация движений в целом или по частям. С помощью этого принципа дети быстрее обучаются данному виду деятельности.

Механизм оценивания образовательных результатов:

- Промежуточная аттестация 2 раза в год.
- Итоговая аттестация – в конце обучения.

Формы подведения итогов:

- Педагогическая диагностика 2 раза в год.
- Открытые занятия.
- Зачетные занятия.

- Итоговые занятия.
- Отчетные концерты.
- Участие в конкурсах и фестивалях.

Организационно-педагогические условия реализации программы:

Для организации образовательной деятельности имеется в наличии: 2 танцевальных зала: №28- 59 кв.м. , №31- 92кв.м., оборудованные специальным паркетным покрытием, танцевальными станками, зеркалами. Музыкальные инструменты: 1 баян, 2 фортепиано. Набор аудио-, видео аппаратуры: 1 видеомаягнитофон, 2 телевизора, 2 магнитофона, DVD и CDдиски, флешки. Наличие костюмерной.

Программа рассчитана на детей в возрасте 5-8 лет, на три года обучения. Набор в группы первого года обучения осуществляется на конкурсной основе.

Режим и периодичность занятий:

1-й год - по 3 часа в неделю –	108 часов
2-ой год - по 2 часа – 2 раза в неделю –	144 часа
3-й год - по 2 часа - 3 раза в неделю –	216 часов
ИТОГО:	468 часов.

ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

После первого года обучения учащийся должен:

- Соблюдать этикет приветствия и прощания в начале и конце занятия.
- Запомнить своё место в зале.
- Самостоятельно построить «круг» и двигаться по нему.
- Начинать и прекращать движения одновременно с началом и окончанием музыкального эпизода.
- На слух различать темп музыки (быстро, медленно) и изменять темп движения в зависимости от темпа музыки.
- Исполнять все программные движения разминки и партерной гимнастики при показе педагогом.
- Свободно контактировать с педагогом, адекватно реагируя на его замечания или похвалу.
- Знать по имени всех участников своей группы. Легко общаться и брать за руки при перестроении в круг, по линиям, по парам.
- Соблюдать первые традиции коллектива.
- Соблюдать азы сценической культуры, правила поведения на сцене во время выступления (не поправлять причёску, не разговаривать, не привлекать внимание мамы).

После второго года обучения учащийся должен:

- Знать ход занятия и уметь двигаться в соответствии с характером, ритмом и темпом музыки.
- Выражать чувства и переживания с помощью движений и жестов в соответствии с характером услышанной музыки.
- Начинать движение с началом музыкальной фразы.
- Прохлопать вслед за педагогом ритмический рисунок средней сложности.
- Самостоятельно исполнять все изученные движения, ориентируясь по их названию.
- Самостоятельно исполнять танцевальные композиции.
- Самостоятельно выполнять элементы гимнастики «шпагат», «колесо», «мостик».
- Быстро и адекватно реагировать на замечания педагога.
- Обладать хорошей двигательной памятью, вербальной и невербальной коммуникацией.
- Самостоятельно и быстро построиться в любую основную фигуру танца.
- Контролировать мышцы корпуса, рук, ног, правильную осанку.
- На занятия и концерты приходиться в форме установленного образца.

- Уметь исполнять присядку «мячик» по I и VI поз., сохраняя правильную осанку.
- Знать понятие «точка», подготовка к вращениям.
- Уметь исполнять одинарную «хлопушку».
- Уметь исполнять простые трюковые элементы.
- Иметь навыки актерской выразительности.

После третьего года обучения учащийся должен:

- Соблюдать этикет приветствия и прощания в начале и конце урока (поклон).
- Соблюдать правильную постановку корпуса, головы, знать позиции ног и рук классического танца.
- Развить первоначальные навыки координации движений на основе элементарных комбинаций классического и народного танца лицом к станку.
- Выполнять несложные прыжки с приземлением на две ноги.
- Свободно ориентироваться в пространстве.
- Уметь ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки.
- Уметь отличать сильную долю такта, меняя движения в соответствии формой музыкального произведения.
- Точно начинать движения после музыкального вступления.
- Знать понятия «рабочая» и «опорная» нога.
- Знать и уметь исполнять простые танцевальные шаги (бег, галоп, подскок, галоп с поворотом на 180, шаг польки и т.д.).
- Уметь при помощи элементарных танцевальных движений перестраиваться: из колонны в шеренгу из одного круга в два и наоборот. Знать понятия «внутреннего» и «внешнего».
- Уметь исполнять одинарную «хлопушку».
- Уметь исполнять простые трюковые элементы.
- Иметь навыки актерской выразительности.

Учебный план

1 год обучения

№ п/п	Разделы	Общее количество часов	Теория	Практика
	I период аудиторные занятия			

1.	Вводное занятие	1		1
2.	Беседы о танце	1	1	
3.	Ритмопластика	20		20
4.	Партерная гимнастика	10		10
5.	Гимнастика	16		16
6.	Танцевальные движения	20		20
7.	Игровая форма	30	2	28
8.	Танцевальный репертуар	8		8
9.	Итоговые занятия (промежуточная аттестация)	2		2
	Итого:	108	3	105
II период (внеаудиторные занятия)				
	Летний период	12	-	12
	Итого за календарный год:	120	3	117

Учебный план

2 год обучения

№ п/п	Разделы	Общее количество часов	Теория	Практика
I период аудиторные занятия.				
1.	Вводное занятие	1	1	
2.	Концертная деятельность	3		3

3.	Беседы о танце	1	1	
4.	Ритмопластика	25		25
5.	Партерная гимнастика	20		20
6.	Гимнастика	30		30
7.	Танцевальные движения	40		40
8.	Игровая форма	10	2	8
9.	Танцевальный репертуар	10		10
10.	Итоговые занятия (промежуточная аттестация)	4		4
	Итого:	144	4	140
II период(внеаудиторные занятия)				
	Летний период	24	-	24
	Итого за календарный год	168	4	164

Учебный план

3 год обучения

№ п/п	Разделы	Общее количество часов	Теория	Практика
I период аудиторные занятия				
1.	Вводное занятие	1		1
2.	Беседы о танце	2	2	

3.	Концертная деятельность	10		10
4.	Ритмопластика	44		44
5.	Элементы классического танца.	50	2	48
6.	Элементы народного танца.	50	2	48
7.	Гимнастика	35		35
8.	Танцевальный репертуар (постановочная работа).	20		20
9.	Итоговые занятия. Итоговая аттестация.	4		4
	Итого:	216	6	210

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения.

1.ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ.

Целевая направленность: знакомство с учащимися, определение работы в коллективе, решение организационных вопросов, определение музыкальных и танцевальных данных учащихся, знакомство с техникой безопасности на занятиях.

Форма работы: групповая.

В занятие входит рассказ педагога о программе обучения, знакомство с родителями, требования к танцевальной форме, обуви, культуре поведения в коллективе и в танцевальном классе. Беседа о технике безопасности и правилах поведения во Дворце творчества. Формирование групп по возрасту, расписание занятий.

Знакомство с предметом в игровой форме.

2.БЕСЕДЫ О ТАНЦЕ.

1. Танец – разговор без слов.

Познакомить детей с историей зарождения танца. Дать понятие лексика (язык танца). В игровой форме дать понятие импровизации, ассоциации.

2. РИТМОПЛАСТИКА.

- Знакомство с элементами музыкальной грамотности.
- Движения вокруг ног: ходьба, бег, прыжки, боковой галоп и т.д.
- Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно).
- Музыкально-пространственные упражнения.
- Фигурная маршировка с перестроением.

Содержание данного блока предполагает: развитие музыкального чувства ритма в передаче танцевальных движений, образов, развитие «мышечного чувства» и формирование художественно-творческих способностей детей. Научить четкой ориентации в пространстве (в танцевальном зале).

Воспроизведение хлопками, притопами, выстукиванием различных ритмических рисунков. Овладение простейшими навыками координации. Дать понятие сценический шаг, бег. Научить определять музыкальный темп,

размер: 2/4, 3/4. Определение контрастной музыки: быстро-медленно, весело-грустно. Научить, с помощью танцевальных движений, перестраиваться: из колонны в шеренгу, из одного круга в два и наоборот. Дать понятие «внешнего и внутреннего».

4.ПАРТЕРНАЯ ГИМНАСТИКА.

Партерный экзерсис или упражнения на полу развивает практически все группы мышц, позволяет с наименьшими затратами достичь сразу трех целей:

- улучшить эластичность связок и мышц,
- повысить гибкость суставов,
- нарастить силу мышц.

Упражнения партерной гимнастики способствуют исправлению некоторых недостатков в осанке, помогают развить выворотность ног, гибкость, эластичность стоп.

Комплекс упражнений партерной гимнастики содействует развитию мышечной силы (формирует «мышечный корсет»), выносливость, подвижность в суставах и других двигательных способностей, то есть решает задачи общей физической подготовленности занимающихся. Все эти задачи находятся в прямой зависимости от постановки дыхательной системы у конкретного учащегося, от его умений, навыков использования правил дыхания. В свою очередь, выработка правильного дыхания зависит от осанки, психологических качеств личности, развития мышечно-связочного аппарата и др.

1) Упражнения исходное положение - сидя на полу:

- Сокращение и натяжение стоп.
- Круговые вращения стоп.
- Подъёмы ног (вместе и поочередно)
- «Ножницы»
- «Складочка»
- «Бабочка»
- «Самолётик»
- « Уголок»
- «Паровозик»
- Растяжки с перегибом корпуса.
- Упражнения на растяжение мышц спины, шеи.
- Перекаты на спину, обхватив руками прижатые к груди ноги.

2) Упражнения исходное положение - лёжа на животе:

- «Лодочка»

- «Кольцо»
- «Качели»
- Подъёмы спины, гибкость корпуса.
- «Лягушка»
- «Плывем по морю»

3) Упражнения исходное положение - лежа на спине:

- Маховые движения ног.
- Натяжение и расслабление стоп.
- «Лягушка»
- Подъёмы корпуса.

4) Упражнения исходное положение - стоя на коленях с опорой на руки:

- Маховые движения ног.
- «Кошечка»
- Упражнения на развитие гибкости корпуса.

5. ГИМНАСТИКА.

- Поперечный шпагат.
- Подготовка к мостику.

6.ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ДВИЖЕНИЯ.

Набор танцевальных элементов:

- Марш. Бег. Подскоки.
- Комбинирование подскоков и прыжков.
- Комбинирование подскоков и хлопков.
- «Пружинка»
- Притопы и хлопки.
- Прыжки трамплинные и поджатые.
- Галоп.

Упражнения и этюды на развитие ориентации в пространстве.

Положения в паре:

- Построение из круга в колонну и наоборот.
- Движения по кругу.
- Танцы на развитие художественно-творческих способностей.
- Движения в паре по кругу, по диагонали.

- Положение в паре «Лодочка», «Корзиночка», под руку, «Стрелочка» и др.
- Присядки: «Мячик» по VI и I позиции. Исполняется на месте, в повороте, в продвижении по диагонали.
- Элементы народного танца: каблучки, хлопушка и др.
- Определение понятия «Первый-второй».

7. ИГРОВАЯ ФОРМА.

- «Ручеёк»
- На внимание.
- «Найди своё место».
- «Право-лево».
- «Море волнуется...».
- «День и ночь».
- «Сосулька».
- «Прогулка в зоопарк» и др.

8. ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ РЕПЕРТУАР.

Примерный танцевальный репертуар 1 года обучения:

1. «Ку-ка-ре-ку»
2. «Малыши-карандаши»
3. «Дружба»
4. Полька «Детство».
5. «Смени пару».

9. Итоговые занятия.

Итоговые занятия проходят 2 раза в год – в декабре и мае. Проводятся в виде диагностики развития музыкальных и двигательных способностей по всем видам деятельности, усвоенные за полугодия: например, гимнастический комплекс, элементы русского народного танца, ритмические рисунки и т. д.

2 год обучения.

1.ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ.

Целевая направленность: встреча с учащимися, определение работы в коллективе, решение организационных вопросов, знакомство с техникой безопасности на занятиях.

Форма работы: групповая.

В занятие входит рассказ педагога о программе обучения, знакомство с расписанием занятий, требования к танцевальной форме, обуви, культуре поведения в коллективе и в танцевальном классе. Беседа о технике безопасности и правилах поведения во Дворце творчества. Формирование групп, планы на учебный год.

2.БЕСЕДЫ О ТАНЦЕ.

Темы:

1. Музыкальные жанры: песня, танец, марш.

Различие танцев по характеру, темпу, размеру: вальс, полонез, полька. Беседа о жанре, характере и музыкально-выразительных средствах помогает развивать логическое мышление ребенка и поднимает уровень его общего культурного развития.

3. КОНЦЕРТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ.

- **Новогодние выступления.**
- **Отчетный концерт по итогам года.**
- **Участие в концертной деятельности коллектива в период учебного года.**
- **Участие в фестивалях и конкурсах.**

4. РИТМО-ПЛАСТИКА.

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и новые музыкальные произведения, двигаться под музыку, узнавать, что это за произведения и кто их написал;

- обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру музыкальными сочинениями;

- развитие умения выражать в движении характер музыки и ее настроение, передавая как контрасты, так и оттенки настроений в звучании;

- развитие умения передавать основными средствами музыкальной

выразительности: темп – разнообразный, а также ускорения и замедления; динамику (усиление и уменьшение звучания, разнообразие динамических оттенков); регистр (высокий, средний, низкий); метроритм (разнообразный, в том числе и синкопы);

- развитие способности различать жанр произведения - плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец); песня (песня-марш, песня-танец и др.), марш, разный по характеру, и выражать это в соответствующих движениях.

5.ПАРТЕРНАЯ ГИМНАСТИКА.

Партерный экзерсис или упражнения на полу развивает практически все группы мышц, позволяет с наименьшими затратами достичь сразу трех целей:

- улучшить эластичность связок и мышц,
- повысить гибкость суставов,
- нарастить силу мышц.

• Упражнения на осанку

Основные понятия и принципы исполнения движений. Понятие о линиях корпуса. Применение навыков расслабления в танце.

1. Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого пояса: наклоны головы сжатие и расслабление пальцев рук, вращение кистей, локтей и плеч.
2. Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц брюшного пресса: наклоны в стороны и вперед, потягивания в стороны и вверх, круговые вращения корпуса.
3. Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц спины: сжатие и растяжение мышц грудного отдела, растягивание и скручивание мышц поясничного отдела позвоночника.

Упражнения по всем уровням выполняются по заданию педагога. Усложненные варианты и комбинации складываются из простых изученных элементов путем комбинации их между собой.

• Упражнения на пластику

Работа по классическому экзерсису на полу (система движений «партер» на полу). Эта система помогает сделать тело подвижным, послушным, прекрасным. Здесь пол служит как бы инструментом, помогающим выпрямлять, вытягивать, разворачивать, развивать в нужном направлении костно-мышечный скелет ребенка, исправлять физические недостатки. На занятиях дети пользуются специальными гимнастическими ковриками. Для обучения сознательному управлению своими мышцами применяются

упражнения на напряжение и расслабление мышц тела. Эти упражнения также способствуют растягиванию ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок, укрепляют все группы мышц ног, приучают к ощущению вытянутости ноги, в том числе пальцев ног и всей стопы.

Упражнения по всем уровням выполняются по заданию педагога. Усложнённые варианты и комбинации складываются из простых изученных элементов путем комбинации их между собой.

- **Упражнения на растяжку**

1. Основные принципы дыхания. Выделение различных групп мышц. Понятие о линиях корпуса. Применение навыков расслабления в танце. Понятие о мышечном тоне. Разнонаправленное растяжение.
2. Основы гимнастики на полу, игровой стретчинг. Развитие навыков растяжения и расслабления. Освоение системы упражнений, направленной на развитие подвижности суставных сочленений: вращения в суставах (стопа, колено, бедро); укрепление и развитие мышц ног: работа стопы (пятка, носок, плоская стопа), различные виды приседаний, прыжки.

Упражнения по всем уровням выполняются по заданию педагога. Усложнённые варианты и комбинации складываются из простых изученных элементов путем комбинации их между собой.

6. ГИМНАСТИКА.

- Поперечный шпагат.
- Подготовка к мостику.
- «Мостик»
- «Березка»
- Стойка на руках у стены с помощью педагога.
- Колесо
- Продольный шпагат.

7.ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ДВИЖЕНИЯ.

Набор танцевальных элементов:

- Танцевальные шаги: с носка, с подъёмом ноги, согнутой в колене, на месте и в продвижении, на полупальцах с вытянутыми коленями, со сменой положения рук.
- Лёгкий бег с пальцев вытянутой стопы, бег с отбрасыванием назад ног, согнутых в коленях, на месте и в продвижении, бег с подниманием вперёд ног, согнутых в коленях, на месте и с продвижением.
- Прыжки: понятие маленьких и больших прыжков; по разным длительностям.

- Подскоки: на месте; с продвижением.
- Шаг польки.

Упражнения по всем уровням выполняются по заданию педагога. Усложнённые варианты и комбинации складываются из простых изученных элементов путем комбинации их между собой.

Упражнения и этюды на развитие ориентации в пространстве. Положения в паре:

- Построение из круга в колонну и наоборот.
- Движения по диагонали.
- До-за-до.
- Танцы на развитие художественно-творческих способностей.
- Движения в паре по кругу, по диагонали.
- Присядки: «Мячик» по VI и I позиции. Исполняется на месте, в повороте, в продвижении по диагонали.
- Элементы народного танца: каблучки, хлопушка и др.
- Определение понятия «Первый-второй».

8. ИГРОВАЯ ФОРМА.

- «Ручеёк»
- На внимание.
- «Право-лево».
- «Море волнуется...».
- «День и ночь».
- «Сосулька».

9. ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ РЕПЕРТУАР.

Примерный танцевальный репертуар 2 года обучения:

1. «Ку-ка-ре-ку».
2. «Дружба».
3. Полька «Детство».
4. «Смени пару».
5. «Малыши-карандаши».

10. Итоговые занятия.

Итоговые занятия проходят 2 раза в год – в декабре и мае. Проводятся в виде диагностики развития музыкальных и двигательных способностей по всем видам деятельности, усвоенные за полугодия: например, гимнастический комплекс, элементы русского народного танца, ритмические рисунки и т. д.

Содержание

3 год обучения

1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

Целевая направленность: встреча с воспитанниками, определение работы в коллективе решение организационных вопросов, знакомство с техникой безопасности на занятиях.

Форма работы: групповая.

В занятие входит рассказ педагога о программе обучения, знакомство с расписанием занятий, требования к танцевальной форме, обуви, культуре поведения в коллективе и в танцевальном классе. Беседа о технике безопасности и правилах поведения во Дворце творчества. Формирование групп, планы на учебный год.

2. БЕСЕДЫ О ТАНЦЕ

ТЕМЫ:

1. История зарождения танца
2. Скоморошество на Руси.

На третий год обучения дети знакомиться с историей зарождения танцевального искусства, с мифами, легендами народов о танце.

Занятие проходит в форме беседы, рассказа используя народные игры и обряды.

3. КОНЦЕРТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

- Новогодние выступления
- Отчетный концерт по итогам года
- Участие в концертной деятельности коллектива в период учебного года
- Участие в фестивалях и конкурсах

4. РИТМОПЛАСТИКА

- Знакомство с элементами музыкальной грамотности.
- Движения вокруг ног:
- Ходьба, бег, прыжки, шаг польки, боковой галоп.
- Мелодия и движения. Темп (быстро, медленно, умеренно).
- Музыкально- пространственные упражнения.

- Фигурная маршировка с перестроением. Партерная гимнастика.

Содержание данного блока предполагает: закрепление музыкального чувства ритма в передаче танцевальных движений, образов.

Обучение четкой ориентации в пространстве. Развитие «мышечных чувства» и формирование художественно-творческих способностей детей. Воспроизведение хлопками, притопами, выстукиванием различных ритмических рисунков.

Овладение навыками координации. Понятие сценический шаг, бег.

Определение музыкального темпа. Определение музыкального размера 2/4; 3/4.

Определение контрастной музыки: быстро-медленно, весело-грустно.

Обучение при помощи элементарных танцевальных движений перестраиваться: из колонны в шеренгу, из одного круга в два и наоборот. Дать понятие «внешнего и внутреннего». Формировать правильную осанку, развить гибкость.

5. ЭЛЕМЕНТЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА.

Упражнения у станка (лицом к станку):

- постановка корпуса в выворотной позиции лицом к станку.
- позиции ног (1,2,3,5,6.), рук (1,2,3.)
- Demi plie
- Battement tendu
- Battement tendu с demi plie по I и V позициям
- Battement tendu pour le pied
- Passe par terre
- Battement tendu jete
- Pique
- Releve
- Passe
- Rond de jambe par terre.
- Grand plie
- Battement releve lent на 90 в сторону и назад.
- перегибы корпуса.
- Allegro (temps live sauté, поджатые)
- Grand battment jete.

Упражнения на середине:

- Allegro: temps live sauté, changement de pied, pas e charpe, поджатые
- Первая форма port de bras

Подготовка к верчениям:

- Верчения по диагонали (подскок в повороте, галоп в повороте, шене)
- Верчения на месте.

Основная задача постановка корпуса, ног, рук и головы, на простейших упражнениях классического тренажа. Дать понятие опорной и работающей ноги, центра тяжести.

Дать понятие подготовительное положение. Усвоить основные позиции рук и ног. Развитие выворотности ног, гибкости и выразительности корпуса, необходимых в классическом танце.

Воспитывать трудолюбие, дисциплинированность, настойчивость в достижении цели.

5. ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНОГО ТАНЦА

Упражнения лицом к станку:

- Battement tendu с « сокращением» и « натяжением» стопы из I позиции
- Маленькие броски работающей ногой
- Маленькие броски работающей ногой с pour le pied
- Подготовка к веревочке
- «Молоточки» по VI позиции
- Припадание

Упражнения на середине зала:

- « Каблучки»
- Бег с « молоточками» (по диагонали, по кругу, в парах)
- Полуприсядка
- Присядки (“мячик” по 6 и 1 позиции) на месте, в продвижении и в повороте.
- Гармошечка”
- “Ковырялочка”
- Припадание
- Хлопушки одинарные.

Трюковые движения:

- «Колесо»
- «Подсечка»
- «Собачка»
- «Лягушка»
- «Экскаватор»
- Ползунок
- Бегунок

Основная задача постановка корпуса, ног, рук и головы, на простейших упражнениях народного тренажа. Дать понятие опорной и работающей ноги, центра тяжести.

Дать понятие подготовительное положение. Усвоить основные положения рук и позиции ног в народном танце.

Воспитывать трудолюбие, дисциплинированность, настойчивость в достижении цели.

6. ГИМНАСТИКА.

- Поперечный шпагат.
- Подготовка к мостику.
- «Мостик»
- «Березка»
- Стойка на руках у стены с помощью педагога.
- Колесо
- Продольный шпагат.

7. ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ РЕПЕРТУАР

Примерный танцевальный репертуар на 3-ий год обучения:

- Силачи
- На горке
- Вот и ладошки
- Озорные частушки
- Малыши-карандаши
- Дружбарики
- На полянке
- День рождения

8. Итоговые занятия.

Итоговая аттестация.

Итоговые занятия проходят 2 раза в год – в декабре и мае. Проводятся в виде диагностики развития музыкальных и двигательных способностей по всем видам деятельности, усвоенные за полугодия: например, гимнастический комплекс, элементы русского народного танца, ритмические рисунки и т. д.

**Структура построения всех занятий 3 года обучения
имеют следующую схему:**

1. Построение в классе вдоль станка.
2. Поклон (приветствие) педагогу.
3. Разминка на середине: (марш по кругу, бег, подскоки, галоп.)
- перегибы корпуса.
4. Лицом к станку разогрев мышц :
-Releve по 6 поз., Temps leve sauté, поджатые.
5. Лицом на середину зала марш на месте, подскоки на месте, и д.т.
6. Лицом к станку: основные движения классического танца.
7. Лицом на середину зала. Танцевальные элементы на середине, по диагонали и т.д.
8. Комплекс физических упражнений (отжимание и т.д.)
9. Лицом к станку. Растяжка.
10. Комплекс прыжковых упражнений («Лягушка-разножка» и т.д.)
Растяжка на полу. Элементы гимнастики.
11. На середине зала:
-Постановка рук, головы.
-Движения народного танца.
12. Подготовка к верчению.
13. Трюковые элементы.
14. Работа над танцевальным репертуаром.
15. Поклон.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

На первом году обучения с детьми 5 лет проводится работа по закладке всех вышеупомянутых умений и навыков. Основной формой обучения является **ИГРА**, причем, игра музыкальная.

Работу над физическим развитием детей необходимо начинать как можно раньше. В связи с этим в программу первого года обучения введены упражнения, активно развивающие физические данные детей. Это разминка, подготавливающая мышцы ребёнка к нагрузкам, и комплекс партерной гимнастики. Микро- и макрокоординацию помогают развивать отдельные танцевальные движения и танцевальные композиции.

Схема занятия первого года обучения:

1. Поклон-приветствие.
2. Разминка (на месте и в продвижении).
3. Партерная гимнастика.
4. Танцевальные движения.
5. Музыкальные игры.
6. Элементы гимнастики и растяжки.
7. Подведение итога занятия (оценка педагогом действий ребенка).
8. Поклон прощание.

На втором году обучения работа с детьми 6-7 лет немного изменяется. На этом этапе лишь небольшая часть занятия отводится музыкальным играм, остальное время - на гимнастические упражнения и разучиванию танцевальных движений. Продолжается работа по развитию музыкально-ритмических навыков, развитию осанки, укреплению общефизического состояния детей. Одновременно с основными занятиями прививается любовь к искусству танца: вместе с воспитанниками и их родителями посещаются концерты детских танцевальных коллективов города и своего театра.

Схема построения занятия второго года обучения остается такой же, меняется лишь время, отводимое на каждый раздел.

Схема построения занятий третьего года обучения постепенно начинает приближаться к классической структуре занятий хореографии.

Основные методы обучения:

1. Наглядный:

- показ педагога движений под счет и под музыку;
- показ правильного исполнения или ошибок на конкретном ребенке;
- просмотр видеоматериала о хореографическом искусстве,

- обучение на основе видеоматериала народной, классической и современной хореографии.

2.Словесный:

- Обращение к сознанию ребенка, добиваясь не автоматического, а осмысленного выполнения и исполнения танцевальных движений и комбинаций.
- Рассказ.
- Беседа
- Лекция

3.Игровые методы.

4.Метод авансирования успеха.

5.Метод презентации.

ОСНОВНЫЕ ПРИЁМЫ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ:

1. Речевое общение с детьми. Правильная ориентация движений на площадке. Говорить: « К стене, к двери, к окну, в центр», а не «направо, налево» и т.д.
2. Речь, опережающая событие: «Кружимся», « Обходим друг друга», «Звездочка» и т.д.
3. Речь, подтверждающая действие: «Мыли гуси лапки», «Развернули конфетку», и т.д.
4. Синхронное и зеркальное восприятие. Педагог четко танцует с детьми, находясь лицом к ним, то есть общается зеркально.
5. Перевод из одного пространства в другое. Приучать детей ориентироваться на различных площадках. Ощущать групповое и индивидуальное пространство при исполнении танца, движения, позы.
6. Подходить к изучению движений последовательно, от простого к сложному, чередуя медленные темпы с быстрыми.
7. Проводить чаще показы: открытые уроки, выступления. Дети при гостях и зрителях, родителях больше стараются красиво выглядеть, быстрее ощущают чувство позы, у них развиваются актерские данные, активизируется внимание.
8. Обращение на индивидуальную культуру исполнения. Замечать способности каждого ребенка.
9. Использовать образные названия движений. Пользуясь различными образно-игровыми приемами, заниматься партерной гимнастикой.
10. Использовать формы компромиссного решения (Дети, становясь в круг, часто дергают друг друга за руки, нарушая форму. Встать рядом-

пожать руку – передать энергетику. Смена ролей «Я – ученик, ты – учитель», «Ты – член жюри» и т.д).

11. Развивать и сохранять коллективные традиции (дни именинников, совместные обсуждения концертов, конкурсов и т.д.)

На занятиях дети знакомятся с элементами музыкальной грамоты, изучают в движении средства музыкальной выразительности (темп, ритм, способы исполнения). Ритмичные упражнения развивают у детей координацию движений, быстроту реакции, ориентировку в пространстве, исправляют природные недостатки (сутулость, развернутость стоп и т.д.).

В ходе занятий особое внимание уделяется технике: прямая спина, ходьба с правильным положением корпуса, легкость в беге, гибкость корпуса.

Важнейшее значение для музыкально-ритмического воспитания имеет правильный подбор музыкальных произведений. Весь музыкальный материал строится на высокохудожественных образах русской и зарубежной классической и народной музыки, детского музыкального материала (песни, считалочки, заклички), что, несомненно, способствует развитию и воспитанию музыкального вкуса у детей. На занятиях дети осваивают музыкальную природу искусства, приучаются к сотворчеству. У них развиваются ассоциативная память, внимание, творческие способности, а также инициатива и воображение, фантазия, умение передать характер музыки и содержание образа движением.

Во время занятий партерной гимнастикой основными способами дозировки физической нагрузки являются:

- длительность выполнения упражнений,
- подбор самих упражнений,
- количество повторений и выбор исходных положений.

Количество повторений каждого упражнения дает возможность не только увеличивать последующую нагрузку, но и индивидуально, в соответствии с физическими возможностями занимающегося ребёнка, распределять усилия.

На занятиях ритмики начинается освоение многих элементов и движений, которые составляют основу классического, народного танца и гимнастики. Эти дисциплины являются основными в содержании обучения на основном этапе, в основном составе театра танца. Кроме того ведется психологическая и физическая подготовка детей к дальнейшей работе в детском хореографическом коллективе.

В работе используются следующие педагогические технологии:

- лично-ориентированная,
- частично-поисковая,
- работа с одаренными детьми.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Барышникова Г. Азбука хореографии.-С.ПБ.,2010г.
2. Белкина С.И. и др. Музыка и движение (Упражнения, игры и пляски для детей 3-4лет, 5-6лет). Из опыта работы музыкальных руководителей детских садов.- М.: Просвещение,2015г.
3. Васильева Т.И. Балетная осанка: Методическое пособие. - М.: Высшая школа изящных искусств.Лтд.,2012г.
4. Г.Смирнова, Н.И.Бочкарева «Уроки хореографии в Образовательных учреждениях» Кемерово 2012г.
5. А.Климов « Партерная гимнастика» Москва «Искусство» 2010г.
6. В.М.Захаров «Коррекционная гимнастика» Москва, Советская Россия 2014г.
7. Н.Н.Серебренников «Занятия ритмикой в дошкольном учреждении» С.-Петербург, «Искусство» 2013г.
8. <http://www.voutube.com/>
9. <http://choreoqraf.com>
10. <http://dopedu.ru> сайт для педагогов дополнительного образования