

Принято:
Педагогическим советом:
МБДОУ № 62 «Улыбка»
Протокол № 1 от 30.08.2022г.

Согласовано:
советом родителей:
МБДОУ № 62 «Улыбка»
Протокол № 4 от 29.08.2022г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ №62 «Улыбка»
(Е.И.Иванова)
Приказ № 62/30-од от 31.08.2022 г.



Программа кружка по хореографии
для детей дошкольного возраста
«Звездочки»

Срок реализации – 2 года
Возраст детей от 5 до 7 лет

Автор:
педагог - организатор

Чегодаева Елена Андреевна
МБДОУ № 62 «Улыбка»

г. Железногорск
2022 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Хореография, как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества.

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта.

Используемые в хореографии, ритмике движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Музыкально-ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональностью, возможностью активно выразить свое отношение к музыке в движении. Учитывая возрастные особенности детей, их запросы и интересы занятия хореографией проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальным играм, импровизации. В музыкальных играх, создавая тот или иной образ, дети слышат в музыке и передают в движении разнообразные чувства.

Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий.

Цель программы: целостное развитие ребёнка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности.

Приоритетные задачи реализации программы:

- воспитание интереса к музыке;
- развитие гибкости, пластичности, мягкости движений;
- воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству;
- координация и укрепление опорно-двигательного аппарата;
- приобщение к совместному движению с педагогом;
- воспитание у детей интереса к занятиям хореографией путем

создания положительного эмоционального настроения;

- психологическое раскрепощение ребенка;
- воспитание умения работать в паре, коллективе;
- понимать и исполнять ритмические движения, названия которых даются педагогом на французском языке.

Успешное решение поставленных задач на занятиях хореографией дошкольниками возможно только при использовании педагогических принципов и методов обучения.

- индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
- систематичности (непрерывность и регулярность занятий);

- наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);
- повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

Игровой метод. Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является игра, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста.

Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

Наглядный метод – выразительный показ под счет, с музыкой.

Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

Отличительной особенностью программы является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы.

Данная комплексность основывается на следующих принципах:

— развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений, составляющих основу детских танцев);

— формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации ребёнка и способность на определённом этапе изучения танцевальных движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и умение реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений;

— формирование у детей способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца;

— формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

Программа предназначена для обучения детей 5–7 лет и рассчитана на два учебных года.

Занятия проводятся: два раза в неделю. Длительность занятий детей первого года обучения – 20-25 минут, детей второго года обучения – 25-30 минут.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

В программе обучения дается материал по основным трем разделам:

1. Ритмика и музыкальная грамота;
2. Основы классического экзерсиса;
3. Партерная гимнастика.
4. Постановка танцев.

В первый раздел включаются коллективно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие у детей. Выполняются детьми в движении по кругу. На первом году обучения они строятся на шаге и беге в различных темпах. На втором году обучения добавляются марш, полька. Занятие начинается танцевальным маршем в спокойном темпе, далее выполняется бег, подскоки, после чего возвращается в спокойный темп. Это приводит организм в рабочее состояние, налаживает дыхание и кровообращение.

Во втором разделе изучаются элементы классического экзерсиса. Комплекс всевозможных тренировочных упражнений, составляющих основу классического танца, способствующий развитию силы мышц, эластичности связок, воспитанию выворотности, устойчивости и правильной координации движений.

В третьем разделе упражнения на полу. Комплекс упражнений на укрепление мышц тела, развитии гибкости и растяжки. Партерная гимнастика даёт детям первоначальную хореографическую подготовку, развитие природных физических данных, формирует основные двигательные качества и навыки: вытянутого носка, ровного и подтянутого корпуса, дадут первоначальное представление о работе мышц ног, рук, шеи, спины. Партерный экзерсис необходим для исправления некоторых недостатков в осанке, а именно, асимметрии лопаток, увеличение прогиба в поясничном отделе позвоночника.

В четвертом разделе постановка танцев и выступление на территории детского сада, а также площадках города. Участие в очных и дистанционных конкурсах.

Планируемые результаты:

Дети должны знать:

- характер музыки;
- виды темпа;
- средства музыкальной выразительности;
- правила построения в шеренгу, колонну, круг;
- позиции ног и рук;
- правила построения корпуса;
- методику исполнения танцевальных комбинаций

Дети должны уметь:

- точно реагировать на изменения темпа;

- уметь вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой;
- ориентироваться в танцевальном зале;
- правильно исполнять танцевальные шаги, подскоки, повороты;
- выполнять движения в «зеркальном отражении»;
- самостоятельно выполнять любое движение или танцевальную комбинацию.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

	Содержание и вид работы	сроки
	1 год обучения (5-6 лет)	
	Вводное занятие Основные танцевальные правила. Отбор детей для дальнейшего обучения.	сентябрь
	<i>Ритмика и музыкальная грамота</i>	
	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, галоп.	сентябрь - май
	Танцевальный бег (ход на полупальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия.	сентябрь - май
	<i>Основы классического экзерсиса</i>	
	Поклон. Позиции ног	октябрь -май
	Позиции рук	октябрь -май
	Releve на полупальцыс вытянутых ног	октябрь -май
	Plie (приседания) в Позиции	январь - май
	Battementtendu (выведение ноги на носок)	январь - май
	<i>Партнерная гимнастика</i>	
	Растяжка на подъем. Работа стоп.	сентябрь - май
	Растяжка в «складочке».	сентябрь - май
	Растяжка в «бабочке».	сентябрь - май
	Растяжка в «лягушке».	сентябрь - май
	Упражнения на гибкость: «корзинка».	сентябрь - май
	Упражнения на гибкость: «полумост».	сентябрь - май
	Комплекс упражнений для укрепления мышц спины и профилактики сколиоза.	сентябрь - май
	<i>Постановка танцев</i>	
	Постановка	октябрь - май
	Выступление	октябрь, декабрь, февраль, май

	2 год обучения (6-7 лет)	
	Вводное занятие Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса. Отбор детей для дальнейшего обучения.	Сентябрь
	<i>Ритмика и музыкальная грамота</i>	
	Танцевальный шаг, подскоки вперед, галоп.	сентябрь - май
	Танцевальный бег (ход на полупальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия.	сентябрь - май
	Полька.	сентябрь - май
	<i>Основы классического экзерсиса</i>	
	Поклон. Позиции ног – I, II, III	октябрь - май
	Позиции рук – подготовительное положение, I, II, III	октябрь - май
	Releve на полупальцы в I, II позициях с вытянутых ног	октябрь - май
	Plie (приседания) в I позиции	октябрь - май
	Battementendu (выведение ноги на носок)	ноябрь - май
	Grand battement (большиеброски)	ноябрь - май
	Прыжки на I позиции	ноябрь - май
	<i>Партерная гимнастика</i>	
	Постановка корпуса, рук, ног.	сентябрь - май
	Растяжка на подъем. Работа стоп.	сентябрь - май
	Растяжка в «складочке».	сентябрь - май
	Растяжка в «бабочке».	сентябрь - май
	Растяжка в «лягушке».	сентябрь - май
	Упражнения на гибкость: «лодочка».	сентябрь - май
	Упражнения на гибкость: «корзинка».	сентябрь - май
	Упражнения на гибкость: «полумост».	сентябрь - май
	Упражнения на гибкость: «мостик».	октябрь - май
	Изучение гимнастического колеса.	октябрь - май
	Упражнение «березка».	сентябрь - май
	Упражнение «планка».	сентябрь - май
	Упражнение «уголок».	сентябрь - май
	Комплекс упражнений для укрепления мышц спины и профилактики сколиоза.	сентябрь - май
	<i>Постановка танцев</i>	
	Постановка	октябрь - май
	Выступление	октябрь, декабрь, февраль, май