

Муниципальное казенное учреждение дополнительного образования

«Дом творчества»

РЕКОМЕНДОВАНО

Методическим советом:

от «28» 08 2023 г. протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКУ ДО «Дом творчества»

Ю.В. Сазыкина

Приказ № 1 от 28 08 2023 г.



Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
«Калинушка»

Направленность: художественная

Срок освоения: 1 год

Форма обучения: очная

Возраст учащихся: 5 - 7 лет

Уровень освоения программы: ознакомительный

Автор-составитель: Лакосникова А.В.
ПДО МКУ ДО «Дом творчества»

Пояснительная записка

Танец- это эмоциональное выражение с помощью движений тела под музыку. Хореография - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. И взрослый, и ребёнок – каждый любит танцевать. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми.

На занятиях хореографии дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся красиво и правильно двигаться под музыку. В детском объединении воспитывается коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формируется эмоциональная культура общения. Развивается фантазия, которая в свое время побуждает развитие творческих навыков.

Музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности. Педагог должен быть эмоциональным, развитым ритмически, чтобы красиво и правильно показать детям тот или иной приём исполнения танца.

Новизна данной дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы заключается в самореализации личности ребенка, через включение его в различные виды деятельности, с целью формирования представления о мире профессий, связанных с танцевальным миром, хореографическим искусством, в целях получения первичных практических умений, которые в будущем могут оказать большое влияние на предпрофильную подготовку и профессиональное самоопределение личности.

Художественная направленность программы направлена на приобщение детей к миру танца. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника.

Актуальность и востребованность программы заключается в социальном спросе. Каждый родитель знает, насколько важно не только интеллектуальное, но и физическое развитие ребёнка. Ведь именно в детстве происходит бурный рост организма, активно формируется нервная и костно-мышечная система, совершенствуется дыхательный аппарат и закладываются основы хорошего здоровья.

Цель программы: 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.

Задачи:

Образовательные:

- Обучить детей танцевальным движениям.
- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение.
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

Воспитательные:

- Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.
- Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.
- Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми.
- Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

Развивающие:

- Развивать творческие способности детей.
- Развить музыкальный слух и чувство ритма.
- Развить воображение, фантазию.

Оздоровительные:

- Укрепление здоровья детей.

Программа «Калинушка» адресована детям от 5 до 7 лет

Уровень освоения программы: ознакомительный

Условия формирования групп – разновозрастные.

Количество человек в каждой группе - не менее 15 человек.

Срок освоения программы – 1 год.

Объем программы – 144 часов

Режим занятий – 2 академических часа (30 мин) 2 раза в неделю.

Основной формой организации учебного процесса являются традиционные учебные тренировочные занятия. Занятия групповые.

Учебный план

№ п/п	Наименование раздела и тема	Количество часов			Формы отслеживания результатов
		теория	практика	всего	
1	Раздел 1.	2	18	20	Наблюдение
1.1	Вводное занятие		4	4	
1.2	Волшебное знакомство с танцем		4	4	
1.3	Ее Величество Музыка	2	10	12	
2	Раздел 2.	8	32	40	Контрольные упражнения и задания
2.1	Игровой стретчинг	4	16	20	
2.2	Партерный экзерсис (классический)	4	16	20	
3	Раздел 3.	8	22	28	Контрольные упражнения и задания
3.1	Играя, танцуем (ритмопластика)	4	12	16	
3.2	Рисунок танца	2	10	12	
4	Раздел 4.	8	48	56	Контрольные упражнения и задания
4.1	Элементы народного танца	2	10	12	

4.2	Элементы детского эстрадного танца	2	6	8	
4.3	Танцевальное ассорти (репетиционно-постановочная работа)	4	28	32	Концертные мероприятия
4.4	Итоговое занятие		4	4	Открытое занятие
Итого:		24	120	144	

Календарный учебно-тематический план

№	Месяц	Тема занятия.	Объем часов			Форма занятия	Форма контроля
			всего	теория	практика		
1	Сентябрь	Раздел 1. Вводное занятие	4		4	Учебное практическое занятие	
		Раздел 1 Волшебное знакомство с танцем	4		4	Учебное практическое занятие	
		Раздел 1. Ее Величество Музыка	8	2	6	Учебное практическое занятие	
2	Октябрь	Раздел 1. Ее Величество Музыка	4		4	Учебное практическое занятие	
		Раздел 2. Игровой стретчинг	4	2	2	Учебное практическое занятие	
		Раздел 4. Танцевальное ассорти (репетиционно-постановочная работа)	8	2	6	Учебное практическое занятие	Концертные мероприятия
3	Ноябрь	Раздел 2. Игровой стретчинг	8	2	6	Учебное практическое занятие	
		Раздел 4. Танцевальное ассорти (репетиционно-постановочная работа)	8	2	6	Учебное практическое занятие	Концертные мероприятия
4	Декабрь	Раздел 2. Игровой стретчинг	8		8	Учебное практическое	

						ое занятие	
		Раздел 4. Танцевальное ассорти (репетиционно-постановочная работа)	2		2	Учебное практическое занятие	Концертные мероприятия
5	Январь	Раздел 2. Партерный экзерсис (классический)	2	0.5	1.5	Учебное практическое занятие	
		Раздел 3. Играя, танцуем (ритмопластика)	2	0.5	1,5	Учебное практическое занятие	
6	Февраль	Раздел 2. Партерный экзерсис (классический)	2	0.5	1,5	Учебное практическое занятие	
		Раздел 3. Играя, танцуем (ритмопластика)	2	0.5	1.5	Учебное практическое занятие	
7	Март	Раздел 2. Партерный экзерсис (классический)	1		1	Учебное практическое занятие	Контрольные упражнения и задания
		Раздел 3. Рисунок танца	2	0.5	1,5	Учебное практическое занятие	
		Раздел 4. Элементы народного танца	1	0.5	0.5	Учебное практическое занятие	
8	Апрель	Раздел 3. Рисунок танца	1		1	Учебное практическое занятие	Контрольные упражнения и задания
		Раздел 4. Элементы народного танца	1		1	Учебное практическое занятие	
		Раздел 4. Танцевальное ассорти	2		2	Учебное практическое	Концертные

		(репетиционно-постановочная работа)				кое занятие	мероприятия
9	Май	Раздел 4. Элементы народного танца	1		1	Учебное практическое занятие	
		Раздел 4. Элементы детского эстрадного танца	2	0.5	1,5	Учебное практическое занятие	Контрольные упражнения и задания
		Итоговое занятие	1		1		Открытое занятие
			144	24	90		

Содержание программы.

Раздел 1.(20ч)

1.1 Вводное занятие(4 ч)

Вспомнить с детьми правила поведения на занятиях, правила проведения занятия (поклон). Познакомить с требованиями к внешнему виду. Разговор о технике безопасности на занятиях. Провести начальную диагностику на элементарных движениях.

1.2 «Волшебное знакомство с танцем».(4ч)

Задачи:

- Познакомить детей с различными видами танцев: народными, классическими, современными, балльными.
- Рассказать о танцах народов различных стран и познакомить с их характерными особенностями.
- Рассказать о пользе танца для здоровья детей.
- Беседа о любимых танцах.

1.3 «Ее Величество Музыка».(12ч)

Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика, ритмический рисунок, регистр, строение). Такт, размер 2/4, 4/4. Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, шагом, движением, предметом). Творческая задача: поочередное вступление (каноном) на 2/4, 4/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт; выделять сильную долю, слышать слабую долю; игра: «Вопрос – ответ», «Эхо», «Повтори-ка»; прохлопывать заданный ритмический рисунок. Музыкальный жанр: полька, марш, вальс (устно определить жанр; игра: «Марш – полька – вальс. Слушать музыку асаpella, уметь двигаться под нее.

Раздел 2.(40ч)

2.1 «Игровой стретчинг»(20 ч)

Упражнения на полу: постановка корпуса; работа на стопы; растяжка; работа над укреплением брюшного пресса, мышц шеи. Работа над ритмом и координацией (марш, прыжки, хлопки, шаги+хлопки). Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем прогиба назад: «Свечка», «Лодка», «Кошка», «Рыбка». Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса путем наклонов вперед: «Улитка», «Ванька встанька», «Коробочка». Упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Стрекоза», «Тростинка», «Флюгер», «Часики». Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Рак», «Павлин», «Бег», «Паровозик», «Паучок», «Лягушка», «Таракан». Упражнения на укрепление и развитие стоп: «Ходьба», «Лягушонок», «Медвежонок»; тянем носочки вперед в положении сидя, поочередно сгибаем и выпрямляем ноги, упражнение «Утюжок». Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Замочек», «Самолет», «Дощечка», «Пловцы». Упражнения для тренировки равновесия: «Цапля», «Журавель». Растяжки «лягушка» в положении сидя и лежа. Игровая композиция «Просто так».

2.2 «Партерный экзерсис».(20ч)

Экзерсис на середине: постановка корпуса (ноги в свободном положении); понятия рабочая нога и опорная нога; позиции ног (I-я, II-я, III-я, VI при относительной выворотности ног); постановка корпуса в I – II – III позиции; releve на полупальцы; demi - plie в I – II – III-VI позиции; чередование releve и demi – plie; grand-plie в I – II – III-VI позиции; battement tendu во всех направлениях (I-я позиция); cote (легкие прыжки); позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я; перевод рук из позиции в позицию (port de bras – I форма).

Раздел 3 (28ч)

3.1 «Играя, танцуем».(20ч)

«Разноцветная игра», «Красная шапочка», «Любитель-рыболов», «Кошкимышки», «Танцуем, сидя», «Стирка», «Голубая вода», «Буратино». Танцевальные этюды на современном материале.

3.2 «Рисунок танца».(12ч)

Движение по линии танца. Рисунок танца «Круг»: замкнутый круг; раскрытый круг (полукруг); круг в круге; сплетенный круг (корзиночка); лицом в круг, лицом из круга; круг парами, круг противоходом. Научить перестраиваться из одного вида в другой. Рисунок танца «Колонна», «Линия»: перестроения из круга в колонну, в линию, (на задний, передний план); перестроения из нескольких кругов (самостоятельно, выбрав ведущих). Понятие «Диагональ»: перестроение из круга в диагональ; перестроение из маленьких кружков в диагональ (самостоятельно указав ведущих). Рисунок танца «Спираль». Игра «Клубок ниток». Рисунок танца «Змейка»: горизонтальная. Перестроение из «круга» в «змейку» (самостоятельно, выбрав ведущего).

Раздел 4 (56ч)

4.1 «Элементы народного танца».(12ч)

Введение в предмет «Русский танец». Постановка корпуса. Изучение основ русского народного танца: развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка», ковырялочка; работа рук в русском танце; навыки работы с платочком; русский поклон; подскоки; тройные прыжки; бег с вытянутыми носочками; боковой галоп; шаг с вытянутыми носочками (хороводный); хлопки; движение с выставлением ноги на носок; «ковырялочка» вперед и в сторону; пружинка с поворотом; приставные шаги в сторону. Ходы: простой, на полупальцах, боковой, приставной, боковой ход «припадание» по VI позиции, беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад. Подготовка к «дробям»:

притопы, удары полупальцами, удары каблуком. Хлопки и хлопущки для мальчиков: одинарные по бедру и голенищу; каблучные упражнения – вынесение рабочей ноги на каблук во все направления; присядка с выставлением ноги на пятку.

4.2 «Элементы эстрадного танца».(8ч)

Эстрадный танец подвижен и эмоционален. Занятия проходят в творческой атмосфере, где ребёнок учится не только танцевать, но и тренирует актерское мастерство. Такие навыки помогают ему общаться со сверстниками, стать увереннее в себе и раскрыть себя как личность. В дружеской обстановке преподаватель помогает детям правильно выполнять элементы, знакомит их с основой танца. Дети не только весело проводят время и общаются друг с другом, но и получают базу для хорошего здоровья в будущем. Повышается выносливость. Некоторые движения требуют силы и статики. Укрепляются мышцы всего тела. Чтобы танец смотрелся зрелищно, нужна полная отдача. А значит, и сила. Формируется красивая осанка. Мышцы спины тоже задействованы. Они станут подтянутыми и будут держать тело. Сблзана согнуться «буквой зю» уже не будет. А ещё это сильная база для следующих занятий танцами. Когда ребёнок «перерастет» этот стиль, то он с лёгкостью вольётся в новые. Эстрадные танцы развивают чувство ритма и музыки. Растяжка и владение телом помогут делать сложные элементы, фиксации, чередование плавных и быстрых движений.

4.3 «Танцевальное ассорти». Репетиционно-постановочная работа. (32ч)

Задачи: Научить детей двигаться в соответствии с музыкой. Развивать память, актерское мастерство. Готовить к концертной деятельности

4.4 Итоговые занятия. (4ч)

Открытые занятия-концерты для родителей и администрации. Промежуточная и итоговая аттестация.

Планируемые результаты.

Дети знают о назначении отдельных упражнений хореографии. Желают двигаться, танцевать под музыку, передавать в движениях, пластике характер музыки, игровой образ. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок; ставить ногу на носок и на пятку. Умеют выполнять танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, подскоки, кружение по одному и в парах. Знают основные танцевальные позиции рук и ног. Умеют выполнять простейшие двигательные задания творческие игры, специальные задания, используют разнообразные движения в импровизации под музыку. Дети выразительно, свободно, самостоятельно двигаются под музыку. Умеют точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности. Владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определённый «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Выполняют танцевальные движения: поочерёдное выбрасывание ног вперёд в прыжке; приставной шаг с приседанием, с продвижением вперёд, кружение; приседание с выставлением ноги вперёд; шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперёд. Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Выполняют танцевальные движения: шаг с притопом, приставной шаг с приседанием, пружинящий шаг, боковой галоп, переменный шаг; выразительно и ритмично исполняют танцы, движения с предметами (шарами, обручами, цветами). Занимающиеся дети могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально – подвижных игр.

Материально – техническое обеспечение:

- Зал для занятий.
- Зеркала, аудио и видеоаппаратура.

- Музыкальное сопровождение (наличие аудиозаписей, диски, флеш-карты)
- Наличие у детей специальной формы и обуви для занятий

Кадровое обеспечение.

Программа предусмотрена для педагогов дополнительного образования со средним специальным или высшим профильным образованием. Данная программа реализуется педагогом дополнительного образования аттестованной на соответствие занимаемой должности Червяковой Екатерины Владимировны.

Методы обучения:

- 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.

Календарный учебный график

Раздел Месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	итого
Раздел 1	16	4								20
Раздел 2		4	8	8	8	8	4			40
Раздел 3					8	8	8	4		28
Раздел 4		8	8	8			4	12	16	56
									аттестация	
Всего	16	16	16	16	16	16	16	16	16	144

ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК.

Аттестация: цели, виды, форма, содержание. Контроль знаний, умений, навыков учащихся обеспечивает оперативное управление учебным процессом и выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции. Программа предусматривает текущий контроль, промежуточную аттестацию. Текущий контроль успеваемости учащихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет

в виде творческого просмотра по окончании каждого полугодия учебного года. Преподаватель имеет возможность по своему усмотрению проводить промежуточные просмотры по разделам программы (текущий контроль). Промежуточная аттестация проводится в форме открытого занятия. На открытом занятии учащиеся должны продемонстрировать-

знания:

- основ хореографического искусства;
- принципов взаимодействия музыки и танца;

умения и навыки:

- самостоятельно исполнять ритмические упражнения;
- исполнения танцевальных движений, комбинаций и композиций;
- соблюдения требований к безопасности при выполнении танцевальных движений.

Критерии оценки

По результатам текущей, промежуточной аттестации выставляются оценки: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно».

- 5 (отлично) - ставится, если учащийся точно и грамотно выполнил задания;
- 4 (хорошо) – ставится при некоторой неточности в исполнении заданных движений и комбинаций, недочетов в исполнении танцевальных композиций;
- 3 (удовлетворительно) - ставится, если исполнение неряшливо, недостаточно грамотно и маловыразительно.

Список литературы

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. -
2. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967.
3. Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006.
4. Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006.
5. Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005.
6. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линкапресс, 2006.
7. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006.
8. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика
9. для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006.
10. Электронный ресурс
<https://znanio.ru/media/rabochaya-programma-po-horeografii-obrazovatel'naya-oblast-hudozhestvenno-esteticheskoe-razvitie-dlya-detej-ot-4-goda-do-7-let-2533544>
11. Электронный ресурс
https://horeografiya.com/index.php?route=information/article&id=13_159_747