

Принята
педагогическим советом
МБОУ СОШ №49
Протокол №1 от «28» августа 2020г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №49
И.К. Бусыгина
«28» августа 2020г.

Рабочая программа дополнительного образования «Хореография»

Образовательная область
«Художественно-эстетическое развитие»
Срок реализации: 1 год

г. Нижний Тагил
2020 г.

Содержание образовательной программы

Целевой раздел программы

1. Пояснительная записка

Данная учебная программа по хореографии основана с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Актуальность данной программы определяется социальным заказом современного общества на личность, обладающую определенным уровнем художественно-эстетического воспитания, а также потребностью в разработке методических рекомендаций по преподаванию хореографии детям школьного возраста.

Школьный период общепризнан, как основной этап развития внутреннего мира ребенка, его духовности, формирования общечеловеческих ценностей. Этот возраст является временем интенсивного развития и всесторонней любознательности. Изучение детьми хореографии, вводит их в мир волнующих перевоплощений, радостных переживаний, открывает путь эстетического восприятия и освоения жизни в рамках, доступных его возрасту.

Занятия хореографией способны оказать разностороннее комплексное влияние на развитие ребёнка и формирование его как эстетически и духовно развитой личности. Оказывая активное влияние на развитие эмоционально-образной сферы мышления, постоянно побуждая к творчеству, давая примеры нравственного поведения, тренируя волю и тело, хореография может дать детям то, чего не хватает в современном процессе обучения и воспитании детей - попытаться уравновесить, гармонизировать, интеллектуальное развитие ребёнка с физическим, нравственным, духовным и эмоциональным.

В основе этой программы лежит обучение музыкально-ритмическим движениям простыми, но вместе с тем разнообразными способами (имитационные, танцевальные, общеразвивающие и т.д.), использование креативных методик (игропластика) и инновационных направлений (пальчиковая гимнастика, самомассаж).

Данная программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца. Программа предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских балльных и народных танцев и воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

Работа по данной программе формирует у школьников навыки танцевальной техники, а также нравственно-волевые качества личности: настойчивость в достижении результата, выдержку, умение контролировать свои движения, действовать в коллективе. Программа обеспечивает укрепление физического, психического и психологического здоровья детей.

2. Цели и задачи деятельности образовательного процесса

Цель – физическое развитие, развитие эмоциональной сферы, эстетических и нравственных понятий через приобщение детей к искусству хореографии.

Задачи:

1. *Развивающие задачи:*

- укреплять опорно – мышечный аппарат, формировать правильную осанку;
- развивать двигательную и музыкально – ритмическую координацию;
- развивать внимание, слуховую, зрительную, двигательную память;
- развивать эмоциональное восприятие, эмоциональную отзывчивость, фантазию.

2. Обучающие задачи:

- осваивать простейшие танцевальные движения;
- осваивать комбинации, рисунки, перестроения, хореографические композиции на базе прouchенных движений;
- приобретать навык эмоционального и образного исполнения хореографических композиций (танцев).

3. Воспитательные задачи:

- формировать художественный вкус;
- воспитывать понятие эстетики отношений в паре (мальчик - девочка);
- воспитывать трудолюбие, упорство, настойчивость, умение добиваться поставленной цели;
- формировать интерес к хореографическому искусству;
- воспитывать патриотические чувства, знакомить с элементами различных национальных культур.

В основу данной программы положен богатейший опыт великих мастеров танца, теоретиков, педагогов – практиков – А.Я.Ваганова, Т.А.Устиновой, Т.С.Ткаченко и др.

Программа рассчитана на год обучения и рекомендуется для занятий детей с 10 до 15 лет. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Длительность занятий - 45 мин.

Общие задачи хореографического воспитания школьников 10-12 лет

- Развивать восприятие музыки, музыкальную память; способность чувствовать характер и содержание музыкального произведения.
- Обучать постановке корпуса, ног, рук, головы в процессе изучения движений на середине зала.
- Развивать выворотность в ногах.
- Познакомить с основными терминами и понятиями (формирование знаний о графическом рисунке танца, движении по линии, против линии танца, геометрической точности рисунка, роли центра и интервалов).
- Познакомить с элементами партерного комплекса упражнений, танцевальными элементами.
- Формировать пластическую выразительность и танцевальность.
- Научить простейшие танцевальные элементы соединять в танцевальные комбинации, затем в композиции и в танцевальные этюды.
- Познакомить с элементами народно-сценического, основами классического, историко-бытового и бального танцев. Во втором полугодии ввести элементы танца модерн.
- Развивать эмоциональную сферу: эмоционально-образное восприятие, способность выражать эмоции в движениях.

Общие задачи хореографического воспитания школьников 13-15 лет

- Развивать восприятие музыки, музыкальную память; способность чувствовать характер и содержание музыкального произведения.

- Обучать постановке корпуса, ног, рук, головы в процессе изучения движений на середине зала:
 - Изучение позиций рук и ног.
 - Развитие выворотности в ногах.
 - Познакомить с основными терминами и понятиями (формирование знаний о графическом рисунке танца, движении по линии, против линии танца, геометрической точности рисунка, роли центра и интервалов).
 - Познакомить с элементами партерного комплекса упражнений, танцевальными элементами.
 - Разучить некоторые элементы экзерсиса у станка и на середине зала в медленном темпе.
 - Формировать пластическую выразительность и танцевальность.
 - Научить простейшие танцевальные элементы соединять в танцевальные комбинации, затем в композиции и в танцевальные этюды.
 - Познакомить с элементами народно-сценического, основами классического, историко-бытового и бального танцев. Во втором полугодии ввести элементы танца модерн.
 - Ознакомить с элементами парного взаимодействия.
 - Развивать эмоциональную сферу: эмоционально-образное восприятие, способность выражать эмоции в движениях сферу: эмоционально-образное восприятие, способность выражать эмоции в движениях.

3. Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей

Возрастные и индивидуальные особенности детей 10-14 лет

Стремление к самостоятельности. Ребенку важно многое делать самому, он уже меньше нуждается в опеке взрослых. Обратная сторона самостоятельности – заявление о своих правах, потребностях, попытки установить свои правила в своем близком окружении. Ребенок начинает понимать чувства других людей и сопереживать. Начинают формироваться основные этические понятия, которые ребенок воспринимает не через то, что ему говорят взрослые, а исходя из того, как они поступают.

Творческие способности. Развитие воображения входит в очень активную фазу. Ребенок живет в мире сказок, фантазий, мечтаний, где он получает возможность стать главным героем, добиться недостающего признания и т.п. Ребенок чувствует себя недостаточно защищенным перед большим миром. Но безудержность фантазий может породить самые разнообразные страхи.

Интерес к ровесникам. От внутри семейных отношений ребенок переходит к более широким отношениям со сверстниками. Совместные игры становятся сложнее с сюжетно – ролевым наполнением. Все более выраженной становится потребность в признании и уважении со стороны ровесников.

Их познавательный интерес лучше всего утоляется в увлекательном разговоре или занимательной игре.

Возрастные и индивидуальные особенности детей 14-15 лет

Постепенно социализируется, то есть адаптируется к социальной среде. Способен сосредотачиваться не только на деятельности, которая его увлекает, но и на той, которая дается с некоторым волевым усилием. К его игровым интересам, в которые входят уже

игры по правилам, добавляется познавательный интерес. Но произвольность все еще продолжает формироваться, и поэтому ребенку не всегда легко быть усердным и долго заниматься скучным делом. Он еще легко отвлекается от своих намерений, переключаясь на что-то неожиданное, новое, привлекательное. Очень ориентирован на внешнюю оценку. Поскольку ему пока трудно составить мнение о себе самом, он создает свой собственный образ из тех оценок, которые слышит в свой адрес.

4. Объем недельной образовательной нагрузки

Количество занятий – 2;

5. Продолжительность занятия

45 минут

Учебно-тематический план первого года обучения

№ п/п	Название темы	Количество часов
1	Азбука музыкального движения	20
2	Элементы классического экзерсиса	18
3	Элементы народного танца	15
4	Постановочная работа	11
	Итого:	64

Тематическое планирование

Азбука музыкального движения

Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Деятельность учащихся или виды учебной деятельности	Вид контроля учебной деятельности	Планируемые результаты освоения материала
Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево.	3	Изучение нового материала	Показ движений педагогом. Практическая деятельность	Показ учащимися новых движений. Опрос учащихся	Учить детей ориентироваться в пространстве

Пространственные музыкальные упражнения: продвижения в различных рисунках по одному, в паре, перестроения: из колонны в шеренгу и обратно, из одного круга в два и обратно, продвижение по кругу (внутреннему и внешнему), «звездочка»,	4	Изучение нового материала. Повторение пройденного материала.	Беседа, показ педагога. Практическая деятельность.	Показ учащимися новых движений. Опрос учащихся	Вызвать интерес к простукиванию ритмического рисунка посредством игры педагога с детьми.
Музыкально - ритмические упражнения: на практическое усвоение понятий: «Темп», «Ритм», «Музыкальная фраза», «Акцент», «Динамика».	2	Изучение нового материала. Повторение пройденного материала.	Показ движений педагогом. Практическая деятельность	Показ учащимися движений.	Вызвать интерес к простукиванию ритмического рисунка посредством игры педагога с детьми.
Танцевальные шаги: с носка, на полупальцах с вытянутыми коленями, со сменой положения рук.	2	Изучение нового материала. Повторение пройденного материала.	Беседа, показ педагога. Практическая деятельность.	Показ учащимися новых движений. Опрос учащихся	Изучить правильное исполнение техники танцевального шага, отрабатывать выворотное положение ноги.
Легкий бег с пальцев вытянутой стопы, бег с отбрасыванием назад ног, согнутых в коленях, на месте и в продвижении.	2	Изучение нового материала.	Показ движений педагогом. Практическая деятельность	Показ учащимися движений.	Изучить виды бега. Отработать технику бега в такт музыке
Прыжки: понятие маленьких и больших прыжков; по разным длительностям	2	Изучение нового материала	Беседа, показ педагога. Практическая деятельность.	Показ учащимися движений.	Выработать легкость прыжка, мягкость возвращения в позицию
Подскоки: на месте; с продвижением.	2	Изучение нового материала	Показ движений педагогом. Практическая деятельность	Показ учащимися движений.	Развить у детей прыгучесть, учить прыгать легко, мягко приземляться
Постановочная работа.	4	Изучение нового материала.	Самостоятельная деятельность	Показ учащимися танцевальных комбинаций	Разучивание вариации, совершенствование исполнения движений.
Упражнения для рук и кистей: являются частью разминки, а также включаются в танцевальные	3	Изучение нового материала.	Беседа, показ педагога. Практическая деятельность.	Показ учащимися движений.	Усвоение нового материала. Учить

комбинации и этюды.					правильному положению рук.
---------------------	--	--	--	--	----------------------------

Элементы классического экзерсиса

Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Деятельность учащихся или виды учебной деятельности	Вид контроля учебной деятельности	Планируемые результаты освоения материала
Постановка корпуса.	5	Изучение нового материала	Беседа, показ педагога.	Показ учащимися новых движений. Опрос учащихся	Учить правильно закреплять мышцы (ног, таза, спины).
Постановочная работа.	2	Повторение пройденного материала.	Практическая деятельность. Самостоятельная деятельность	Показ учащимися новых движений.	Разучивание вариации, совершенствование исполнения движений.
Постановка рук-подготовительная, 1, 2, 3 позиции.	2	Изучение нового материала	Беседа, показ педагога.	Показ учащимися новых движений.	Учить правильному положению рук, умению открывать правильно руки.
Постановочная работа.	1	Изучение нового материала	Показ движений педагогом. Практическая деятельность	Показ учащимися танцевальных комбинаций	Разучивание вариации, совершенствование исполнения движений.
Позиции ног – 1. 2. 3.	4	Изучение нового материала	Беседа, показ педагога.	Показ учащимися новых движений.	Закреплять мышцы ног в выворотном положении
Plie- складывание, сгибание, приседание. М/р 3/4 или 4/4, темп- andante	3	Изучение нового материала	Беседа, показ педагога.	Показ учащимися новых движений. Опрос учащихся	Вырабатывать выворотность тазобедренного сустава, эластичность и силу ног.
Battment tendu simple. М/р 2/4, темп- moderato включаются в танцевальные комбинации и этюды.	4	Изучение нового материала	Показ движений педагогом. Практическая деятельность	Показ учащимися движений.	Развивает силу и эластичность ног.

Элементы народного танца

Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Деятельность учащихся или виды учебной деятельности	Вид контроля учебной деятельности	Планируемые результаты освоения материала
Русский танец. Позиция рук - 1, 2, 3 на талии.	2	Изучение нового материала	Показ видеоматериала. Показ движений педагогом.	Показ учащимися новых движений.	Учить правильному положению рук, умению открывать правильно руки.
Шаги танцевальные с носка: простой шаг вперед, переменный шаг вперед.	3	Изучение нового материала.	Беседа, показ педагога. Практическая деятельность.	Показ учащимися движений.	Изучить правильное исполнение техники танцевального шага.
Постановочная работа.	2	Изучение нового материала	Практическая деятельность. Самостоятельная деятельность	Показ учащимися танцевальных комбинаций	Разучивание вариации, совершенствование исполнения движений.
Притоп - удар всей стопой, шаг с притопом в сторону, тройной притоп.	3	Изучение нового материала	Показ движений педагогом. Практическая деятельность	Показ учащимися движений.	Закреплять силу ног, устойчивое положение корпуса.
Постановочная работа.	1	Изучение нового материала	Беседа, показ педагога.	Показ учащимися танцевальных комбинаций	Разучивание вариации, совершенствование исполнения движений.
Припадание на месте: исходная свободная третья позиция; упасть на другую ногу в полуприседение, затем опять подняться на полупальцы.	2	Изучение нового материала. Повторение пройденного материала.	Показ видеоматериала. Показ движений педагогом.	Показ учащимися новых движений. Опрос учащихся	Изучить правильное исполнение техники танцевального шага.
Постановочная работа.	1	Изучение нового материала.	Показ движений педагогом. Практическая деятельность	Показ учащимися танцевальных комбинаций.	Разучивание вариации, совершенствование исполнения движений.
Выведение ноги на каблук из свободной первой позиции, затем приведение её в исходную позицию.	3	Изучение нового материала.	Беседа, показ педагога. Практическая деятельность.	Показ учащимися движений.	Закреплять точное возвращение ноги в позицию
Ковырялочка-поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении и ребром каблука в открытом	2	Изучение нового материала	Практическая деятельность. Самостоятельная деятельность	Показ учащимися танцевальных комбинаций	Развивает танцевальную координацию

Формы обучения, используемые в образовательной деятельности

По составу участников:

- фронтальные;
- групповые;
- индивидуальные.

По способу организации учебно-воспитательной деятельности:

- учебное занятие;
- репетиционная деятельность;
- концертная деятельность.

Структура занятия состоит из трех частей:

1часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности - 1/3 часть общего времени занятия.

2часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. По длительности - 2/3 общего времени занятия.

3часть включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности - 2-3 минуты.

Первые несколько занятий посвящаются знакомству педагога с детьми; проведению экспресс - диагностики с целью выявления уровня развития детей, их способностей и возможностей. Для этого подбирается несколько специальных упражнений.

Планируемые результаты освоения детьми образовательной программы:

1. Уметь двигать в соответствии с характером музыки.
2. Согласовывать движения с эмоциональным содержанием музыки.
3. Уметь реагировать на начало и окончание музыки.
4. Переходить от одного движения к другому.
5. Самостоятельно ориентироваться в пространстве.
6. Передавать хлопками динамический и ритмический рисунок музыки.
7. Уметь изменять движения с изменением характера музыки.
8. Уметь создавать музыкально – двигательный образ.
9. Исполнять плясовые движения, действовать с воображаемыми предметами.
10. Выполнять движения с предметами.
11. Уметь выполнять пространственные задания по замыслу.
12. Уметь выполнять роль ведущего по замыслу.
13. Уметь видоизменять одно и тоже движение в зависимости от характера музыки.
14. Уметь изменять направление движения в соответствии с характером музыки.

Прогнозируемые результаты работы с детьми 10-12 лет

Дети должны знать:

- Понятия и термины программных движений;
- Правила исполнения движений;
- Понятия о пространстве зала (точки зала - по методике А.Я.Вагановой);
- Правила ориентации в пространстве: построение квадрата, круга, диагонали в зале.

Дети должны уметь:

- Соблюдать позиции ног (I, II, III), направление ног (вперед, в сторону, назад);
- Различать музыкальный размер, темп;
- Ориентироваться в пространстве зала (знать точки зала);
- Воспринимать задания и замечания педагога;
- Запоминать последовательность танцевальных движений в композиции;
- Различать размер, темп, соблюдать целостность музыкальной фразы;
- Согласовывать одновременно работу всех частей тела - корпуса, ног, рук, головы;
- Распределять и переключать свое внимание между замечаниями педагога с собственными движениями, музыкальным сопровождением.

Прогнозируемые результаты работы с детьми 13-15 лет

Дети должны знать:

- Понятия и термины программных движений;
- Правила исполнения движений;
- Понятия о пространстве зала (точки зала - по методике А.Я.Вагановой);
- Правила ориентации в пространстве: построение квадрата, круга, диагонали в зале.

Дети должны уметь:

- Соблюдать позиции ног (I, II, III), направление ног (вперед, в сторону, назад);
- Соблюдать позиции рук (подготовительная, первая, вторая, третья.);
- Различать музыкальный размер, темп, характер музыкального произведения.
- Ориентироваться в пространстве зала (знать точки зала);
- Воспринимать задания и замечания педагога;
- Запоминать последовательность танцевальных движений в композиции;
- Различать размер, темп, соблюдать целостность музыкальной фразы;
- Согласовывать одновременно работу всех частей тела - корпуса, ног, рук, головы;
- Распределять и переключать свое внимание между замечаниями педагога с собственными движениями, музыкальным сопровождением.
- Согласованно исполнять движения в паре с партнером.
- Артистично и эмоционально исполнять танцевальные движения.

Содержательный раздел программы

1. Содержание педагогической работы по освоению образовательных областей

Вводное занятие.

На данном занятии дети узнают, что такое танец. Узнают о том, как зародился танец, какие бывают танцы, в чем их отличие. Знакомятся с тем, что необходимо для занятий танцем (танцевальная форма, обувь). Чем дети будут заниматься на протяжении трех учебных лет.

Партерная гимнастика.

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. П.э. - это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп.

Упражнения на ориентировку в пространстве.

Данная тема позволит детям познакомиться с элементарными перестроениями и построениями (такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг и др.), научит детей четко ориентироваться в танцевальном зале и находить свое место. В дальнейшем, повторяя и закрепляя этот раздел, дети научатся в хореографических этюдах сменять один рисунок на другой.

Упражнения для разминки.

Данный раздел поможет детям подготовиться к началу занятия, разовьет у ребенка чувство ритма, умение двигаться под музыку. Послужит основой для освоения детьми различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по данной программе.

Народный танец.

В данном разделе дети будут знакомиться с элементами народного танца: позициями и положениями рук и ног, с различными танцевальными движениями, познакомятся с танцевальными перестроениями. Каждый учебный год внесет свои изменения в процесс освоения материала. С каждым годом он будет более насыщенный и сложный. После освоения комплекса различных движений дети будут знакомиться с танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях. А из этих комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды.

Классический танец.

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими, познакомятся с квадратом А.Я.Вагановой. С каждым учебным годом к более простым танцевальным движениям будут добавляться более сложные, разучиваться танцевальные этюды.

Бальный танец.

В раздел «бальный танец» включены такие танцевальные элементы как: подскоки, раг польки, элементы вальса, полонеза, менуэта, танго, рок-н-ролла. Дети научатся держать корпус и руки согласно тому времени, к которому относятся исполняемые танцевальные движения, постараются перенять манеру исполнения танцев того времени. Во время занятий бальным танцем большое внимание будет уделяться работе в паре, что имеет большое воспитательное значение.

Также как и после знакомства с предыдущими разделами детям предлагается изучить и исполнить этюды «Полька», «Вальс», «Танго», «Рок-н-ролл» «Полонез», «Менуэт».

2. Содержание хореографической работы

Содержание образовательной деятельности по художественно-эстетическому развитию детей:

- развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания произведений искусства (словесного, музыкального, хореографического, изобразительного), мира природы;
- становление эстетического отношения к окружающему миру;
- формирование элементарных представлений о видах искусства;
- восприятие музыки, танца, художественной литературы, фольклора;
- стимулирование сопереживания персонажам художественных произведений;
- реализация самостоятельной творческой деятельности детей (изобразительной, конструктивно-модельной, музыкальной, танцевальной и др.)

Приобщение к искусству.

- Развитие эмоциональной восприимчивости, эмоционального отклика на литературные и музыкальные произведения, красоту окружающего мира, произведения искусства.
- Приобщение детей к народному и профессиональному искусству (словесному, музыкальному, изобразительному, театральному, хореографическому, к архитектуре) через ознакомление с лучшими образцами отечественного и мирового искусства;
- воспитание умения понимать содержание произведений искусства.
- Формирование элементарных представлений о видах и жанрах искусства, средствах выразительности в различных видах искусства.

Музыкально-художественная деятельность.

- Приобщение к музыкальному искусству;
- формирование основ музыкальной культуры, ознакомление с элементарными музыкальными понятиями, жанрами; воспитание эмоциональной отзывчивости при восприятии музыкальных произведений.
- Развитие музыкальных способностей: поэтического и музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти; формирование песенного, музыкального вкуса.
- Воспитание интереса к музыкально-художественной деятельности, совершенствование умений в этом виде деятельности.

Музыкально-хореографические занятия в организации образовательного процесса.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-хореографические занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены занятия теоретической дисциплиной: беседы о хореографическом искусстве, о дыхании в хореографии, об актёрском мастерстве и о танцевальных жанрах.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На начальном этапе беседы краткие. С детьми проводятся беседы — диалоги, обсуждения, рассказы, беседы, объяснения, которые помогают развитию способности логически мыслить. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

***Структура занятий включает в себя три основные части:
подготовительную, основную, заключительную***

Подготовительная

Организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния; умеренное разогревание организма

Строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др.

Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

Основная

Развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; обработка композиций

Упражнения на силу, растягивание и расслабление; хореографические упражнения; элементы современного ритмического танца; танцевальные композиции; постановочная работа.

На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходят в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

Заключительная

Постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов.

Спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

На эту часть отводится 5-10% общего времени. Проводится краткий анализ достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у детей чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться

Советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

Занятия хореографией делятся на несколько видов. Основная часть занятия изменяется в зависимости от методов решения поставленных задач.

1. Обучающие занятия. На обучающих занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений, танцевального па в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения.

2. Закрепляющие занятия. Предлагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. Затем идет повтор движения каждым ребенком, по очереди (диагональ), начинают дети, выполняющие движения правильно.

3. Итоговые занятия. Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные композиции.

4. Постановочные занятия. На занятии разучивается рисунок танца, дети учатся эмоционально передавать характер танца.

5. Импровизационные занятия. На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

Для всех видов занятий обязательными являются вышеперечисленные структурные части занятия.

«Стартовый уровень» предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы. Реализация стартового уровня предполагает наличие программы не более чем на один год обучения в количестве до 144 часов.

«Базовый уровень» программы предполагает реализацию материала, обеспечивающего освоение специализированных знаний, создающего общую и целостную картину изучаемого предмета в рамках содержательно- тематического направления программы в течение одного года.

«Продвинутый» уровень предполагает организацию материала, обеспечивающего доступ к сложным (возможно узкопрофильным) и специфическим знаниям и навыкам в рамках содержательно-тематического направления программы, а также предполагает изучение профессиональных знаний в данном виде деятельности. Рекомендуемый срок реализации программы – 1 год.

Ритмика, элементы музыкальной грамоты

Связь музыки и движения.

Понятие «мелодия».

Характер мелодии: веселая, грустная, торжественная.

Зависимость движения от характера мелодии.

Темп музыки.

Ускорение и замедление.

Музыкальное вступление.

Музыкальная фраза.

Начало и конец музыкальной фразы.

Ритм музыки.

Характеристика музыкальных образов.

Подбор выразительных движений для создания образа.

Самостоятельное использование музыкально-двигательной деятельности в импровизациях.

Упражнения, развивающие музыкальные чувства:

1. Марш «танцевальный шаг» (исполняется со сменой размеров и темпов).
2. Шаг на полупальцах с высоким подъемом колена.
3. Бег на полупальцах, с высоким подъемом колена вперед, подскоки.
4. Повороты головы, наклоны головы.
5. Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону.
6. Постановка корпуса.
7. Основные положения ног: подготовительная, VI позиция.
8. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе, за спиной.
9. Прыжки (на двух ногах, на одной ноге, с поворотом).

10. Упражнения со скакалкой, платочком, лентой, султанчиком, мячом.
11. Построения и перестроения в соответствии со структурой музыкальных произведений (ориентация в пространстве).
12. Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов, выворотности ног; исполняются в положении сидя, лежа на спине и на животе.
13. Растяжки на полу.
14. Упражнения для гибкости спины.

Постановка:

- знакомство с музыкальным материалом постановки;
- изучение танцевальных движений;
- соединение движений в танцевальные композиции;
- разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.

Репетиция:

- отработка элементов;
- работа над музыкальностью;
- развитие пластичности;
- синхронность в исполнении;
- работа над техникой танца;
- отработка четкости и чистоты в рисунках, построений и перестроений;
- выразительность и эмоциональность исполнения.

Хореографическая деятельность включает выполнение следующих заданий:

- Коллективно-порядковые навыки и умения
- Музыкально-ритмические навыки и умения
- Навыки и умения выразительного движения

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения: знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, знания о характерных чертах и истории танца различных эпох и народов, знания по музыкальному этикету. В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнений, движений, танцев.

Требования к музыкальному сопровождению на занятиях хореографией.

Основное положительное влияние музыки проявляется в улучшении двигательной реакции. Также музыка активизирует волевые усилия, вызывает эмоциональные переживания и стремление к творчеству. Она должна быть ритмичной, жизнерадостной, побуждать к движениям. Как показывают исследования, мелодии, доставляющие человеку удовольствие, создающие приятное настроение, замедляют пульс, увеличивают силу сердечных сокращений, снижают артериальное давление, расширяют сосуды, положительно влияют на работу мышц. И, наоборот, когда музыка раздражает - пульс учащается, сила сердечных сокращений становится слабее и работа мышц снижается.

Танец в сочетании с игрой помогает переработать напряжение чувств, а музыка способствует выражению радости и легкости исполнения движений. Мы хорошо знаем, что именно музыкальные игры пользуются у детей большой любовью, вызывают у них

веселое настроение, укрепляют жизненный тонус. Дети «вживаются» в разнотипные образы, проявляя своеобразный индивидуальный артистизм. Такая работа педагога с ребенком несет в себе ценностно-познавательный смысл, необходимый для личностного и общественного развития детей. Такое включение ребенка в активную хореографическую деятельность позволяет ему приобретать жизненный практический опыт.

Музыкальное сопровождение на занятиях хореографией должно быть непрерывным, ритмичным и состоять из популярных мелодий. С занятий дети, приобретают опыт музыкального восприятия. Главная задача педагога создать у детей эмоциональный настрой во время занятий. Отсюда вытекают требования к музыкальному оформлению занятий:

- правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполненным движением;
- художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приёмом.

Для того, чтобы дети умели соотносить музыкальную композицию со своими движениями, их необходимо познакомить с простейшими **музыкальными понятиями**:

- Музыкальный квадрат;
- Ритм и темп музыки;
- Начало музыкальной фразы.

Ритм – временная организация музыкальных звуком, основанная на чередовании слабых и сильных ударений. Благодаря музыкальным средствам, ритм отмечается **акцентами**. В инструментальной музыке количество акцентов выделяют с помощью ударных инструментов. Подсчитав количество акцентированных звуков за единицу времени, можно определить темп, от которого зависит скорость выполнения упражнений.

С первых занятий у детей должна активизироваться связь между музыкой и движением. Они должны понять и уяснить простые правила:

- Музыка – хозяйка на занятиях, без неё не может быть музыкальной игры, она руководит в музыкальных упражнениях и самостоятельной работе;
- Музыку надо «беречь», во время звучания нельзя шуметь, говорить, смеяться;
- Музыку надо слушать с начала до конца, начинать двигаться с началом музыки и прекращать движение с окончанием звучания.

На каждом занятии проходятся все разделы программы – слушание музыки, учебно-тренировочная и постановочная работа, импровизация. Специфика обучения хореографии связана с постоянной физической нагрузкой. Воздействие музыкального произведения, под звуки которого ребенок двигается, способствует установлению баланса между процессами возбуждения и торможения, а также эмоциональной гибкости переключаемости с отрицательных эмоций на положительные. С раннего детства ребенок учится управлять своими эмоциями благодаря процессу творчества. Умение понимать музыку – неотъемлемая часть общей культуры, к которой нужно приобщаться с юных лет.

Большое значение имеет настрой перед занятием и сразу после него. Музыка помогает быстрее включиться в предстоящую работу, а также выйти из нее. Для занятий музыкальное сопровождение следует подбирать в зависимости от возраста занимающихся, их подготовленности, интересов, этапа обучения, структуры урока, решаемых задач и т.д. Музыкальные программы желательно постоянно обновлять, использовать различные музыкальные произведения.

Знакомить детей с музыкальными понятиями, развивать музыкальный слух целесообразно в игровой деятельности и на музыкальных занятиях.

3. Мониторинг образовательного процесса.

Педагогическая диагностика-оценка индивидуального развития детей школьного возраста, связанная с оценкой эффективности педагогических действий, лежащих в основе их дальнейшего планирования.

Проводится педагогическим работником.

Диагностика должна обеспечить комплексный подход к оценке итоговых и промежуточных результатов освоения Программы.

Периодичность диагностики 2 раза в год обеспечивает возможность оценки динамики.

Цель первичной диагностики - выявить исходный уровень развития; (сентябрь).

Цель итоговой диагностики - оценить степень решения сотрудниками ДОУ поставленных задач (май).

Цель мониторинга хореографического развития детей:

- подтверждение эффективности педагогических воздействий с учётом современных требований организации хореографического воспитания.

- внутренняя и внешняя коррекция хореографической деятельности детей, её содержания и отношения к ней дошкольников.

В конце каждого периода обучения (учебного года), на протяжении контрольно-учетных занятий проводится мониторинг степени освоения детьми основ хореографии по следующим показателям:

- Чувство ритма.
- Координация движений (средний возраст),
Музыкально - ритмическая координация (старший возраст).
- Артистичность.
- Двигательная память.
- Импровизация (в подготовительной группе).
- Выразительность движений (в подготовительной группе).
- Физические данные.

Для выявления степени сформированности каждого показателя применяется несколько заданий, игровых упражнений. Используемые музыкальный материал и задания должны соответствовать возрастным особенностям детей и требованиям основной образовательной программы дошкольного образования.

Оценка проявлений детей производится по каждому показателю и осуществляется по 3-бальной системе (высокий уровень - 3 балла, средний - 2 балла, низкий - 1 балл). Выявление уровня анатомо-физиологических способностей детей проводится по усмотрению педагога для отслеживания эффективности работы. Диагностика анатомо-физиологических способностей не подразумевает четкого деления на уровни развития, высокий, средний, низкий, педагог только определяет, справился ребенок с заданием или нет.

Формой подведения итогов реализации данной дополнительной образовательной программы являются:

- конкурсы на лучшее исполнение сольного и коллективного танца;
- праздничные выступления;
- фольклорные праздники («Масленица» и т.д.);
- развлечения и досуги («Осенины», «Посиделки на завалинке»);
- отчётные концерты;
- участие в смотрах, конкурсах;

Таким образом, можно сделать вывод, что целенаправленная организация образовательной работы по хореографии в детском саду является необходимым фактором воспитательных возможностей в общей системе образования, обладает огромными возможностями для эстетического совершенствования ребенка, его гармоничного духовного и физического развития.

Хореография – это начало, база, толчок для будущей физической формы ребенка, для будущего стиля, ритма жизни, развития его творчества.

Организованная образовательная деятельность

Организационный раздел.

1. Организация развивающей предметно – пространственной среды Оборудование, используемое при проведении занятий:

- музыкальный центр, с записями ритмичной музыки для сопровождения занятий;
- видеозаписи разнообразных танцевальных движений;
- ноутбук, экран.

Техническое обеспечение:

- просторное помещение для занятий;
- зеркала, хореографический станок;
- музыкальные инструменты: фортепиано, синтезатор;
- CD, DVD;
- реквизит к танцевальным постановкам.

2. Программно-методическое обеспечение

1. Буренина А.И. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста, СПб, 1997.
2. Костровицкая В. Сто уроков классического танца, СПб, 1999.
3. Урунтаева Г. Дошкольная психология, Москва, 1996.
4. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие, Москва, Владос, 2008.
5. Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие, СПб, Детство-пресс, 2001.
6. Барышникова Т. Азбука хореографии, Москва, Айрис Пресс, 1999.
7. Кох И.Э. Основы сценического движения, Планета музыки, 2010.
8. Вашкевич Н. Н. История хореографии, СПб, 2008.
9. Цорн А. Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии, Москва, Лань, 2011.

