

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования «Меридиан»
городского округа Самара



«Утверждаю»
И.о. директора МБУ ДО
«ЦДО «Меридиан» г.о.Самара
Л.И.Кузнецова

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Азбука хореографии»

Направленность программы: художественная

Возраст обучающихся: **5-7 лет**

Срок реализации программы: **1 год**

Разработчик:
Калугина Е.Ю.
Педагог дополнительного образования

Программа рассмотрена и рекомендована
методическим советом
Протокол № 6 от 17.08.2020 г.

Самара, 2020г.

Паспорт программы

Адрес организации, реализующей программу (телефон, факс)	г.Самара, ул.Красногвардейская,8 Тел. /факс (846)950-00-87
Возраст детей	5 - 7 лет
Направленность	Художественная
Срок реализации программы	1 год
Вид программы	Модифицированная, модульная
Уровни освоения	Общекультурный, ознакомительный
Способы освоения содержания образования	Эвристический, креативный

Пояснительная записка

Направленность дополнительной образовательной программы:

Программа «Азбука хореографии» имеет художественную направленность и состоит из четырех модулей по 36 часов, итого 144 часа в год. Данная программа предлагается для обучающихся в возрасте от 5 до 7 лет. Программа переработана на основании:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р)
- Приказ Министерства просвещения России от 9.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 "Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей"
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
- Приказ министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. № 262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата персонифицированного финансирования

дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»

- Приказ Департамента образования администрации г.о. Тольятти от 18.11.2019 г. № 443-пк/3.2 «Об утверждении Правил ПФДО детей в г.о. Тольятти на основе сертификата ПФДО детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»
- Постановление Администрации г.о. Самара от 30 декабря 2019 г. №1069 «О внедрении в г.о. Самара модели функционирования системы ПФДО детей на основе сертификатов ПФДО детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242.
- «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ» (Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области 03.09.2015 № МО -16-09-01/826-ТУ)
- Устав МБУ ДО «ЦДО «Меридиан» г.о. Самара.

Искусство танца – это средство воспитания и развития личности ребёнка, которое способно создать благотворную почву для раскрытия потенциальных возможностей ещё маленького человека. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым. Танец развивает ассоциативное мышление, пробуждает фантазию и побуждает к творчеству. Содержание занятий по хореографии создаёт условия для самореализации личности, раскрытия её творческого потенциала.

Данная программа направлена на овладение начальными знаниями в области хореографии. Изучая программу «Азбука хореографии», учащиеся смогут по средства танца развить: физические качества, выработать правильную

осанку, походку, силу, ловкость, координацию движений. Так же устранить легкие физические недостатки, такие как сутулость, косолапость, скованность. Данная программа разработана с учётом интересов конкретной целевой аудитории, обучающихся дошкольного возраста и представляет собой набор учебных тем, необходимых детям для дальнейшего обучения хореографии.

Актуальность программы Танец играет немаловажную роль в воспитании детей и молодежи. Особенностью хореографии, является гармоническое развитие всего организма. Вырабатываются навыки в сознательном управлении мышцами тела, устраняются зажимы, развивается музыкальный слух, что дает возможность подчинять свое тело определенному музыкальному ритму. Систематические занятия развивают пластику тела, способствуют устранению ряда физических недостатков, вырабатывают правильную и красивую осанку, придают внешнему облику человека собранность, элегантность, что является важным для ребенка. Хореография учит логическому, целесообразно организованному и грациозному движению, умению выражать чувства и эмоции с помощью тела. Все включающие в программу модули являются актуальными темами для данного возраста.

Отличительной особенностью программы является её направленность на формирование у учащихся широкого спектра умений и навыков в области танцевального искусства. Включенный в программу модуль «Логоритмика» очень востребована в нынешнее время и она способствует правильному развитию и подготовки детей.

Программа научит ребят совмещать танцевальное искусство и актерское мастерство, логоритмику и ритмику.

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.

Новизна программы заключается в простом и доступном понимании ребенка хореографии. Сочетание логоритмики и ритмики позитивно сказывается на физическом развитии, эмоциональном состоянии, а также речевом развитии.

Цель – формирование социально значимых качеств, свойств личности и развитие творческих и физических способностей средствами хореографического искусства.

Задачи:

- привить детям любовь к танцу;
- соразмерно сформировать их танцевальные способности;
- развить чувство ритма;
- эмоциональную отзывчивость на музыку;
- танцевальную выразительность;
- координацию движения;
- ориентировку в пространстве;
- воспитать художественный вкус;

Педагог проявляет определенную гибкость в подходе к каждой конкретной группе детей, учитывая при этом состав группы, физические данные и возможности детей.

Структура занятия:

1. Разминка (направлена на развитие крупной моторики, координации движений, овладение основами танца и т.д.)
2. Подвижные игры (направлены на развитие внимания, памяти, пространственной ориентации, умения действовать сообща и т.д.)
3. Работа с предметами (мяч, полотно, платочки и т.д., овладение движениями через образ, развитие ловкости, воображения и т.д.)
4. Растяжка (направлена на развитие гибкости, укрепление мышц и связок)

5. Разучивание танца (в зависимости от темы)

Формы организации деятельности: групповая.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 часу. Одно занятие длится 30 минут.

Наполняемость учебных групп: составляет 15-20 человек.

Требования к знаниям и умениям:

По итогам усвоения программы обучающиеся будут знать:

- логоритмические стишки и песенки.
- начало и конец музыкального вступления.
- названия танцевальных элементов и движений.
- правила исполнения движений .

По итогам усвоения программы обучающиеся будут уметь:

- выполнять простейшие ритмические рисунки;
- реагировать на музыкальное вступление;
- красиво и правильно исполнять танцевальные элементы;
- хорошо ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- эмоционально выступать на публике;

Методы оценки результативности программы:

- Открытые уроки.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

- опрос;
- открытое занятие.

Учебно-тематический план 1 модуля

«Логоритмика»

п/п	Темы занятий	Кол-во часов	Теория	Практика
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Введение в структуру урока.	2	1	1
2	Ходьба в разных направлениях	6	-	6
3	Упражнения на развитие дыхания	6	1	5
4	Упражнения, регулирующие мышечный тонус, активизирующие внимание	6	1	5
5	Упражнения, формирующие чувство музыкального темпа	6	1	5
6	Пение и ритмические упражнения, инсценировки	6	-	6
7	Подвижные игры	4	-	4
	ИТОГО	36	4	32

Цели модуля:

способствовать укреплению мышечного аппарата, формированию правильной осанки, а также активному моторному и сенсорному развитию ребенка.

Задачи модуля:

- формирование диафрагмального дыхания;
- Развитие мимических мышц;
- развитие у детей умения координировать речь с движением;

-распределение внимания.

Структура модуля:

Тема 1. Введение в структуру урока.

1. Разминка (направлена на развитие крупной моторики, координации движений, овладение основами танца и т.д.)
2. Подвижные игры (направлены на развитие внимания, памяти, пространственной ориентации, умения действовать сообща и т.д.)
3. Работа с предметами (мяч, полотно, платочки и т.д., овладение движениями через образ, развитие ловкости, воображения и т.д.)
4. Растяжка (направлена на развитие гибкости, укрепление мышц и связок)
5. Разучивание танца (в зависимости от темы)

Тема 2. ходьба в разных направлениях.

Ходьба по кругу; Ходьба змейкой; Ходьба спиной; «Передай»;
«Большие ноги шли по дороге».

Тема 3. упражнения на развитие дыхания.

«Поиграем животиками»; «Назови по порядку»; «Ах, как пахнет!»

Тема 4. упражнения, регулирующие мышечный тонус, активизирующие внимание; Ритмическое упражнение «Ладушки-ладошки»

Массаж «Снеговик»; Массаж пальцев «Воробьи»; Упражнение на растяжение мышц «Потягушки»; Игра с мячом «Передай мяч другому»

Тема 5. упражнения, формирующие чувство музыкального темпа;

«Карусели»; «Успокой куклу»; «Далеко и близко»

Тема 6. пение и ритмические упражнения, инсценировки.

«Рябина»; «Птицы»; « В лесу»; «Подсолнух».

По окончании первого модуля обучающиеся будут знать и уметь:

Знать: Структуру урока.

Уметь: выполнять упражнения. Уметь совмещать речевое и физическое упражнение.

Учебно-тематический план 2 модуля

«Ритмика»

п/п	Темы занятий	Кол-во часов	Теория	Практика
1	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	12	2	10
2	Партерная гимнастика	11	-	11
3	Танцевальные этюды, игры, танцы	12	-	12
4	Открытый урок	1	-	1
	ИТОГО	36	2	34

Цель модуля: обучить основам ритмики в хореографии.

Задачи модуля: ознакомить ребенка с ритмом и движением. Изучить основные терминологии по ритмике. Научиться работать с предметом.

Структура модуля:

Тема 1. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений

Ознакомление детей с танцевальной азбукой:

- постановка корпуса;
- упражнения для рук, кистей, и пальцев;
- упражнения для плеч;
- упражнения для головы;
- упражнения для корпуса;

Выполнение упражнений танцевальной азбуки.

Ознакомление детей с элементами танцевальных движений:

- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;

- притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой;
- топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;
- хлопки;
- упражнения с атрибутами (мяч, погремушка)

Выполнение проученных элементов танцевальных движений.

Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве:

- упражнения и игры по ориентации в пространстве;
- построение в круг;
- построение в линию;
- построение в две линии.

Выполнение упражнений по ориентации в пространстве.

Тема 2. Партерная гимнастика (упражнения на полу)

Ознакомление с элементами партерной гимнастики:

- упражнения для развития гибкости;
- упражнения для стоп;
- упражнения для развития растяжки;
- упражнения для позвоночника.

Выполнение тренировочных упражнений на полу.

Тема 3. Танцевальные этюды, игры, танцы

- составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов;
- сочинение с детьми танцевальных этюдов;
- ознакомление детей с играми;
- применение игр на занятиях.

Тема 4. Открытый урок.

- показ проученного материала родителям.

По окончании второго модуля обучающиеся будут знать и уметь:

знать:

- названия основных танцевальных движений и элементов;

- терминологию партерного экзерсиса.

уметь:

- двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки;
- реагировать на начало музыки и её окончание, а так же ритмично ходить под музыку, легко бегать, хлопать ладошами, притопывать ногами, вращать кистями рук, кружиться вокруг себя, прыгать на двух ногах;
- выполнять элементы партерной гимнастики;

Учебно-тематический план 3 модуля

«Актерское мастерство»

п/п	Темы занятий	Кол-во часов	Теория	Практика
1	Юный артист	6	1	5
2	Инсценировка детских сказок	16	2	15
3	Игры на сплоченность	6	-	6
4	Покажи-расскажи	8	1	7
	ИТОГО	36	4	32

Цель модуля: раскрыть эмоциональный потенциал ребенка.

Задачи модуля: Раскрепостить ребенка; открыть возможности управлять эмоциями на сцене.

Структура модуля:

Тема 1. Юный артист.

Игры на снятие психологического напряжения (зажимов);
пластические тренинги; Ритмический тренинг; Упражнения на внимание;
Упражнения на развитие эмоций.

Тема 2. Инсценировка детских сказок

Игры–стихи; Сказка «Колобок»; Сказка»Теремок»

Сказка «Репка».

Тема 3.Игры на сплоченность.

Игры на сплоченность; Упражнения на общение.

Тема 4. Покази-расскажи.

Игра на имитацию движений; Развиваем фантазию и воображение

По окончании первого модуля обучающиеся будут знать и уметь:

Знать: что такое эмоциональность в хореографии, для чего это необходимо юному артисту.

Уметь: применять изученные навыки.

Учебно-тематический план 4 модуля

«Детский танец»

п/п	Темы занятий	Кол-во часов	Теория	Практика
1	Детский танец. Основы и принципы.	10	1	9
2	Постановка детского танца	25	1	24
3	Открытый урок	1	-	1
	ИТОГО	36	2	34

Цель модуля: выучить танцевальные номера, композиции.

Задачи модуля: обучить сценической хореографии.

Структура модуля:

Тема 1. Детский танец. Основы и принципы

Ознакомление с новыми элементами танцевальных движений:

- равномерный бег с захлестом голени;
- легкие, равномерные, высокие прыжки;
- перескоки с ноги на ногу;

- простой танцевальный шаг, приставной шаг

-шаги на полупальцах и пятках;

-притопы: удары стопы в пол равномерно и по три;

Выполнение проученных элементов танцевальных движений.

Закрепление танцевальных элементов: полуприседания, повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук.

Ознакомление детей с танцевальными рисунками.

Проведение игр для развития ориентации детей в пространстве.

Выполнение проученных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве.

Слушание музыки, сказок и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов.

Отгадывание музыкальных загадок

Тема 2. Постановка детского танца

-Изучение этюдов;

-Изучение комбинаций;

-Рисунки в танце;

-Постановка танца;

Тема 3. Открытый урок.

- показ проученного материала родителям.

По окончании четвертого модуля обучающиеся будут знать и уметь:

знать:

-начало и конец музыкального вступления.

-названия танцевальных элементов и движений.

-правила исполнения движений в паре.

уметь:

-выполнять простейшие ритмические рисунки;

-реагировать на музыкальное вступление;

-красиво и правильно исполнять танцевальные элементы;

- хорошо ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- исполнять движения в парах, в группах;

Перечень учебно-методического обеспечения

1. Зал для занятий.
2. Музыкальный материал.
3. Аппаратура для озвучивания занятий: магнитофон, музыкальный центр.
4. Мячи среднего размера.
5. Кубики.
6. Платочки.
7. Бубен.
8. Коврик.

Список литературы

- Бриске И.Э. Ритмика и танец. Челябинск, 2015.
- Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети. Москва 2017г.
- Ерохина О.В Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. Ростов -на –Дону «Феникс» 2013г.
- Роот З.Я. Танцы с нотами для детского сада. Москва 2017г.
- Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Москва 2017г.
- Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. Москва 2015г.
- Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2014г.
- Гавришева Л.Б., Нищева Н.В. Логопедические распевки, музыкальная пальчиковая гимнастика и подвижные игры. Санкт-Петербург 2016г.
- Картушина М.Ю. Логоритмические занятия с детьми 5-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015г.
- Картушина М.Ю. Логоритмические занятия с детьми 6-7 лет»; М., Творческий Центр «СФЕРА», 2017.
- Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. www.HOTEL.DANCE.NSK.ru
- Новиковская О.А. Логоритмика. Практическое пособие для педагогов и родителей. Изд-во Корона Принт, 2015.
- Онлайн-уроки, семинары, мастер-классы www.horeograf.com
- Поплянова Е.М. «А мы на уроке играем», М.- «Новая школа»,2018.
- Узорова О.В., Нефедова Е.А. Физкультурные минутки, Москва, АстрельАст-Транзиткнига, 2016г.
- Логоритмика на youtube.com