

**Информационная карта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Наименование образовательного учреждения, реализующего образовательную программу | Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 57 г. Пензы «Матрешка» |
|  | Адрес учреждения | 440023 г. Пенза, ул. Ново-Казанская,10Б;  тел. 56-48-541; 69-53-04;  e-mail: detsad57@gmail.com |
|  | Полное название программы | Дополнительная общеобразовательная  общеразвивающая программа художественной направленности  «Хореография» |
|  | Возраст детей, на которых рассчитана программа | 5-7лет |
|  | Срок реализации программы | 9 месяцев |
|  | Количество детских объединений, занимающихся по данной программе | 6 групп |
|  | Сведения об авторах (Ф.И.О., уровень квалификации, должность автора образовательной программы) | Усанова Ольга Викторовна,  музыкальный руководитель |
|  | Характеристика программы | |
| по типовому признаку | модифицированная |
| по основной направленности | художественная |
| по уровню освоения | ознакомительная |
| по образовательным областям | художественно-эстетическое развитие |
| по целевым установкам | развивающая творческие способности детей средствами хореографического искусства |
| по формам организации содержания | однопрофильная |
|  | Результаты реализации программы | **К концу года дети должны знать:**  - элементарные профессиональные термины, связанные с ориентацией в пространстве (сцена, зритель, центр, рабочая площадка);  - основные виды ходьбы (танцевальный шаг, марш);  - виды прыжков (на двух ногах на месте, в продвижении);  - виды бега (легкий на полупальцах);  - правила безопасности при выполнении упражнений в партере.  **К концу года дети должны уметь:**  - передавать в движении характер музыки, темп и ритм;  - ориентироваться в пространстве (находить свое место в зале, перестраиваться в круг за ведущим, становиться в пару);  -начинать и заканчивать танцевальные элементы музыкально, исполнять знакомые движения и комбинации под другую музыку;  - исполнять имитационные и сюжетные упражнения, согласно образу;  - выполнять основные виды ходьбы, бега, прыжков по заданию педагога;  - свободно выполнять общеразвивающие упражнения из партерного комплекса. |

**Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография» по содержанию является художественной**,** по уровню освоения – ознакомительной, по форме организации - очной, групповой, по степени авторства – модифицированной.

Модифицированная программа«Хореография» апробирована и реализуется в течение 5 лет на базе МБДОУ ДС №57 г. Пензы.

Программа разработана в соответствии с действующими нормативно - правовыми документами:

* Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2012 г. № 599 «О мерах по

реализации государственной политики в области образования и науки»;

* Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в РФ» (пункт 3 части 1 статьи 34, части 4 статьи 45, части 11 статьи 13);
* Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
* «Санитарно-эпидемиологические требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 N 41;
* Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
* Закон Пензенской области от 4.07.2013 г. № 2413-ЗПО «Об образовании в Пензенской области»;
* Устав МБДОУ ДС №57 г. Пензы, «Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБДОУ ДС № 57 г. Пензы

# **Краткое введение в тему программы**

Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка - это опора танца. Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (мышечную) память.

В программу заложена идея приобщения детей к танцевальной культуре с помощью знакомства с основами классической хореографии и современного танца. Детский танец начинается с ритмики, где изучаются простые движения, формируются навыки передачи настроения посредством движения, навыки выполнения движений в различных темпах.

Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения, побуждает к творчеству.

**Актуальность** программы обусловлена тем, что занятия хореографией способствуют полноценному физическому развитию детей, укреплению детского организма. В ходе занятий танцем развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор ребенка.

**Отличительные особенности** данной программы от уже существующих программ в этой области заключаются в том, что специфика предполагаемой деятельности обусловлена учетом индивидуальных и возрастных особенностей детей, их потенциальных возможностей и способностей. Практические занятия по программе связаны с использованием не только танцевальных движений, но и игр, хореографических этюдов сюжетного характера. Данная программа является начальным этапом в целостном обуче­нии детей хореографическому искусству. Программа состоит из отдельных тематических блоков, но в связи со спецификой обучения в хореографическом коллективе, границы их сглажены. Репертуарный план ориентирован на возрастные особенности обучающихся.

**Педагогическая целесообразность** программы объясняется психолого-педагогической поддержкой обучающихся, созданием на занятиях комфортной атмосферы для развития индивидуальных способностей детей. Программа создана на основе достаточно широко распространенных методик обучения детей ритмике и разработана с учетом современных образовательных технологий, которые отражаются в принципах обучения.

**Принципы обучения:**

* принцип соответствия формы организации занятий ведущему виду деятельности дошкольника – игре;
* принцип комплексности – уделяется внимание решению таких задач, как организация деятельности, общее (интеллектуальное) развитие, зрительно-пространственное восприятие, слух, внимание, память, мышление;
* принцип систематичности и последовательности: концентрическое усвоение программы; организация и последовательная подача материала (от простого к сложному);
* принцип доступности реализуется в делении изучаемого материала на этапы и в преподнесении его детям последовательными блоками и частями, соответственно возрастным особенностям ребенка.

**Цель программы:** развитие творческих способностей средствами хореографического искусства, создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству хореографии.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- формировать у детей навыки исполнения элементов классического экзерсиса, историко – бытового и современного танца.

- знакомить детей с основами музыкальной грамотности, вырабатывать навыки исполнения движений в различных темпах;

- обучать детей владению своим телом, развивать гибкость, пластичность, вырабатывать осанку и красивую походку.

**Развивающие:**

***-*** развивать навыки ориентировкив пространстве, координации движений, ловкости, точности, общей выносливости

- развивать фантазию и творческое воображение, образное мышление и желание импровизировать;

- развивать художественный вкус и творческие способности детей.

**Воспитательные:**

- воспитывать интерес к искусству хореографии;

- вырабатывать навыки коллективной и индивидуальной творческой деятельности;

**Адресат программы**

**Возраст детей**, на которых рассчитана данная образовательная программа 5-7лет.

**Сроки реализации** образовательной программы 1 учебный год (сентябрь-май) – ознакомительный период.

**Уровни освоения программы**

|  |  |
| --- | --- |
| Уровень обучения | Ознакомительный уровень |
| Год обучения | 1 год |
| Возраст детей | 5-7 лет |

**Режим проведения занятий** соответствует возрасту учащихся:

|  |  |
| --- | --- |
| Уровень обучения | Ознакомительный уровень |
| Год обучения | 1 год |
| Число занятий в неделю | 2 |
| Продолжительность занятия | 25-30 мин |

**Особенности организации образовательного процесса**

Дети принимаются по заявлению от родителей.

**Формы занятий:**

- традиционный урок хореографии;

- занятие – концерт (в форме выступления);

- занятие – просмотр (при знакомстве с творчеством профессиональных коллективов и исполнителей);

- занятие – игра:

**Планируемый результат к концу года:**

- знать особенности правил поведения на занятии хореографией;

-знать элементарные профессиональные термины, связанные с ориентацией в пространстве (сцена, зритель, центр, рабочая площадка);

- знать и различать основные виды ходьбы (танцевальный шаг, марш);

-знать прыжки (на двух ногах на месте, в продвижении);

-знать бег (легкий на полупальцах);

- знать правила безопасности при выполнении упражнений в партере;

- уметь передавать в движении характер музыки, темп и ритм;

- уметь ориентироваться в пространстве (находить свое место в зале, перестраиваться в круг за ведущим, становиться в пару);

-начинать и заканчивать танцевальные элементы музыкально, исполнять знакомые движения и комбинации под другую музыку;

- исполнять имитационные и сюжетные упражнения, согласно образу;

- выполнять основные виды ходьбы, бега, прыжков по заданию педагога;

- свободно выполнять общеразвивающие упражнения из партерного комплекса.

**Способы проверки результатов освоения программы**

Диагностика танцевально-ритмических навыков и умений детей

проводится два раза в год: вводный - в сентябре, итоговый – в мае.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Ф.И.**  **ребенка** | **Гибкость и пластичность** | | **Музыкальный ритм** | | **Танцевально-двигательные навыки** | | | | **Артистизм** | |
| **классический экзерсис** | | **народный танец** | |
| **Начало года** | **Конец года** | **Начало года** | **Конец года** | **Начало года** | **Конец года** | **Начало года** | **Конец года** | **Начало года** | **Конец года** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Уровни сформированности навыка: «3» - высокий, «2» - средний, «1» - низкий

**Критерии оценки танцевально-ритмических умений и навыков**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Гибкость и пластичность** | | | |
| **Низкий** | **Средний** | **Высокий** | |
| Мышцы ребенка напряжены, плохо поддаются растяжке, ярко выражена сутулость и (или) прогиб в пояснице | Физическое развитие в норме, мышцы поддаются дальнейшему развитию | Ярко выражены природные данные: подъем стопы, выворотность, эластичность мышц и связок всего тела | |
| Наблюдаются недостатки физического развития (сутулость, прогиб в поясничном отделе позвоночника). | Физическое развитие в рамках возрастных норм. | Хорошо развит мышечный корсет, ярко выражена выворотность, хорошая растяжка. | |
| **Музыкальный ритм** | | | |
| Хлопает не в такт. | Выделять сильную долю в музыке с помощью руководителя. | | Четко повторять хлопками ритм музыкального сопровождения, выделять сильную долю в музыке. |
| Не всегда может выделить сильную долю. Ритмический рисунок повторяет только с показом. | Выделяет сильную долю в музыке. Повторяет несложный ритмический рисунок. | | Держит ритм музыкального произведения. Самостоятельно выделяет сильную долю. Повторяет любой ритмический рисунок, заданный педагогом. |
| **Танцевально-двигательные навыки**  **Народный танец** | | | |
| Корпус зажат, в такт попадает только по подсказке хлопками. | Откликается на музыку, пританцовывает в такт. Корпус держит прямо, старается двигаться в строю. | | Легко откликается на музыку, держит строй. Двигается легко, непринужденно. Положение рук на поясе правильное. |
| Амплитуда движений слабая. Строй держит не всегда. Часто ждет показа педагога. | Выполняет элементы старательно, с желанием. Откликается на музыку, пританцовывает в такт. Корпус держит прямо. Старается держать строй. | | Техника исполнения элементов в комбинациях и в «чистом виде» с максимальной амплитудой, непринужденно. Корпус прямой, подтянутый. Положение рук верное. |
| **Классический экзерсис** | | | |
| Физическое развитие слабое, раскоординированность. | Физическое развитие тела и координация движений в норме. | | Хорошая координация движений, хорошее физическое развитие, высокий балетный шаг, легкий, высокий прыжок. |
| Быстрая физическая утомляемость, слабая выворотность. Плохо усваивает и путает термины. Координация движений затруднена. | Физические показатели соответствуют возрастным нормам. Знает некоторые термины и правила исполнения экзерсиса. | | Хорошая координация движений, большой балетный шаг, хорошая выворотность и растяжка. Прыжок легкий, высокий. Знает термины и правила исполнения элементов экзерсиса. |
| **Артистизм** | | | |
| Амплитуда движений низкая, не улыбается. | Движения выполняет правильно, но не «в полную ногу». Улыбается по напоминанию педагога. | | Движения выполняет с максимальной амплитудой, активно. Улыбка открытая, яркая. |
| Стесняется показать улыбку. Исполнение скованное. | Исполняет движения правильно, старательно. Улыбается по направлению к педагогу, ждет его эмоциональной поддержки. | | Исполнение с максимальной амплитудой, уверенное, эмоционально окрашенное, с улыбкой. |
|  |  | |  |

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название раздела | Кол-во часов | | |
| всего | теория | практика |
| 1 | Вводное занятие | 1 | 1 |  |
| 2 | Общая физическая подготовка | 20 | 1 | 19 |
| 3 | Ритмические игры | 20 | 1 | 19 |
| 4 | Музыкально - танцевальные движения:  1. «Элементы музыкальной грамоты»  2. «Танцевальные движения»  3. «Танцевальные этюды и танцы» | 21 | 1 | 20 |
| Итого: | | 62 | 4 | 58 |

**Тематический план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Название раздела | Кол-во часов | | |
| всего | теория | практика |
| Сентябрь  Октябрь | Вводное занятие. Техника безопасности на занятии. | 1 | 1 |  |
| Упражнения на развития музыкально-ритмических навыков | 2 |  | 2 |
| Упражнения на развитие навыков выразительного движения. | 2 |  | 2 |
| Урок классического танца . | 2 |  | 2 |
| Народно-сценический танец | 2 |  | 2 |
| Танцевальные элементы и композиции:  - тихая ходьба, высокий шаг, мягкий пружинящий шаг,  - поскоки с ноги на ногу, легкие подскоки,  - переменные притопы,  - прыжки с выбрасыванием ноги вперед,  - элементы русской пляски, | 5 |  | 5 |
| Музыкальные игры | 2 |  | 2 |
| Ноябрь  Декабрь | Урок классического танца:   1. Экзерсис на середине:   - позиции ног (1, 2, 3, 6),  - позиции рук (0, 1, 2, 3),  -demiplie и grand plie в 1,3,6 позициях;  2. Классический этюд | 6 | 2 | 4 |
| Танцевальные элементы и композиции:  - шаг на полупальцах;  - танцевальный бег;  - поскоки;  - боковой галоп;  - элементы русского танца; | 7 | 2 | 5 |
|  | Работа по репертуарному плану:  Танец «Часики" | 4 |  | 4 |
| Творческий отчет (праздник «Новый год») | 1 |  | 1 |
| Январь  Февраль  Март | Урок классического танца | 3 | 1 | 2 |
| Работа по репертуарному плану:  Девичий танец «Нежные – снежные»;  Парный танец «Яркий зонтик кружится» | 10 | 1 | 9 |
| Творческий отчет | 1 |  | 1 |
| Апрель  Май | Урок классического танца:   1. Экзерсис на середине:   - relevé по 6 позиции;  - saute по 1,6 позициям;  - pordebras №3  2. Классический этюд. | 3 | 1 | 2 |
| Урок народно-сценического танца:  - элементы русского танца,  - элементы итальянского народного танца «Тарантелла» | 4 | 2 | 2 |
| Комплекс ОФП | 4 |  | 4 |
| Работа по репертуарному плану:  Итальянская «Тарантелла»,  Танец «Сказка сердца» | 6 | 2 | 4 |
| Творческий отчет: «Наш выпускной» | 1 |  | 1 |
| Итого: | | 62 | 12 | 50 |

**Содержание**

1. **Вводное занятие**

Знакомство с учащимися. Беседа об особенностях занятий хореографией, правилах поведения до, на занятии и после него, о технике безопасности и требованиях к внешнему виду учащегося. Введение в программу.

1. **Общая физическая подготовка**

**Теория.** Роль двигательных упражнений в жизни человека.

**Практика.**

- Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела.

- Вытягивания, разворачивание и сокращение стопы.

- Повороты головы, упражнения на развитие мышц шеи.

- Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава.

- Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов.

- Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса, спины и поясничного отдела позвоночника.

- Упражнения на развитие гибкости позвоночника.

- Упражнения для подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра.

**Контроль.** Зачетное занятие.

1. **Ритмические игры**

**Теория.** Понятие «ритм».

**Практика:**

- притопы, хлопки в ладоши по одному и в парах;

- удары стопой в 6-й позиции.

- игры «День и ночь». «Узнай животное», «Буги-вуги», «Лошадки» и др.

**Контроль.** Игра «Зеркало».

1. **Музыкально - танцевальные движения**

**Тема 1. «Элементы музыкальной грамоты»**

**Теория.** Характер музыкального произведения (веселый, спокойный, энергичный, торжественный), его темп (очень медленно, медленно, умеренно, быстро, очень быстро), динамические оттенки (очень тихо, тихо, умеренно, быстро, громко, очень громко). Строение музыкального произведения. Понятия: вступление, часть, музыкальная фраза.

**Практика.**

- Слушание музыки, определение ее характера.

- Выполнение движений в соответствии с разнообразными оттенками характера музыкальных произведений.

- Выполнение движений в разных темпах.

- Выполнение движений с различной силой, амплитудой в зависимости от динамических оттенков музыки.

**Контроль.** Игра «Повтори».

**Тема 2. «Танцевальные движения»**

**Теория.** Понятия: музыкальность, красота и выразительность. Понятие об интервалах. Понятие о движении по линии танца и против линии танца.

**Практика.**

-Поклон – реверанс.

- Сценический шаг.

- Шаг на полупальцах.

- Легкий бег.

- Разучивание элементов народного танца.

- Прыжки по 6й позиции.

- Раскрывание рук из положения «на поясе» в 1-ю позицию, 2-ю поз, возвращение рук на пояс через 1-ю позицию. Движения кистями рук у плеча. Махи локтями вверх вниз (кисть у плеча).

- Приседание с поворотом корпуса из стороны в сторону, руки согнуты в локтях.

- Работа над натянутостью стопы - натя­гивание и сокращение стопы.

- Упражнения «Кошка - собака». «Жуки». «Лягушка». «Собака» виляет хвостиком и др.

**Контроль.** Открытое занятие.

**Тема 3. «Танцевальные этюды и танцы»**

**Теория.** Беседа о танцевальной культуре.

**Практика.**

- Танцевальные этюды и танцы, построенные на танцевальном шаге в разном характере и ритме.

- Упражнения на ориентировку в пространстве.

- Различие правой, левой, ноги, руки, плеча.

- Повороты вправо и влево.

- Построение в колонну по одному, по два в пары.

- Перестроение из колонны в шеренгу и обратно.

- Круг, сужение и расширение круга.

- Свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, шеренгу или круг.

**Контроль.** Концерт – Дебют.

**Условия реализации программы**

**Материально-техническое обеспечение:**

- музыкальный (спортивный) зал;

- оборудование для воспроизведения музыки (музыкальный центр).

**Информационное:**

- фонотека детских песен и других музыкальных произведений;

- презентации.

**Кадровое:**

-музыкальный руководитель.

**Методическое обеспечение образовательного процесса:**

Буренина А.И. Ритмическая пластика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – СПб ., 1997

**Работа с родителями**

**Цель:** объединение интересов педагога и родителей по развитию танцевальных навыков детей, ознакомление родителей с результатами работы, достижениями детей.

|  |  |
| --- | --- |
| Октябрь | Организационное собрание с родителями детей, желающих посещать платную образовательную услугу «Хореография». |
| Ноябрь | Индивидуальные беседы с родителями об особенностях обучения танцевальным движениям 5-7 лет. |
| Декабрь | Консультация для родителей на тему: «Зачем ребёнку занятия хореографией». |
| Январь | День открытых дверей (для родителей). |
| Февраль | Индивидуальные беседы об успехах и трудностях, возникающих у детей в процессе занятий. |
| Март | Индивидуальные консультации с родителями по вопросам: развития двигательных качеств, о правилах поведения во время занятий, об обоснованности требований к форме на занятиях. |
| Апрель | День открытых дверей (для родителей)Открытое занятие «Машина зарядка » |
| Май | Отчётный концерт. Родительское собрание по итогам окончания обучения. |

**Список литературы**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва, 2000 г.
2. Бекина С.И., Ломова Т.П. Музыка и движение, 2001 г.
3. Боген, М.М. Физическое совершенствование как основное понятие теории физической культуры / М.М. Боген // Теория и практика физической культуры. – 1997. – №5.
4. Бочкарева Н.И. Методика преподавания русского танца. – Кемерово 2003
5. Бочкарева Н.И. Ритмика и хореография. – Кемерово 2000.
6. Буренина А.И. Ритмическая пластика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – СПб ., 1997.
7. Детский фитнес. М., 2006.
8. Дошкольник. Психология здоровья. Дыхательные упражнения. [http://adalin.mospsy.ru]
9. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р)
10. Лисицкая Т. Гимнастика и танец. М., 1988.
11. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. М., 1999.
12. Методологические и организационные подходы к формированию здоровьесберегающей среды в системе дошкольного образования: Метод.пособие – Кемерово: Кузбассвузиздат, 2002.
13. Партерный экзерсис.[http://balet/ru]

**Словарь терминов**

Экзерсис у опоры или на середине - это комплекс тренировочных упражнений, способствующих развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцовщика. Экзерсис выполняются у «станка» (прикрепленной кронштейнами к стене ) и на середине учебного зала. Ежедневно экзерсис состоит из одних и тех же элементов.

1. demi plie - (деми плие) - неполное «приседание»   
   grand plie - (гранд плие) - глубокое, большое «приседание»  
   relevé - (релеве) - «поднимание», поднимание в стойку на носках с опусканием в ИП в любой позиции ног
2. picce - (пикке) - «колющий», стойка на левой правая вперед к низу, быстрое многократное касание носком пола
3. pordebras - (пор де бра) - «перегибы туловища», наклон вперед, назад, в сторону
4. saute - (соте) - прыжок классического танца с двух ног на две ноги по I, II, IV и V позициям
5. pas chasse - (па шассэ) - гнать, подгонять. Партерный прыжок с продвижением, во время которого одна нога подбивает другую.