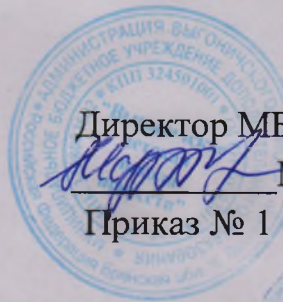


Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Выгоничская детская школа искусств»

Утверждено
Педагогическим советом
Протокол № 3
от 10 января 2014г.



Директор МБОУДОД «ВДШИ»
М.Н. Шершень
Приказ № 1 от 10.01.2014г

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ДЕТСКИЙ ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ КОЛЛЕКТИВ « КАПИТОШКА »

Возраст обучающихся 4, 5 - 6 лет
Срок реализации 2 года

Разработчик: Егоренкова В.А.

п.Выгоничи
2016г

Пояснительная записка

Танец – это яркое, красочное творение народа, являющееся эмоциональным, художественным отображением его жизни. Танец воплощает в себе творческую фантазию народа и глубину его чувств.

Занятия хореографическим искусством, создавая благоприятные условия для психического, физического и эстетического развития, для развития творческих способностей дошкольников, формируют их фигуру, развивают физическую силу, выносливость, ловкость, внимание и трудолюбие. Занятия хореографией способствуют формированию общей эстетической и танцевальной культуры, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает успешному и тонкому восприятию профессионального хореографического искусства и, в конечном итоге, более полному восприятию картины окружающего мира.

Программа «Детский танцевальный ансамбль «Капитошка» - это платная дополнительная общеразвивающая программа художественного направления, она представляет собой обучение детей дошкольного возраста искусству хореографии и рассчитана на два года. В дальнейшем, обучающиеся, проявившие интерес и желание развивать свои способности к танцу, могут продолжить свое обучение в Школе искусств.

Актуальность предлагаемой программы определяется запросом со стороны детей и их родителей на программы художественно-эстетического развития дошкольников, а также необходимостью развития творческих и коммуникативных способностей учащихся на основе их собственной творческой деятельности. Программа направлена на «здоровьесбережение» в условиях промышленного мегаполиса: двигательную активность, стрессоустойчивость, социализацию. Развитие мелкой моторики и внимания, а также эмоциональные разгрузки благоприятно сказываются на формировании характера ребёнка.

Целью программы является – пробуждение интереса и выявление способностей детей к танцу через начальное музыкально-ритмическое развитие. Достижение цели осуществляется в ходе решения воспитательных, развивающих и обучающих задач.

Воспитательные задачи:

- сформировать элементарные навыки взаимодействия и общения в хореографической группе;
- сформировать позитивное отношение к работе на сцене;

-приобщить к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми (в том числе моральным); воспитать в ребёнке потребность работы на каждом занятии;

- сформировать интерес к эстетической стороне окружающей действительности; приобщить к искусству танца.

Развивающие задачи:

- развить музыкальность, умение связывать музыку с движением;

- развить артистические данные;

- развить физические качества (гибкость, силу, растянутость, выносливость, координацию);

- накопить и обогатить двигательный опыт детей;

-сформировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Обучающие задачи:

- сформировать необходимые двигательные навыки у детей дошкольного возраста;

-развить опорно-двигательный аппарат, помочь исправить нарушения осанки;

-научить грамотному исполнению элементарных танцевальных движений;

-сформировать начальные навыки танцевального мастерства.

Программа предполагает дисциплины, аналогичные существующим в программах в области хореографического искусства, предназначенные для обучения детей младшего возраста (например, «Основы детской хореографии» И.Э. Бриске, «Театр Танца О.Усовой» О. Усова).

Программы построена по блокам:

- блок «Ритмика», предполагающий знакомство дошкольников с основными музыкальными понятиями, способствующий формированию основных музыкально-ритмических навыков, навыков выразительности движения и ориентации в пространстве;

- блок «Хореографическая пластика и партерная гимнастика», дающий дошкольникам основные сведения об анатомическом строении человеческого

тела и работе мышц, способствующий развитию мышечных ощущений, выразительности мимики лица, укреплению всех групп мышц;

- блок «Постановка хореографических номеров», предполагающий знакомство на практике с такими понятиями как «сценическая площадка», «сценическая одежда», «оборудование сцены», репетиции и выступления на сцене, обучение основным правилам культуры поведения на сцене, приемам психологического настроя на выступление, адекватной оценки-самоанализа своей деятельности, а также разучивание танцевального текста и композиции номеров.

Программа построена таким образом, что введение изучаемых блоков происходит постепенно по мере взросления обучающихся. Материал, изученный в предыдущем году, в последующем повторяется, углубляется и расширяется. Особенностью проведения занятий в группах начальной хореографической подготовки дошкольников является также то, что содержание предлагаемого материала не имеет четких границ. На занятии сочетаются все виды деятельности: танцевальная азбука, ритмика, партерная гимнастика. В дальнейшем добавляется постановка хореографических номеров, элементы классического и народного танцев. На каждом занятии умело сочетается материал из всех блоков, причем темы чередуются не механически, а соединяются органично и пронизаны единым педагогическим замыслом. На одном занятии может идти изучение элементов классического и народного танцев, одновременно идет музыкальное развитие и музыкальное воспитание, решаются вопросы всестороннего развития обучающихся. В связи с этим, занятия в группах начальной хореографической подготовки проходят в интегрированной форме, объединяющей теоретический материал и практику. Это объясняется тем, что введение теоретических понятий через практику способствует лучшему усвоению материала. Такое построение программы является результатом обобщения многолетнего опыта работы и основывается на особенностях детей данной возрастной категории.

Возраст детей, участвующих в реализации программы «Детский танцевальный ансамбль «Капитошка» от 4,5 до 6 лет. Занятия проводятся в группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.

Условия набора детей в коллектив: принимаются все желающие.

Особенности данной возрастной группы. Известно, что для маленьких детей является проблемой ориентация в пространстве, определение правой или левой ноги. Движения детей этого возраста часто беспорядочны и хаотичны. Одной из первых задач, следовательно, является раскрытие красоты и логики простейшего движения вообще и танцевальных движений в частности. Постепенно

воспитанники получают навыки организованных движений, осознают их закономерный характер и научаются управлять ими.

Большое организующее значение принадлежит музыке, поэтому первоочередной задачей является приобретение детьми координации слуховых и двигательных навыков. В процессе занятий двигательное чувство совершенствуется, и движения приводятся в соответствие с музыкальным сопровождением.

Важным вопросом в обучении детей дошкольного возраста является формирование красивой осанки. Знание динамической анатомии, правил постановки корпуса, понимание физической и эстетической структуры каждого движения позволяют педагогам справиться с этой задачей.

Отличительной чертой детей дошкольного возраста является их эмоциональность и открытость, послушание и исполнительность. Дошкольники легко «загораются» новыми идеями, однако при трудностях быстро остывают. Безграничное доверие к взрослым делает этот возраст благодатным для воспитания ребенка как личности. Учитывая это, педагог должен осознавать большую ответственность за каждое свое слово, суждение, действие. Педагог должен быть мастером радости. Ему необходимо помнить, что перед ним дети, и, следовательно, игра для них является ведущим и основным видом деятельности. Поэтому актерский нерв, острота взгляда, внимание и любовь к своему делу и воспитанникам – залог успеха в обучении. При умелом сочетании игровой и обучающей деятельности занятия хореографией становятся достаточно привлекательными. Похвала, подбадривание, различные виды поощрений просто необходимы на этапе знакомства с хореографическим искусством. Ведь все это радует детей, и тогда они получают удовольствие от занятий. И лишь затем, постепенно и осторожно, следует вырабатывать убеждение, что малоприятные иногда занятия, многократная отработка одного и того же движения крайне необходимы для дальнейшего развития, для достижения основной цели. Сначала – выполнение движений, которые приносят успех без каких-либо особых усилий со стороны ребенка. Затем степень трудности упражнений должна постепенно возрастать. И только потом предлагаются движения, успешное выполнение которых гарантируется наличием настойчивости и выраженного старания.

Сроки реализации. Программа рассчитана на 2 года по 64 часа в год. Группы комплектуются из детей 4,5-5 лет и 5,5-6 лет.

Цель – адаптация детей к новым условиям, учреждению, группе; развитие физических возможностей организма средствами танцевального искусства.

Данная цель требует решения ряда задач:

- дать первичные знания о танце, познакомить с основами музыкального сопровождения;
- укрепить все группы мышц;
- сформировать координации слуховых и двигательных навыков;
- развить внутреннюю собранность, внимание;
- сформировать навык работы в коллективе.

Режим занятий. Продолжительность занятия - 30 минут.

Количество занятий в неделю – 2 раза по 1 занятию.

Литмика - 32
Гимнастика - 32
первый год
второй год

Учебно-тематический план

первый год обучения

№	Название темы	Кол-во
	Блок «Ритмика»	
1.	От простого хлопка к притопу	8
2.	Работа над выразительностью мимики	4
3.	Ориентация в пространстве	8
4.	Музыкально-ритмические навыки и навыки выразительного движения	3
	<i>ВСЕГО</i>	23
	Блок «Хореографическая пластика и партерная гимнастика»	
5.	Мир пластики и партерной гимнастики	8
	Развитие подвижности суставов рук и ног	
	Работа над выворотностью	
6.	Работа над мышцами спины и живота	5
7.	Упражнения на снятие напряженности и растяжки позвоночника	3
8.	Растяжки	7
	<i>ВСЕГО</i>	23
	Блок «Постановка хореографических номеров»	
	Танец «Неваляшки»	5
	Танец «Снежинок»	5
	Танцевальные композиции на ритмической основе	15
	<i>ВСЕГО</i>	20
	Всего за год	66

Содержание курса

Первый год обучения

Блок «Ритмика»

Тема 1. От простого хлопка к притопу.

Хлопки: звонко, весело, тихо, мягко, ладонь о ладонь, перед собой, по плечам, по коленям, в различном темпе и ритмическом рисунке. Понятие «мелодия». Темп музыки, ускорение, замедление. Музыкальное вступление. Начало и конец музыкальной темы. Связь начала движения с музыкальной фразой. Ритм и ритмический рисунок на хлопках. Бег и прыжки в сочетании по принципу контраста.

Тема 2. Работа над выразительностью мимики

Образы: радостные, добрые, грустные, испуганные, страшилки, кривляки. Работа над мимикой лица. Праздничное исполнение движений и этюдов. Основные требования: не опускать голову, следить за осанкой, работать над и одтянутой грудью и спиной.

Тема 3. Ориентация в пространстве.

Понятия в танце: круг, линия, стайка, раскатились горошинки, змейка, круг в круге. Построение по линиям в окошечко (шахматное). Движения: друг за другом, гуляем по извилистой дорожке. Понятия: поворот, полуповорот, движение вправо, влево. Умения «держаться» интервал, не сужать круг; чувство пространства. Умение останавливаться вместе с музыкой.

Тема 4. Музыкально-ритмические навыки и навыки выразительного движения

Выбор движений, соответствующих темпу, ритму. Навыки импровизации от прослушивания музыкального материала, различного по характеру. Музыкальные загадки, сказки. Образно-игровые движения: ветерок, солнышко, крылья лебедя, крылья цыпленка, крылья воробышка. Шаги котенка, лисички, ежика, лошадки. Прыжки: зайчики, мячики, капельки.

Блок «Хореографическая пластика и партерная гимнастика»

Тема 5. Мир пластики и партерная гимнастика.

Первые анатомические сведения о строении человеческого тела: спина, живот, руки, ноги, шея, колено, бедро, стопа, кисть. Понятия: «мышцы», «твердые и мягкие мышцы». Развитие мышечных ощущений. Постановка корпуса стоя, сидя, устойчивость на одной ноге, на двух ногах на полупальцах («Деревце растет»). Работа над красивой постановкой головы, ощущением опущенности плеч. Выразительность мимики лица. Первоначальный характер движения «отдыхательный» (полежать на спине, на животе, свернуться клубочком, покататься с боку на бок) с постепенным переходом к движениям, требующим мышечного напряжения.

Тема 6. Работа над мышцами спины и живота.

Упражнения для укрепления мышц поясничного отдела позвоночника и мышц спины: лодочка, вытягивание поясничного отдела в положении сидя (дощечка), то же с ногами, согнутыми в коленях. Лежа на животе: прогибы назад в поясничном отделе позвоночника

(стенка), то же в грудном и плечевом поясе позвоночника: «крючок», «лягушка», «корзинка», «лодочка», «перекат», «колечко».

Упражнения на укрепление мышц пресса из положения лежа на спине: поднимание и опускание маленьких карандашей; поднимание и опускание ног в потолок (плавно, резко); упражнения: «Велосипед», «Ножницы», «Уголок», «Звездочка», «ванька-встанька».

Тема 7. Упражнения на снятие напряженности и растяжки позвоночника.

Упражнения: лежа на спине - ноги за голову до пола, перекаты на спине, наклоны, прогибы, скручивания корпуса, мостики.

Тема 8. Растяжки,

Упражнения на выворотность стоп : «хвост русалочки», «складочка», «лягушка», Упражнения на растяжение мышц ног. Шагаты.

Блок Постановка хореографических номеров

Для понятия сценического пространства сцены , изучается сценическое пространство класса. Различные направления исполнения. В классе дети учат элементарные движения и рисунки, больше уделяется внимание на образ исполняемого.

**Учебно-тематический план
Второй год обучения**

п/п	Название темы	Кол-во часов
	Блок «Ритмика азбука танца»	
1	Ориентация в пространстве	4
2	Основные движения и элементы танца	7
3	Танцевальная музыка, длительность, ритм, размер в музыке	6
4	Танцевальные образы, комбинации и этюды.	6
	<i>ВСЕГО</i>	23
	Блок «Хореографическая пластика и партерная гимнастика	
5.	Постановка корпуса	3
6.	Развитие подвижности суставов рук и ног	3
7.	Работа над выворотностью	3
8.	Работа над мышцами спины и живота	3
9.	Упражнения на снятие напряженности	3
10.	Растяжки	4
11.	Комбинации упражнений партерной гимнастики	4
	<i>ВСЕГО</i>	23
	Постановка хореографических номеров	
	Эстрадного направления	7
	Классического направления	7
	Народного направления	6
	<i>ВСЕГО</i>	20
	Всего за год	66

Содержание курса Второй год обучения

Блок «Ритмика азбука танца».

Тема 1. Ориентация в пространстве.

Передвижение в различных рисунках по одному, в паре. Перестроения из кругового рисунка в линейный и наоборот. Объемность рисунка и его выразительность. Новые рисунки: змейка, воротца. Различие правой, левой ноги, руки, плеча. Повороты вправо, влево.

Тема 2. Основные движения и элементы танца.

Название основных движений танца, происхождение названия.

Ходы: различные виды шагов с одновременной работой рук, корпуса, головы.

Галоп - по кругу (боковой), в сочетании с притопом, хлопками.

Элементы русского танца - ковырялочка: просто и с притопом; с пружинкой: приставные шаги, переменные шаги. Положения партнеров в паре.

Полька по 5-й позиции (три шага, подскок). Хлопки как ритмический рисунок и как элемент хлопушки для мальчиков. Подготовка к присядкам для мальчиков - «мячик», «стульчик». Подскоки на месте и в продвижении. Соединение танцевальных элементов в небольшие комбинации (соло, в парах, по кругу), логические цепочки, танцевальные этюды.

Тема 3. Танцевальная музыка. Длительность, ритм, размер в музыке.

Особенности танцевальных жанров: марша, галопа. Прослушивание и анализ танцевальной музыки, воспроизведение в движениях галопа, марша.

Музыка «дает команды» движению, а движение раскрывает музыку.

Понятие о длительности, ритме и размере в музыкальном произведении.

Умение воспроизводить на хлопках и шагах разнообразные ритмические рисунки, определять

Тема 4. Танцевальные образы, комбинации и этюды. Парные, массовые комбинации и этюды - создаем образ, развиваем внимание и фантазию. Танцевальные комбинации и этюды на технику и координацию: «Котики», «Оранжевая полька», «Гномы-Великаны», «Бабочки», «Пчелки», «Курочка и цыплятки».

Блок «Хореографическая пластика и партерная гимнастика»

Тема 5. Постановка корпуса.

Постановка корпуса стоя, лежа, сидя. Изучение позиций ног (1,2,3), подготовительного положения рук, позиций рук (1,2,3). Исполнение движений по принципу контраста: напряженные - расслабленные. Красивая посадка головы: играем в принца и принцессу (на голове драгоценная корона, держать голову так, чтобы корона не упала). Работа над выразительностью мышц лица.

Тема 6. Развитие подвижности суставов рук и ног.

Выполнение упражнений 1-го года обучения в более быстром темпе.

Увеличение количества повторов движений. Упражнения: «клювики-утюжки», стрелочки, карандашики - в различном темпе.

Тема 7. Работа над выворотностью.

Закрепляем и совершенствуем упражнения 1-го года обучения:

-лежа на спине резко открываем поднятые вытянутые ноги до пола;

-то же с медленным открыванием ног;

-ножницы на спине;

- сидя - наклон вперед, ноги раскрыты до положения «шпагат»;

Тема 8. Работа над мышцами спины и живота.

Упражнения для укрепления мышц спины. Профилактика кифоза, сколиоза. Укрепление мышечного «корсета». Упражнения на правильное удержание спины в положении сидя («Дощечка»), Упражнения для укрепления мышц спины лежа на животе: «Матрешка», «Лодочка», «Рыбки», «Лягушка», «Корзинка». Упражнения для развития гибкости в плечевом поясе, в грудном отделе позвоночника, в поясничном отделе позвоночника.

Различные упражнения на укрепление пресса: «Маленькие карандашники», «Большие карандаши», «Где мои пальчики ног», «Уголок», «Звездочка», сесть или лечь без помощи рук, перенос прямых ног спереди в положение за голову, «Березка», «Велосипед», «Ножницы».

Тема 9. Упражнения на снятие напряженности.

Упражнения на расслабление мышц

Тема 10.Растяжки.

Упражнение на растягивание мышц различных частей тела. Шпагаты.

Тема 11. Комбинации упражнений партерной гимнастики.

Объединение упражнений в комбинации. Развитие выносливости, силы рук, ног, подвижности корпуса, гибкости, эластичности мышц и связок, координации.

Блок Постановка хореографических номеров

Сценическая площадка, сценическая одежда и оборудование сцены. Культура поведения на сцене. Репетиции на сцене. Выход на определенные позиции на сцене. Отработка рисунков и техники исполнения.

Постановка танцев на пройденном материале: эстрадный, ритмический, народный с элементами декораций, классический на статичных позах.

Материально - техническое обеспечение программы

1. Хореографический класс, оформленный в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудованный в соответствии с санитарными нормами: зеркальное оформление стен и станки.
2. Нотно-методическая литература.
3. Фотоаппарат.
4. Аудиокассеты, CD, MD, флеш карты.
5. Аппаратура для озвучивания занятий: музыкальный центр, ноутбук.
6. Гимнастические коврики.
7. Костюмы для концертной программы.
8. Фортепиано.

Список рекомендуемой литературы:

1. Баева И.А. Психология в понятиях, образах, переживаниях. - М.: Центр гуманитарного образования, 1996. Базаров Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. — Л.: Искусство. Ленинградское отделение, 1983.
2. Балет: Энциклопедия, - М.: Советская энциклопедия, 1981.
3. Бриске И.Э. Ритмика и танец. - Челябинск, 1993.
4. Боголюбская А.С. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах. М., 1982.
5. Бурменский Г.В., Слуцкий В.М., Одаренные дети. - М.: Прогресс, 1991.
6. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. - Спб.: Союз, 1997.
7. Гваттерини М. Учимся танцевать. Азбука балета. - М., 2001.
8. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии. М.: Искусство, 1964.
9. Зеньковский В.В. Психология детства. М.: Академия, 1996.
10. Климов А.А. Основы русского народного танца. - М.: Искусство, 1981.
11. Князева О. Танцы Урала. - Свердловск, 1962.
12. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. - Л.: Искусство, 1986.
13. Котельникова Е.Г. Биомеханика хореографических упражнений. - Л.: ЛГИК, 1980.
14. Кулагина И.К.), Колюцкий В.И. Возрастная психология. М, 2001.
15. Медведь Э.И. Эстетическое воспитание школьников в системе дополнительного образования. - М., 2002.
16. Нарекая Т.Б. Воспитание творческой личности средствами хореографии. Челябинск, 1993.
17. Немов Р.С. Психология. Кн.2. М.: Гуманитарный центр ВЛАДОС, 1999.
18. Сластен и н В.А., Исаев И.Ф., Шиянов Е.Н. Общая педагогика. - М.: Гуманитарный центр ВЛАДОС, 2003. *