

Управление образования Верх-Исетского района
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад
комбинированного вида № 248

620034, г.Екатеринбург, ул.Черепанова 22-а, тел: 245-36- 76, 245-36-67
e-mail: mdou248@eduekb.ru

Принято
Педагогическим советом
МБДОУ детский сад
комбинированного вида 248
Протокол № 1 от «31» августа 2023 г.

Утверждено
Заведующим МБДОУ детский сад
комбинированного вида № 248
Данилова Н.А.
Приказ № 67- О от «31» августа 2023 г.



**Дополнительная общеобразовательная
программа
«Танцевальный микс»
для детей 3-7 лет**

Направленность: художественная
Срок реализации: 1 год

Автор составитель:
Ромодан Э.Ф.
педагог дополнительного
образования

Екатеринбург
2023

СОДЕРЖАНИЕ

ГЛАВА 1. Целевой раздел.	3
1.1. Основные цели Программы.	5
1.2. Особенности хореографической работы с детьми.	5
1.3 Система оценки по программе.....	7
ГЛАВА 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	9
2.1. Содержание программы дополнительного образования «Танцевальный микс».....	9
2.2 Содержание программы.	9
2.3 Рабочая программа.....	12
ГЛАВА 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.....	14
3.1 Организационные условия	16
БИБЛИОТИЧЕСКИЙ СПИСОК	18

ГЛАВА 1. Целевой раздел.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Танцевальный микс» Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения – детского сада комбинированного вида № 248 (далее Программа) направлена на всестороннее удовлетворение образовательных потребностей воспитанников в интеллектуальном, духовно-нравственном, физическом совершенствовании. В настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития. В связи с этим актуальной становится проблема поиска эффективных путей укрепления здоровья ребенка, профилактики заболеваний и увеличения двигательной активности как мощного фактора интеллектуального и эмоционального развития человека. Занятия хореографией позволяют развить у ребенка потребность жить и преобразовывать мир по законам красоты, выработать у него сопротивляемость к негативным явлениям и поступкам, потребность вести здоровый образ жизни.

При разработке Программы разработчик составитель руководствовался социальным заказом семей воспитанников на качество, вид, направленность образовательных услуг, полученным в результате анкетирования родителей, а также следующими нормативными документами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями и дополнениями от 17.02.2021.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155.
3. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормы и требования к безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

4. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

5. Устав Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детский сад комбинированного вида № 248.

6. Приказ Минобрнауки России № 1008 от 29 августа 2013 г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

7. Структурно программа представляет собой комплекс из модулей, каждый из которых состоит из психофизиологического обоснования, тематического плана, содержания курса, требований к уровню подготовки детей. В учебно-методическое обеспечение занятий входят литературное и практическое приложение. Основные принципы, заложенные в данную программу: танец как способ «проживания» ребёнком ситуации, игра как способ познания и отражения жизни, сочетание коллективного и индивидуального творчества, единство чувственного и рационального. Музыка даёт «команды» движению, движение - отображает характер музыки. Одним из основных принципов в создании и воспроизведении ребёнком танца является целостность восприятия образа.

Согласно этим принципам выбрана и форма подачи учебного материала - «В танце есть элемент и легенды и жизни, Танец есть мост, перекинутый из нашей обыденной жизни к воздушным замкам свободного творчества. И, именно, потому, что в танце есть нечто от искусства, и нечто от жизни, в нём должна раскрываться та таинственная связь, которая сковывает творчество жизни со свободным творчеством...»

1.1. Основные цели Программы.

Цель программы: является формирование целостной, духовно-нравственной, гармонично развитой личности, а также сохранение и укрепление здоровья детей.

Задачи программы:

Обучающие:

- расширять знания в области современного хореографического искусства;
- способствовать выражению собственных ощущений, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства;
- формировать умение понимать «язык» движений, их красоту.

Развивающие:

- Развивать гибкость, координацию движений;
- Развивать психофизические особенности, способствующие успешной самореализации;
- укреплять физическое и психологическое здоровье.

Воспитательные:

- Содействовать гармоничному развитию творческой личности ребенка;
- Развивать чувства гармонии, чувства ритма;
- Совершенствовать нравственно - эстетические, духовные и физические потребности.

Система обучения танцу строится с учетом индивидуальных и психофизиологических особенностей каждого ребенка; соблюдается личностно – ориентированный подход в обучении хореографии; танец рассматривается как способ развития основных познавательных процессов личности ребенка и его эмоционально-волевой сферы.

1.2. Особенности хореографической работы с детьми.

Особенности хореографической работы с детьми 4-5 лет.

Психологическая характеристика развития детей в хореографической работе.

Двигательная активность, работоспособность, выносливость детей этого возраста уже согласованна в умении управлять своим телом, координировать движения, что является важным показателем для хореографического и умственного развития ребенка.

В этот период развития ребенок уже может воспроизводить движения в образах. Выполнение простых сюжетных и парных танцев происходит осмысленно, целенаправленно с анализом своих действий (наглядно-образное мышление). Ребенок свободно фантазирует при помощи выразительных, пластичных танцевальных движений под определенный характер мелодии; вместе с танцевальными движениями использует мимику и пантомимику, хорошо чувствует ритм. В танцах он начинает развивать творческое воображение, сообразительность, волевые и нравственные качества.

Особенности хореографической работы с детьми 5-7 лет.

Психологическая характеристика развития детей в хореографической работе.

Дети этого возраста хорошо ориентируются в пространстве, правильно используют многообразные обозначения пространственных отношений, перестроений в танце. Теперь ребенок осознанно выполняет задания, а обучение становится более целенаправленным. Различные перестроения, координация движений в танцах развивают у ребенка такие мыслительные операции, как сравнение, абстрагирование, установление причинно-следственных связей.

1.3 Система оценки по программе

В соответствии с поставленными целями и задачами образовательной программы «Танцевальный микс» после освоения содержания программы ожидаются следующие результаты.

Дошкольник будет знать:

- музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- хореографические названия изученных элементов;
- требования к внешнему виду на занятиях;
- знать позиции ног.

Воспитанник будет уметь:

- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- исполнять хореографический этюд в группе.

Итоговое занятие проводится в форме концерта или открытого урока. Концерт или открытый урок является основной и конечной формой контроля знаний, умений, навыков и творческой самореализации дошкольников.

В итоге проделанной работы дети проявляют интерес к музыкально-ритмическим занятиям, осваивается необходимый объём движений эстрадного, современного танца, а также партерной гимнастики. У них формируется основа культуры движения, красивая осанка, чувство ритма. Дети понимают ориентировку на себе – правая рука (нога), левая рука (нога), и от себя – (направо, налево, вперёд, назад). Они хорошо ориентируются в пространстве зала и выполняют различные перестроения: в колонну, в шеренгу, по диагонали, врассыпную, по линии танца, противходом и т.д.

У детей появляются такие личностные качества, как уверенность, целеустремлённость, активность, желание показать свои достижения зрителям. Меняется и протекание психических процессов: отмечается сосредоточенность, устойчивость внимания, улучшение запоминания и воспроизведения, проявление творческого воображения.

Предметно-информационная составляющая:

К окончанию обучения дети должны:

1. Иметь представления:

- о собственном теле, правильной осанке;
- о танце, движениях и музыки в нем;
- о эстрадном танце.

2. Знать:

- понятия (единая форма одежды, концертный костюм, музыкальное вступление, интервал);
- основы танцевальной азбуки (позиции рук, позиции ног, танцевальные шаги, постановка корпуса, направление движения);
- детские, массовые и диско-танцы произвольной программы.

ГЛАВА 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание программы дополнительного образования

«Ганцевальный микс»

1. Уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
2. Использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям;
3. Построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
4. Поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
5. Поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
6. Возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
7. Поддержка родителей в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность.

2.2 Содержание программы.

Учебный план. 1 год обучения

№	Название раздела и темы	Всего часов	из них		Форма контроля /аттестации
			теория	практика	Беседа Объяснен

1.	Введение в программу. Знакомство с правилами по ТБ.	4	2	2	ие Наблюдение Рефлексия
2.	Азбука танцевального движения.	8	1	7	
3.	Ритмическая гимнастика.	6	1	5	
4.	Танцевальные этюды	8	2	6	
5.	Партерная гимнастика	6	1	5	
16.	Всего:	32	7	25	

Содержание учебного плана

1 год обучения 4-5 лет, 6 лет

Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

Практика. Правила поведения. Знакомство с изучаемым предметом. Игры «Круг имен», «Снежный ком», «Спроси-расскажи».

Тема 2. Азбука танцевального движения.

Теория. Понятие осанка. Постановка корпуса. Положение головы. Позиция ног и рук. Правила движения под музыку, перестраивания. Основные понятия: музыка, темп, такт, мелодия и движение

Практика. Упражнения «Поклон-приветствие», «Хлопки в ладоши». Положение рук: перед собой, вверху, внизу, справа и слева на уровне головы. Упражнения «Тик-так», «Уложить ушко», «Пружинка», «Улыбнемся себе и другу: наклоны», «Мячик». Упражнения для рук ног «Птичка», «Утюжок», «Флажок». Практическое закрепление правил и логики перестроений из одних рисунков в другие, поворота «вправо» и «влево».

Тема 3. Ритмическая гимнастика.

Теория. Значение комплекса ритмической гимнастики в работе будущих танцоров: вводная, основная и заключительная части. Танцевальные позиции ног: I, II, III. Танцевальные позиции рук (I, II, III). Выставление ноги на

носок, пятку в разных направлениях. Полуприседания. Комбинации хореографических упражнений.

Практика. Движения динамического характера: ходьба, бег, прыжки. Развивающие упражнения на тренировку крупных мышечных групп, совершенствование координации движений, умение четко и ритмично выполнять упражнения под музыку. Упражнения «Приветствие», «Балет», «Цветочек», «Рисуем солнышко на песке», «Лебеди», «Совы», «Ветер и деревья», «Пружинка».

Тема 4. Танцевальные этюды на эмоциональное выражение.

Теория. Значение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении. Импровизация в этюде. Правила составления этюдов на основе изученных танцевальных элементов. Этюд на выразительность жестов. Этюд на сопоставление разных характеров. Мимическая игра (передача мимики). Этюд, имитирующий действия человека.

Практика. Сочинение танцевальных этюдов на основе изученных танцевальных элементов. Упражнения, направленные на развитие выдумки, воображения, творческой инициативы: «Иди ко мне», «Уходи», «Три характера». Игра-упражнение «Расскажи стихотворение» с помощью жестов и мимики. Школа-студия стилизованная игра «Веселые превращения». Пластические этюды: «Ежик», «Дельфин», «Змея», «Пантера», «Морская звезда». Прыжки: «Пингвин», «Разножка», «Лягушка».

Тема 5. Партерная гимнастика.

Теория. Значение ускорения темпа исполнения движений. Понятия «гибкость суставов» «эластичность связок», «сила мышц». Растяжка и эластичность мышц ног, спины, живота. Подъем и выворотность стопы. Значение здорового образа жизни танцора.

Практика. Разучивание новых развивающих упражнений на напряжение и расслабление мышц; направление и укрепление мышц спины; развитие выворотности мышц брюшного пресса; развитие подвижности голеностопного, коленного, тазобедренного суставов («Корзиночка»,

«Ягушка», «Чемоданчик» «Мостик», «Шпагат – полушпагат»). Гимнастические упражнения на координацию движений, пластической выразительности рук: «Веер», «Перекасти мяч», «Волна», «Да-нет», «Когти».

2.3 Рабочая программа.

Возрастная группа 4-5 лет.

1. Постановка корпуса: работа над подтянутостью спины; красивой постановкой головы; ощущением «развернутости» плеч.
2. Ходьба: простой танцевальный шаг; шаг на пятках; шаг на носках.
3. Бег: легкий; равномерный бег с захлестыванием голени назад.
4. Прыжки: легкие; равномерные; высокие: по 1/4 такта низкие: по 1/8 такта.
5. Партерная гимнастика (упражнения на полу): движения исполняются по принципу контраста: напряжение – расслабление; исполняются образные движения; упражнения выстраиваются от простого к сложному; упражнения для стоп, колен, корпуса; сидя на полу; лежа на полу для рук, ног, корпуса.
6. Ориентация в пространстве: исполнение основных упражнений и танцевальных движений в различных рисунках: круг, линии, движение.

Возрастная группа 6-7 лет.

1. Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины; красивой постановкой головы; ощущением «развернутости» плеч.
2. Ходьба: простой танцевальный шаг; шаг со свободной стопой: в разном ритме и темпе. шаг на пятках; шаг на носках.
3. Бег: легкий; равномерный бег с захлестыванием голени назад.
4. Прыжки: легкие; равномерные; высокие: по 1/4 такта; низкие: по 1/8 такта; возможны сочетания прыжков различной длительности и чередование их прыжков и «пружинки».
5. Поскоки: Легко перепрыгивать с ноги на ногу

6. Партерная гимнастика: движения исполняются по принципу контраста – напряжение – расслабление; исполняются образные движения упражнения выстраиваются от простого к сложному; упражнения для стоп, колен, корпуса; сидя на полу; лежа на полу для рук, ног, корпуса.
7. Ориентация в пространстве: исполнение основных упражнений и танцевальных движений в различных рисунках: круг, линии, движение.

ГЛАВА 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.

Целостный процесс обучения хореографическим движениям можно условно разделить на 3 этапа:

1. начальный этап – обучение упражнению (отдельному движению).
2. этап углубленного разучивания упражнения.
3. этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, апробируют упражнение. Название упражнения, вводимое педагогом на начальном этапе, создает условия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы детей. Показ упражнения или отдельного движения должен быть ярким и понятным, желательно в зеркальном изображении. Основной метод музыкально-ритмического воспитания детей – «вовлекающий показ» (С.Д. Руднева) двигательных упражнений, учитывая способность детей к подражанию, их желание двигаться вместе со взрослым и, вместе с тем, неспособность действовать по словесной инструкции. Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Объяснение должно быть кратким и образным, с использованием гимнастической терминологии. При обучении сложным движениям педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения.

Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например, изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе. Если упражнение нельзя разделить на составные части, применяется целостный метод обучения. Его можно использовать, выполняя упражнение в медленном темпе и четком ритме, без музыкального сопровождения или под музыку, но на 2, 4, 8 и большое количество счетов. Для начального обучения

упражнения используются ограничители, ориентиры. Педагог, проводя урок, должен использовать разнообразные методические приемы обучения двигательным действиям. Так, образные сравнения помогают детям правильно осваивать движение, так как создают у детей особое настроение. Похвала ребенка активизирует работу его сердца, нервную систему. Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основным методом обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Процесс разучивания существенно ускоряется, если удастся обеспечить занимающихся срочной информацией о качестве его выполнения. К таким приемам можно отнести упражнения перед зеркалом, использование звуковых ориентиров (хлопков, ударов в бубен). Повышению активности детей способствует изменение условий выполнения упражнений, постановка двигательных задач. С этой целью применяется соревновательный метод с установкой на лучшее исполнение. Другим эффективным методом является запоминание упражнения с помощью представления – «идеомоторной тренировки». В этом случае дети создают двигательные представления изучаемого упражнения сначала под музыку, а затем без нее. Это содействует быстрому освоению упражнения.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его в умение высшего порядка. Здесь применяется весь комплекс методов предыдущего этапа, однако ведущую роль приобретают методы разучивания в целом – соревновательный и игровой. Этап совершенствования упражнения можно считать завершенным только тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей.

Формы и методы проведения занятий

1. Словесные методы обучения: устное изложение; беседа; вопросы; освоение терминологии.
2. Наглядные методы обучения: показ видеоматериалов, иллюстраций;

показ, исполнение педагогом; наблюдение; работа по образцу и др.

3. Практические методы обучения: тренинг; упражнения, этюды; практическая отработка, совершенствование движений.

4. Игровые методы: игропластика; игровой стретчинг; игровой самомассаж; музыкально-подвижные игры и др.

Дидактический материал, используемый в процессе организации занятий: фотографии, литература по хореографии, ритмике, пластике, танцу, видео-аудиозаписи, словари терминов.

3.1 Организационные условия

Возможные формы организации деятельности воспитанников на занятии:

- групповая;
- индивидуально-групповая.

Формы проведения занятий: занятие-игра, репетиция, конкурс, творческая встреча, концерт, праздник, фестиваль и др.

Материально-технические условия

Занятия проводятся в спортивном зале МБДОУ, расположенном на первом этаже здания. Для успешного осуществления программы имеется следующее оборудование и атрибуты:

1. музыкальный центр – 1 шт.;
2. стулья детские – 40 шт.;
3. гимнастические кофры – 20 шт.

Форма для занятий:

Девочки: белые футболки, черные шортики, носочки, удобная для занятий мягкая танцевальная обувь (чешки), волосы хорошо подобраны.

Мальчики: белые футболки, черные шорты, мягкая обувь (чешки).

3.2 Оценочные материалы

Для выстраивания индивидуальной траектории развития каждого ребенка и оптимизации взаимодействия с группой детей были выделены содержательные характеристики хореографической деятельности.

Результатом реализации программы могут быть следующие целевые ориентиры:

1. использует выразительные средства в танцевальных и гимнастических композициях в соответствии заданной музыке;
2. самостоятельно отображает в движении основные средства музыкальной выразительности;
3. передает свой опыт младшим, способен организовать игровое общение с другими детьми;
4. импровизирует с использованием оригинальных и разнообразных движений; точно и правильно исполняет движения в танцевальных и гимнастических композициях.

Методы отслеживания результативности программы:

«Включённое» наблюдение.

1. Многократные наблюдения, их анализ позволяют сделать обоснованные выводы.
2. Изучение результатов творческой деятельности воспитанников (участия в концертах, праздниках, спортивных массовых мероприятиях, соревнованиях).

БИБЛИОТИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Барышникова Т. А. «Азбука хореографии» [Текст] / Т.А. Барышникова - М.; 1999 г.
2. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика» [Текст] / А.И.Буренина – Спб.; 2000 г.
3. Егоров В. Н. «Расскажи стихи руками» [Текст] / В.Н.Егоров - М.; 1992 г.
4. Каплунова И.А, Новоскольцева И.Н. «Потанцуй со мной дружок» [Текст] / И.А.Каплунова, И.Н.Новоскольцева - М.; 2005 г.
5. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика - хореография в детском саду» [Текст] / С.Л.Слуцкая - М.; 2006 г.
6. Суворова Т.В. «Танцевальная ритмика» [Текст] / Т.В.Суворова - М.; 2006 г.
7. Фирилёва Ж.Ё., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе - танцевально-игровая гимнастика для детей» [Текст] / Ж.Ё.Фирилёва, Е.Г.Сайкина - М.; 2008г.
9. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу» [Текст] / В.Г.Шершнева – М.; 2008г.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 416534327891003442290759540767602278017667815828

Владелец Данилова Наталия Александровна

Действителен с 25.08.2023 по 24.08.2024