

Управление образования и молодежной политики
администрации города Рязани
муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Рязани «Детский сад № 134»

390044 г. Рязань, ул. Новаторов д. 27 «А»

телефон: (4912) 37-77-71
(4912) 35-96-33
факс: 35-96-33
E-mail: ffzys-134@mail.ru

Согласовано
на совете ДОУ
МАДОУ «Детский сад №134»
Протокол № 4 от 28.05.2015 г.
Е.В. Никульшина *Е.В. Никульшина*

Утверждаю
Заведующий
МАДОУ «Детский сад № 134»
Т.А. Дергунова *Т.А. Дергунова* 2015 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА :**

«Ладушки»

(Художественная направленность
для детей 4-7 лет.

Срок реализации 3 года)



Согласовано
Мининова ИА
Дергунова Т.А.
ГАОУДО «Ювелирская школа»

Авторы:
Пшеничникова Ольга Александровна

Кузьмичева Марина Николаевна

**КОПИЯ
ВЕРНА**

Заведующий
МАДОУ
«ДКН 134»
Дергунова Т.А.
Рязань 2015



СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка _____	2
1.1. Цели и задачи _____	2
1.2. Условия реализации образовательной программы _____	3
1.3. Формы организации деятельности воспитанников _____	4
1.4. Методы учебно-воспитательной работы _____	5
2. Учебно-тематический план хореографического кружка «Ладушки» _____	6
3. Методическое обеспечение программы _____	11
4. Планируемые результаты _____	11
4.1. Методы учета и контроля _____	12
5. Возрастные образовательные нагрузки _____	12
Список используемой литературы _____	14
Приложение _____	16

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Хореография - искусство синтетическое. Оно позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического, а так же психического развития детей. Как никакое другое искусство, хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка. Он формирует его художественное «Я» как составную часть «общества», посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые личные стороны нашего существа.

Программа дополнительной образовательной деятельности «Ладушки» разработана коллективом авторов под руководством Пшеничниковой Ольги Александровны и Кузьмичевой Марины Николаевны для расширения ФГОС ДО в образовательной области «художественное развитие». Дополнительная образовательная программа по хореографии реализуется в художественной направленности.

Актуальность предлагаемой образовательной программы заключается в художественно-эстетическом развитии обучающихся, раскрытие в детях творческих способностей и формировании художественного вкуса.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что занятия хореографией развивают художественные способности детей, формируют эстетический вкус, улучшают физическое развитие и эмоциональное состояние детей.

В современных условиях социально-культурного развития общества главной задачей образования становится воспитание ребенка, как культурно-исторического объекта, способного к творческому саморазвитию, самореализации.

1.1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Цель программы: развитие творческих способностей детей средствами хореографического искусства.

Задачи программы

Образовательные:

- Обучать навыкам танцевального мастерства;
- Формировать музыкально-ритмические навыки;
- Формировать систему знаний, умений, навыков по основам хореографии.

Развивающие:

- Развивать артистические способности;
- Развивать координацию, гибкость, пластику, общую физическую выносливость;
- Развивать внимательность и наблюдательность, творческое воображение и фантазию через упражнения, этюды.

Воспитательные:

- Воспитывать эстетический вкус;
- Воспитывать интерес к танцу;
- Воспитывать чувство коллективизма;
- Способствовать формированию воли, дисциплинированности, взаимодействию с партнерами;
- Воспитывать настойчивость, выдержку, трудолюбие, целеустремленность.

Отличительная особенность данной дополнительной общеобразовательной программы от уже существующих программ в том, что она предусматривает использование традиционных и современных приемов обучения и заложить основы для

формирования основных компонентов учебной деятельности: умение видеть цель и действовать согласно с ней, контролировать свои действия.

Оснащение занятий:

Таблица 1

Оборудование	ТСО	Дидактический и наглядный материал
Стул педагога – 1 шт. Стулья для детей – 22 шт. Столы «Хохлома» Музыкальный инструмент (фортепиано)	Музыкальный центр – 1 шт. Фортепиано – 1 шт. Ноутбук (для педагога) – 1 шт.	Фонотека Нотная литература Видеотека

1.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Программа по хореографии рассчитана на три года обучения и направлена на гармоничное и целостное развитие личности детей дошкольного возраста от 4 до 7 лет.

Каждый год программы рассчитан на 72 учебных часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю. С целью сохранения здоровья и, исходя из программных требований, продолжительность занятий соответствует возрасту детей.

Структура занятий по хореографии – общепринятая. Каждое состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

Подготовительная часть занятия занимает 5-15% общего времени.

Основные задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: гимнастика (*строевые, общеразвивающие упражнения*); ритмика; музыкально – подвижные игры; музыкально – ритмическая композиция.

Основная часть занимает 70-85% от общего времени.

Ведется основная работа над развитием двигательных способностей детей, дается большой объем знаний, развивающих творческие способности. В нее входит разучивание движений, элементов и связок народных и эстрадных танцев.

Заключительная часть занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, пальчиковая гимнастика. В конце занятия подводится итог и дети возвращаются в группу.

Занятия составлены согласно педагогическим принципам и по своему содержанию соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям детей, которые позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

Основные педагогические принципы

1. Принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок. Постепенное повышение требований, предъявляемых организму в процессе тренировок. Однако, для улучшения возможностей необходим «отдых». Сочетание адекватной нагрузки и полноценного восстановления дает наилучшие результаты.

2. Систематичность. Все занятия происходят регулярно. Повышение возможностей организма происходит только при повторных нагрузках, которые углубляют эти изменения и способствуют более важным перестройкам в организме.

3. Вариативность. Варьируются: интенсивность и продолжительность нагрузки, разносторонность нагрузки, физическое и психическое напряжение. Варьирование необходимо для предотвращения травм. Оно улучшает не только психическое, но и психологическое состояние человека.

4. Наглядность. Это показ руководителем определенных упражнений и использование различных шапочек и спортивного инвентаря.

5. Доступность. Упражнения разучиваются от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка.

6. Закрепление навыков. Это выполнение упражнений на повторных занятиях и в домашних условиях.

7. Индивидуализация. Индивидуальный учет способностей каждого ребенка.

Формирование творчества в танце – достаточно тонкий и хрупкий процесс. Поэтому, при использовании всех перечисленных методов обучения, необходимым является следующее условие: поддержание у детей интереса к изучаемому материалу. Не следует работать над каждым упражнением или этюдом дольше 2-4 занятий подряд. Даже если за это время выполнены не все поставленные задачи, лучше обратиться к новому материалу, а к прежнему вернуться некоторое время спустя.

В процессе обучения используются игрушки, атрибуты с целью побуждения детей к более выразительному исполнению движений. В связи с этим нужно отбирать яркий, эстетически – выразительный игровой материал в том количестве, которое необходимо для занятия.

Наличие доброжелательной обстановки на занятии можно считать необходимостью. Искренний и чуткий интерес педагога к любым малейшим находкам, успехам своих воспитанников, поддержка и поощрение их самостоятельности, станут залогом успеха.

Чрезвычайно важно воспитывать такое же внимательное отношение у детей друг к другу, умение искренне радоваться достижениям своих товарищей, желание помочь им в преодолении встречающихся трудностей. Все это создает действительно творческую атмосферу на занятии, без которой невозможно становление и развитие творчества.

Обязательная одежда и обувь для занятия:

Для девочек. Гимнастический купальник, юбка, чешки. Длинные волосы должны быть собраны в пучок или хвост.

Для мальчиков. Футболка, спортивные шорты, чешки.

Условия приема детей:

- соответствие возрасту;
- отсутствие каких-либо медицинских противопоказаний.

1.3. ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВОСПИТАННИКОВ

Основной формой образовательного процесса является занятия (групповые, подгрупповые, индивидуальные), которые включают в себя теоретические и практические часы. Другие формы работы:

- репетиционная деятельность;
- концертная деятельность;
- участие в конкурсах, фестивалях.

1.4. МЕТОДЫ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

- Словесные – объяснения, беседы, рассказ;
- Игровые – музыкальные и танцевальные игры для усвоения материала;
- Наглядные – показ видеоматериалов, посещение конкурсов танцевальных коллективов города;
- Практические – занятие, изучение танцевальных движений и упражнений.

Методика обучения

В совершенстве овладеть огромным разнообразием движений, комбинаций и целых комплексов упражнений, входящих в программу, возможно лишь при условии правильного использования методов, которые лежат в основе организации занятий.

Целостный процесс обучения можно условно разделить на три этапа:

- Начальный этап – обучение упражнению (*отдельному движению*);
- Этап углубленного разучивания упражнений;
- Этап закрепления и совершенствования упражнения.

Таблица 2

Начальный этап	Этап углубленного разучивания	Этап закрепления и совершенствования
<ul style="list-style-type: none">- название упражнения;- показ;- объяснение техники;- опробования упражнений.	<ul style="list-style-type: none">- уточнение двигательных действий;- понимание закономерностей движения;- усовершенствование ритма;- свободное и слитное выполнение упражнения.	<ul style="list-style-type: none">- закрепление двигательного навыка;- выполнение упражнений более высокого уровня;- использование упражнений в комбинации с другими упражнениями;- формирование индивидуального стиля.

Очень важную роль на занятиях по хореографии играет музыкальное сопровождение. Музыкальные произведения, используемые для сопровождения очень разнообразны: по жанру, стилю, форме, размеру, темпу и т.д. Но при всем этом, музыкальные произведения должны быть доступны пониманию детей, выразительны, пробуждать у детей фантазию и воображение. Все это позволяет сформировать у детей наиболее полное представление о разнообразии музыкальных произведений, обогатить их эмоциональными и эстетическими переживаниями, помогает в воспитании музыкального вкуса.

Отдельные игровые упражнения могут быть использованы в качестве динамических пауз для отдыха – если всё занятие проводится в достаточно большом темпе и подразумевает много движений.

Комплексы игровых упражнений включаются в различные части занятия: в разминку или в занятие целиком. В работе над выразительностью движений, над пластикой, над эмоциональной насыщенностью образа, включаются имитационные движения, которые очень ценны для дошкольного возраста.

**2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО КРУЖКА
«ЛАДУШКИ»
Учебно-тематический план на 1 год обучения**

Таблица 3

№	Разделы	Количество часов		
		Теоретические	Практические	Всего
1.	Вводное занятие	1	1	2
2.	Ритмика- Гимнастика	1	11	12
3.	Народный танец	–	16	16
4.	Эстрадный танец	–	16	16
5.	Постановка танца	–	26	26
	Итого:	2	70	72

Содержание программы первого года обучения.

1. Вводное занятие (2 часа).

Теория: Знакомство с коллективом, правила поведения на уроке, внешний вид, техника безопасности на уроке.

Практика: Проверка физических данных, музыкального слуха.

2. Ритмика - Гимнастика (12 часов).

Теория (1 час):

Строение музыкальной речи, характер, темп, ритм, музыкальный счёт, динамическая окраска музыки.

Практика (11 часов):

1. Основное положение (стоя), положения рук и ног (руки вдоль туловища, пятки вместе, носки врозь). Основное построение на уроке (в кругу) (2 часа).
2. Движения головы и плеч (голова движется вперед-назад, повороты головы вправо-влево, плечи вверх-вниз). Ходьба (на носках – руки вверх, на пятках – руки за спиной) (2 часа).
3. Движения корпуса, рук (боковые наклоны корпуса вправо-влево; круговые движения кистью, предплечьем). Построение (в колонну, шеренгу) (2 часа).
4. Поскоки (прыжки с поочередным поднятием колен), галоп (боковые прыжки за правой ногой, за левой ногой). Построение цепочкой (взявшись за руки, друг за другом) , в круг (образуют круг взявшись за руки) (3 часа).

5. Пружинные движения ног (высокое приседание без отрыва пяток от пола). Движения на развитие выворотности (повороты туловища без изменения положения ног) (2 часа).

3. Народный танец (16 часов).

Разучивание вариантов народного поклона (поклон головой) (1 час).

1. Разучивание позиций ног (1, 2, 3 позиции). Положения рук (руки вдоль туловища, руки на поясе). (2 часа)
2. Танцевальные ходы: приставной шаг (шаг с правой ноги с приставлением левой), шаг на полупальцах (на носках). (2 часа)
3. Позиции рук в народном танце (на поясе, «полочка», за спиной). Перестроения: по кругу, шеренгой (друг за другом, взявшись за руки). (2 часа)
4. Вращение вокруг своей оси (кружение). (2 часа)
5. Разворот шеренги на месте (поворот через правое плечо, через левое плечо). (2 часа)
6. Перестроения: «ворота» (парами взявшись за руки), «змейка» (ходьба друг за другом со сменой направления), «колонна» (друг за другом). (2 часа)
7. Топающий шаг (невысокое поднятие стопы, без колен). (1 час)
8. Правильность исполнения танцевальных движений (отработка). (2 часа)

4. Эстрадный танец (16 часов).

1. Реверанс (налево и направо) (2 часа).
2. Плавные взмахи рук (вправо, влево, вверх, вниз) (1 час).
3. Подскоки (в ритме музыки) (2 часа).
4. Бег (на носках с захлестом ног) (2 часа).
5. Прыжки (с хлопком над головой) (2 часа).
6. Боковой галоп (со сменой направления) (2 часа).
7. Шаг с точкой (с остановкой) (2 часа).
8. Закрепление пройденного материала (отработка) (2 часа).

5. Постановка танца (26 часов).

Практика (26 часов)

1. Разбор музыки танцевального номера (2 часа).
2. Разучивание движений танцевального номера (4 часа).
3. Разучивание комбинаций танцевального номера (4 часа).
4. Построение фигур и рисунков танцевального номера (2 часа).
5. Репетиция танцевального номера (8 часов).
6. Отработка техники исполнения (4 часа).
7. Работа над образом танцевального номера (2 часа).

Учебно-тематический план на 2 год обучения

Таблица 4

№	Разделы	Количество часов		
		Теоретические	Практические	Всего
1.	Вводное занятие.	1	1	2
2.	Ритмика-Гимнастика	–	10	10

3.	Эстрадный танец	–	16	16
4.	Народный танец	–	16	16
5.	Постановка танца	–	26	26
6.	Профориентация	2	–	2
	Итого:	3	69	72

Содержание программы второго года обучения.

1. Вводное занятие (2 часа).

Теория: Правила поведения на уроке, внешний вид, техника безопасности на уроке.

Практика: Проверка физических данных, проверка двигатель-но-слуховой координации.

2. Ритмика - Гимнастика (10 часов).

1. Развитие мышечного чувства. Развитие подвижности суставов (круговые движение кистей, предплечий, коленей). (2 часа)
2. Построения концентрических кругов, квадрат из круга. Прыжковые движения (прыжки на двух ногах, на одной, «лягушка»).(2 часа)
3. Развитие плечевого и локтевого суставов. Перестроения «звёздочка» (соединение левых, правых рук), «карусель» (парами). (2 часа)
4. Замедление и ускорение музыки (2 часа).
5. Освоение плавных движений (2 часа).

3. Эстрадный танец (16 часов).

1. Приставной шаг (с приседанием) (2 часа).
2. Плавные взмахи рук (вверх и в сторону) (1 час).
3. Прыжки (с перекрещиванием ног) (3 часа).
4. Кружение подскоками (2 часа).
5. Парное движение «До-за-до» (обойти спиной друг друга) (2 часа).
6. Шаг (с приседанием) (3 часа).
7. «Твистовые» движения (движения ногами) (2 часа).
8. Работа рук, движение «насос» (кулачки вверх, вниз) (1 час).

4. Народный танец (22 часа).

1. Варианты поклонов в народном танце (правой рукой от левого плеча), позиции рук и ног (4, 5 позиции) (2 часа).
2. Танцевальные ходы (шаг с носка, переменный шаг, перестроение) (4 часа).
3. «Ковырялочка» (носок-пятка-перетоп), «гармошка» (пятки вместе, носки врозь с продвижением) (2 часа).
4. Подготовка к верёвочке, движение «моталочка» (носок-пятка, перекрест носок-пятка) (2 часа).
5. Перетопы (пятка-пятка, тройной перетоп) (2 часа).

6. Вращение по диагонали (кружение) (2 часа).
7. Шаги с припаданием (шаг, присест) (3 часа).
8. Прыжки с «поджатыми» (согнуты колени, с высоко поднятыми пятками) (3 часа).
9. Итоговое занятие по народному танцу (показ) (2 часа).

5. Постановка танца (26 часов).

Практика (26 часов)

1. Разбор музыки танцевального номера (2 часа).
2. Разучивание движений танцевального номера (2 часа).
3. Разучивание комбинаций танцевального номера (4 часа).
4. Построение фигур и рисунков танцевального номера (4 часа).
5. Репетиция танцевального номера (8 часов).
6. Отработка техники исполнения (4 часа).
7. Работа над образом танцевального номера (2 часа).

6. Профорентация (2 часа).

1. Исполнительское мастерство (2 часа).

Учебно-тематический план на 3 год обучения

Таблица 5

№	Разделы	Количество часов		
		Теоретические	Практические	Всего
1.	Вводное занятие	1	1	2
2.	Ритмика-Гимнастика	–	10	10
3.	Эстрадный танец	–	16	16
4.	Народный танец	–	16	16
5.	Постановка танца	–	26	26
6.	Профорентация	2	–	2
	Итого:	3	69	72

Содержание программы третьего года обучения

1. Вводное занятие (2 часа).

Теория: правила поведения на уроке, внешний вид, техника безопасности на уроке.

Практика: проверка техники исполнения движений, способность передать танцевальный образ

2. Ритмика - Гимнастика (10 часов)

1. Развитие отдельных групп мышц (2 часа).
2. Развитие подвижности суставов (круговые движения коленей, кистей, предплечий) (2 часа).
3. Освоение плавных движений (движения без рывков) (2 часа).
4. Движения различного эмоционально-динамического характера (2 часа).
5. Смена темпо-ритма в музыке. Перестроения (2 часа).

3. Эстрадный танец (16 часов).

1. Прыжки (с перекрещиванием ног) (2 часа).
2. Разворот туловища на 90 °С (вправо-влево) (2 часа).
3. Прыжки с разворотом на 180 °С (вокруг себя) (2 часа).
4. Движения «Танго» (парами, с разворотом головы) (2 часа).
5. Движения «Чарльстон» (ногами) (2 часа).
6. Перестроения подскоками (2 часа).
7. Парный боковой галоп (2 часа).
8. Движение «Часики» (головой) (2 часа).

4. Народный танец (16 часов).

1. Повторение позиций ног и рук (1,2,3,4,5,6), танцевальных ходов (приставной, с припаданием, на полупальцах) (2 часа).
2. Положения рук в парах, тройках и группами (ладонями, за руки, скрещенные, за талию, за руки с поднятием, под локти (2 часа).
3. Присядка (из 2 позиции, с широко расставленными коленями), хлопучки (в стороны, с прямыми руками) (4 часа).
4. Вращения вокруг оси и по диагонали (кружение) (4 часа).
5. Комбинация на дробные выстукивания на месте (двойная дробь правой, двойная дробь левой, перетоп) (4 часа).

5. Постановка танца (26 часов).

Практика (26 часов)

1. Разбор музыки танцевального номера (1 час).
2. Разучивание движений танцевального номера (4 часа).
3. Самостоятельное сочинение танцевальных комбинаций (1 час).
4. Разучивание комбинаций танцевального номера (2 часа).
5. Построение фигур и рисунков танцевального номера (4 часа).
6. Репетиция танцевального номера (8 часа).
7. Отработка техники исполнения (4 часа).
8. Работа над образом танцевального номера (2 часа).

6. Профорентация (2 часа).

Исполнительское мастерство (2 часа).

3. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Таблица 6

<i>№</i>	<i>Раздел или тема программы</i>	<i>Формы занятий</i>	<i>Приемы и методы организации образовательного процесса (в рамках занятий)</i>	<i>Дидактический материал</i>	<i>Техническое оснащение занятий</i>	<i>Формы подведения итогов</i>
1.	Ритмика-гимнастика	Практическое занятие, занятие игра, занятие конкурс	Практический, игровой, словесный	Нотная литература	Фортепиано, музыкальный центр	Занятие игра
2.	Эстрадный танец	Практическое занятие, видео-занятие	Практический, словесный, наглядный	Названия движений	Музыкальный центр, зеркала, ноутбук	Демонстрация
3.	Народный танец	Практическое занятие, видео-занятие	Практический, словесный, наглядный	Названия движений	Музыкальный центр, зеркала, ноутбук	Демонстрация
4.	Постановка танца	Практическое занятие, демонстрация, репетиция	Практический, игровой, словесный, наглядный,		Музыкальный центр, зеркала	Конкурс, фестиваль

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1-й год обучения (средняя группа)

По окончании первого года обучения занимающиеся дети знают о назначении отдельных упражнений хореографии. Желают двигаться, танцевать под музыку, передавать в движениях, пластике характер музыки, игровой образ.

Могут выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок; ставить ногу на носок и на пятку. Умеют выполнять танцевальные движения, основные танцевальные позиции рук и ног.

Умеют выполнять простейшие двигательные задания (творческие игры, специальные задания), используют наработанные движения в импровизации под музыку этого года обучения.

2-й год обучения (старшая группа)

По окончании второго года обучения занимающиеся дети выразительно, свободно, самостоятельно двигаются под музыку. Умеют точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности.

Имеют навыки по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеобразовательных и танцевальных упражнениях. Владеют следующими танцевальными движениями: поочерёдное выбрасывание ног вперёд в прыжке; приставной шаг с приседанием, с продвижением вперёд, кружение; приседание с выставлением ноги вперёд; шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперёд. Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Могут исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку этого года обучения.

3-й год обучения (подготовительная группа)

По окончании третьего года обучения занимающиеся дети могут свободно ориентироваться в зале при проведении музыкально – подвижных игр.

Могут самостоятельно выполнять специальные упражнения для согласования движения с музыкой, владеют основами хореографических упражнений. Исполняют ритмические, эстрадные танцы и комплексы упражнений под музыку. Владеют следующими танцевальными движениями: шаг с притопом, приставной шаг с приседанием, пружинящий шаг, боковой галоп, переменный шаг. Ритмично и выразительно исполняют танцы, движения с предметами (шарами, обручами, платками, венками, ложками).

Способны к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.

4.1. Методы учета и контроля результатов

- Промежуточный контроль – контрольные занятия, открытые уроки;
- Итоговый контроль – открытый урок, участие в конкурсах.

5.ВОЗРАСТНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ НАГРУЗКИ

4 – 5 лет.

В данном возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения. Растет способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

Педагогическая задача состоит в том, чтобы создать условия для поиска характерных особенностей пластики персонажей, деталей их поведения. Выразительность исполнения образных движений, воссоздавая образ в целом. В основном это мир природы, окружающей нас, игрушки, добрые сказочные персонажи. Детям предлагаются этюды, небольшие по содержанию рассказы, яркие короткие музыкальные произведения для освоения образа, задания для импровизации танцевальных движений, игры с импровизациями.

5 – 6 лет.

В этом возрасте особенности детей позволяют усложнить материал. Психологические особенности позволяют ребенку лучше координировать свои действия с партнером, у детей возрастает способность к сочинению, фантазии, комбинации различных движений. Таким образом основным направлением в работе с детьми старшего возраста становится взаимодействие нескольких персонажей, комбинации нескольких движений и перестроений. Задачей педагога является формирование способов отношений с несколькими персонажами, развитие умений понимать их, передавать один и тот же

образ в разных настроениях, в разном характере, формировать способы комбинации различных танцевальных движений и перестроений.

Детям предлагаются более сложные композиции, яркие, контрастные музыкальные произведения для восприятия и передачи музыкального образа, предлагаются более сложные схемы перестроений, комбинации танцевальных движений.

6 – 7 лет.

В данном возрасте особенности детей позволяют осваивать достаточно сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнение движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Дети подготовительной группы способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений.

На данном этапе задачей педагога остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими партнерами. Педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества. Интенсивность нагрузки зависит от темпа музыкального произведения и от подбора движений. Наиболее нагрузочным является темп 150-160 акцентов в минуту, которому соответствуют быстрый бег, прыжки, подскоки, галопы, приседания.

Для подбора упражнений соответствующие темпу музыке предлагаются следующие критерии:

Быстрый бег – 160 акцентов в минуту;

Галоп, подскоки – 120-150 акцентов в минуту;

Маховые движения – 80-90 акцентов в минуту;

Наклоны – 70 акцентов в минуту;

Наклоны головы, повороты растягивания – 40-60 акцентов в минуту. Определение сложности и доступности музыкально-ритмических композиций для детей, безусловно, относительно. Необходимо соотносить все характеристики с индивидуальными возможностями конкретного ребёнка. Важно также ориентироваться на средние показатели уровня развития детей в группе.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Базарова Н. «Азбука классического танца». - М.: Искусство, 1964г.
2. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. «Музыка и движение» - М.: «Просвещение», 1983.
3. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. -СПб, 2000.
4. Ваганова А.Я. Основы классического танца: серия «Учебники для вузов. Специальная литература» - С.-П.: Издательство «Лань», 2000.
5. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. -М.: Просвещение, 1967
6. Горшкова Е.В. «О музыкально-двигательном творчестве в танце». - Дошкольное воспитание,1991г. №12.
7. Волошина Л.Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников. Учебно-методическое пособие. –М.: Аркти, 2005.
8. Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006.
9. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца». – М.: Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2004.
10. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца». – М.: Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2005.
11. Давыдова М.А. Музыкальное воспитание в детском саду. –М.: Вако, 2006
12. Елисеева Е. И., Родионова Ю. Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ. -М.: УЦ "Перспектива", 2012.
13. Ерохина О.В. Школа танцев для детей: серия «Мир вашего ребёнка»– Ростов н/Д: Феникс, 2003.
14. Заикин Н.И. «Областные особенности русского народного танца: учебное пособие для студентов вузов искусств и культуры» – Орёл, 1999.
15. Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. –М.: Айрис-пресс, 2006.
16. Звягин Д.И. «Народно-характерный танец: метод. разработка для студ. хореографического отделения» – С.-П.,2001.
17. Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005.
18. Латохина Л., Андрус Т. Творим здоровье души и тела. –СПб.: Пионер, 2000.
19. Лопухов А.В., Ширяев А.В., Бочаров А.И. «Основы характерного танца». 3-е изд. – СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «Планета музыки», 2007.
20. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. -Ярославль: Академия развития, 2000.
21. Панфёров В.И. «Основы композиции танца» – Челябинск: ЧГАКИ, 2003.
22. Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. В. Учите детей танцевать: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. -М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.
23. Руднева С.Д. «Музыкальное движение» – С.-П.: Издательский центр «Гуманитарная Академия», 2000.
24. Савчук О. Школа танцев для детей -Спб.: Ленинградское издательство, 2009.
25. Сингач Н.П. «Народно-сценический танец: становление, техника, стиль и манера исполнения: учебное пособие». – Барнаул: Изд-во АлтГАКИ, 2007.
26. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.-М.: Линка-пресс, 2006.

29. Суворова Т.И. Танцуй, малыш!. –СПб.:Музыкальная палитра, 2006.
30. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. –СПб.: Музыкальная палитра, 2006.
31. Пуртова Т.В., Беликова А.М., Кветназ О.В., «Учите детей танцевать: учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования» - М., 2003.
32. Федорова Г.П. Весенний бал. -СПб.: Детство-пресс, 2000.
33. Федорова Г.П. Танцы для детей. -СПб.: Детство-пресс, 2000.
34. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» -танцевально-игровая гимнастика для детей. –СПб.: Детство-пресс, 2006.
35. Яновская В. «Ритмика» - М.: «Музыка»,1978.

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ занятий	Наименование разделов и тем	Кол-во часов, календарные сроки изучения тем	Репертуар
Раздел 1.	Ритмика-Гимнастика	11	
	<p>Тема 1.1. Вводное занятие Выставление ноги на носок, на пятку с полуприседанием. «Ковырялочка». Движение приставными шагами с носка, ходьба на полупальцах в колонне.</p>	4 Сентябрь	«Калинка», «Ах, вы, сени», «Из-под дуба», «Полянка» р.н.п.
	<p>Тема 1.2. Виды хлопков. Гимнастика для развития мышц и суставов плеч, рук, кистей, головы. Прыжки на 180* и обратно.</p>	2 Октябрь	Упр. «Твёрдые и мягкие руки», «Мельница», «Поющие руки» П.Чайковский «Шарманщик поёт»
	<p>Тема 1.3. Образные движения. Развитие «мышечного чувства»: расслабление и напряжение мышц корпуса, рук и ног.</p>	3 Ноябрь	Упр. «Кошка», «Собака», «Лебедь», «Пружина», «Скобка», «Ветер», «Лошадки» С.Руднева.
	<p>Тема 1.4. Характерные движения. Упражнения на координацию движений: повороты головы с шагами, движение рук и головы с шагами</p>	2 Декабрь	Игра «Отгадайте-ка ребята, кто пришёл к нам поиграть?», танец «Котов и кошечек», танец «Кукол и солдатиков».
	Эстрадный танец	30	

1	<p>Тема 2.1. Первоначальные сведения по историческому танцу, происхождение и особенности эстрадных танцев. Движение в парах. Сужение и расширение круга.</p>	4 Январь	«Каждая пара пляшет по своему» Л.Генералова, танец «Буги-вуги»
	<p>Тема 2.2. Галоп (прямой и боковой) в кругу по линии танца, в парах, лицом друг к другу. Шаги польки. Поскоки на месте, кружение поскоками. Постановка танца</p>	6 Февраль	Полька «Добрый жук» Спаддавекиа, «Всадники и упряжки», «Берлинская полька», «Аннушка», «Старинный французский галоп» обр. Ш.Видора
	<p>Тема 2.3. Современные танцы. Перестроения группы: из круга в рассыпную. Постановка танца</p>	6 Март	Тренаж «Раз, два, три», танец «Бабка – Ёжка»
	<p>Тема 2.4. Эстрадный танец. Танцевальные комбинации и перестроения в эстрадных танцах. Постановка танца Выступление на фестивале «Вдохновение»</p>	7 Апрель	Танец «Зеленый светофор»
	<p>Тема 2.5. Повторение и подведение итогов. Выступление на «Выпускном» утреннике. Выступление на родительском собрании.</p>	7 Май	
Раздел 3.	Народный танец	31	
	<p>Тема 3.1. Вводное занятие Ориентировка в пространстве. Исходные положения. Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинящий)</p>	4 Сентябрь	«Марш» Л.Шульгин, «Этюд» Т. Ломова, Ритмические упражнения с шумовыми инструментами.
	<p>Тема 3.2. Основные движения под музыку: виды бега (лёгкий, на носочках, энергичный, стремительный). Определение музыкального размера. Восприятие сильной и слабой доли на слух, выполнение акцента в движениях. Постановка танца</p>	6 Октябрь	«Нетерпеливые бегуны» С.Руднева, игра «В лесу», «Море

			волнуется», «Хлопай, топай», прохлопыван ие ритмических рисунков знакомых песен.
	Тема 3.3. Положение рук в русской пляске. Элементы русской пляски Построения и перестроения, орнаментальные хороводы. Хороводные шаги: переменный, тройной шаг. Постановка танца	5 Ноябрь	Хоровод «Вейся, вейся, капуста» р.н.п. Хоровод с венками «Тари- дари».
	Тема 3.4. Хороводные шаги: топающий (топотушки, перетопы), дробный шаг. Движение по линии танца, против хода, в колонне по диагонали, в шеренге взявшись за руки. Движение с ускорением, замедлением темпа Постановка танца	6 Декабрь	Упр: «Ручеёк», «Вертушка», «Волна»,пере пляс «Стенка на стенку» Хоровод «Вейся, вейся, капуста».
	Тема 3.5. Постановка танца Закрепление пройденного. Выступление на фестивале «Рождественская радость». Конкурс «Звездочки детской эстрады».	10 Январь Февраль Март Апрель Май	Хоровод «Вейся, вейся, капуста».

Прошнуровано, пронумеровано
скреплено печатью и подписано
18 (восемнадцать) листов
Заведующий МАДОУ
«Детский сад № 134»

Т.А.Дергунова
2015

