

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
городского округа Королёв Московской области
«Детский сад комбинированного вида №48 «Тополёк»
(МБДОУ «Детский сад №48»)

topolek.33@list.ru
телефоны 8(498)646-92-09,
8 (495)519-84-38

141091, Московская обл.,
г.о. Королёв, мкр. Юбилейный,
ул.К.Д.Трофимова, 5

Принята
на Педагогическом совете
Протокол от 23.09.2020 г. № 2

Утверждена
приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад №48»
от 30.09.2020 г. № 84а



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЙ
НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ ДЕТЕЙ
СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
(5-6 ЛЕТ)
на 2020-2021 учебный год
(кружковая работа)
«Танцевальный калейдоскоп»

Руководитель кружка: Боденчук Анастасия Александровна,
Музыкальный руководитель первой квалификационной категории
МБДОУ «Детский сад №48» г. Королёв

2020-2021 г.г.

Пояснительная записка

Как и всякое искусство, танец доставляет ни с чем не сравнимое удовольствие.

Именно в танце можно познать свой дух и свое тело и выразит все свои чувства. Танцующий стремится выразить свои настроения и эмоции в пластически красивой и эстетической совершенной форме. Свобода и легкость движений, красота и пластичность радуют и танцоров, и зрителей. И само обучение танцу является активным творческим процессом. Преодолевая трудности, тренируя тело и осваивая лексику танца, человек познает красоту танцевального творчества. Мы живем на рубеже веков - и в танце тоже отражается веяние времени.

Танцевальное искусство делает жизнь ярче и праздничнее.

Именно в танце человек получает возможность познать дух своего народа, ощутить пластику своего тела, наиболее полно выразить свои чувства. Танец во все времена был средством выражения настроения и эмоций в пластически красивой и эстетически совершенной форме. Все, что люди не могли сказать словами, они стремились передать в танце.

Свобода и легкость, красота и пластичность танцевальных движений доставляют радость танцорам и восхищают зрителей.

Актуальность

Танцевальная гимнастика, ритмические упражнения необходимые для освоения танца, помогают приобрести учащимся навыки легкости, грациозности, избавиться от тяжеловесности, скованности.

Танцы - это наиболее яркая и эмоциональная часть любого мероприятия. Здесь каждый может блеснуть пластикой и грацией, умением двигаться. Не последнюю роль играет и желание выделиться, проявить свои способности. Но самым главным, конечно же, является стремление танцевать.

Кроме того, ритмические движения и музыка воздействуют на состояние здоровья человека.

Новизна

Учебный материал концентрируется вокруг блоков, каждый из которых включает в себя доступный и интересный по своему содержанию материал. В программу включены танцы народов мира, классические, современные, игровые-шуточные. Программный материал составлен с учетом возрастных особенностей детей и уровня первоначальной подготовки.

Цель: развитие творчества ребенка, а именно: разнообразных танцевальных умений, качеств личности средствами музыки и танцевальных движений. Взаимопроникновение музыки и движения.

Задачи:

1. Развивать двигательные качества и умения:

- Развивать ловкость, точность, координацию движений;
- Развивать гибкость и пластику;
- Воспитывать выносливость, развивать силу;
- Формировать правильную осанку, красивую походку;
- Развивать умения ориентироваться в пространстве;
- Формировать навыки выполнения различных движений в соответствии с возрастными возможностями;
- Обогащать двигательный опыт разнообразными видами движений.

2. Развивать музыкальность:

- Развивать способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;
- Развивать специальные музыкальные способности: музыкальный слух, чувство **ритма**;
- Развивать музыкальный кругозор и познавательный интерес к искусству танца;
- Развивать музыкальную память.

3. Развивать творческие способности, потребности самовыражения в движении под музыку;

4. Развивать и тренировать психические процессы (*эмоциональность, память, внимание, воля, мышление, восприятие*);

5. Развивать нравственно-коммуникативные качества.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы: 5-6 лет.

Сроки реализации программы

Продолжительность обучающей программы 1 год.

Структура занятия

1. Вводная часть:

- Поклон;
- Разминка по кругу;
- Разминка на середине.

2. Основная часть:

- Партерная гимнастика;
- Релаксация;
- Прыжки.

3. Танцевальные элементы, этюды.

4. Игры, импровизации.

Ожидаемые результаты

- Развивается воображение детей, их творческая активность.
- Дети учатся осознанному отношению к воспринимаемой музыке, к эмоционально-динамическому осмыслению движений.
- Музыка открывает для ребенка богатый мир добра, света, красоты, учит творческой преобразовательной деятельности.
- Выполняя хореографические движения, дети неизменно испытывают радостные чувства и истинное эстетическое удовлетворение.

Формы подведения итогов реализации программы: выступления на утренниках, итоговые занятия.

Календарно-тематическое планирование на 2020-2021 учебный год

Октябрь. Путешествие в страну танца.

1,2 неделя

Игроритмика. Задачи: Познакомить с правилами техники безопасности.

Учить ориентироваться в пространстве, развивать чувство ритма – упражнение «Разминка по кругу».

Гимнастика. Задачи: Познакомить с правилами техники безопасности.

Укреплять мышечный аппарат – упражнения «Струнка», «Мяч».

Танцы, пляски, игры. Задачи: Познакомить с правилами техники безопасности.

Музыкально-ритмические навыки: ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой, регистром; отмечать в движении сильную долю такта, менять движения в соответствии с формой музыкального произведения, различать малоконтрастные части музыки; чётко ощущать начало и конец музыки - игры «Пугало», «Великаны и гномы».

3 неделя

Задачи: Познакомить с понятием «разминка на середине», выучить движения разминки со словесным сопровождением – упражнение «Головами покиваем».

Задачи: Развивать физические данные: выворотность, подъём, гибкость – «Лягушечка», «Птичка», «Коробочка».

Задачи: Познакомить с новым танцем – «Матрёшечки».

4 неделя

Задачи: Закреплять понятия «лево и право», «вперед и вверх»; учить соотносить слово и движение – разминка по кругу.

Задачи: Развивать физические данные: выворотность, подъём, гибкость – «Бабочка», «Птичка», «Коробочка».

Задачи: **Отработать комбинации танца «Матрёшечки».** Познакомить с новой танцевальной композицией – «Кошачий рок-н-ролл».

Ноябрь. Как «горошинки» к зиме готовятся.

1 неделя

Задачи: Развивать координацию; закладывать основы успешности и веры в свои силы – упражнение «*Ножку правую возьмем*».

Задачи: Укреплять мышечный аппарат, рассказать о необходимости развития физических данных «*гибкость*» для танцора – упражнения «*Шагаем за руками*», «*Обнимаем ножки*», «*Струнка*».

Задачи: Самостоятельно ориентироваться в характере музыки, точно начинать движение после вступления – танец «*Матрешечки*». Развивать координацию движений, противоход – игра «*Крокодил*».

2 неделя

Задачи: Формировать правильной осанки – игра «*Волшебная картонка*». Тренировать мышечную память - упражнение «*Ножку правую возьмем*».

Задачи: Развивать физические данные: выворотность, подъём, гибкость – «*Лягушечка*», «*Птичка*», «*Коробочка*».

Задачи: Учить передавать с помощью музыкального инструмента – ложки, простейший **ритмический рисунок** – танец «*Матрешечки*». Поднять эмоциональный тон, развивать чувство **ритма**, эмоциональность – «*Кошачий рок-н-ролл*».

3 неделя

Задачи: Закреплять понятия «*далеко – близко*», «*высоко – низко*», развивать координацию - игра «*Едем паровоз*». Соотносить музыку, слово и движение - упражнение «*Разминка по кругу*».

Задачи: Укреплять мышечный аппарат - «*Шагаем за руками*», «*Обнимаем ножки*», «*Струнка*».

Задачи: Совершенствовать музыкально-**ритмические навыки**: закреплять умение детей выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами, передавать в движениях начало и окончания фраз, частей и всего музыкального произведения – танец «*Матрешечки*». Учить повторять движения в точности за педагогом – игра «*Танцуем сидя*».

4 неделя

Задачи: Развивать фантазию, повышать эмоциональный тон – игра «*Вот бегут по кругу*». Соотносить музыку, слово и движение – упражнение «*Головами покиваем*».

Задачи: Развивать физические данные: выворотность, подъём, гибкость – «*Бабочка*», «*Птичка*», «*Лодочка*».

Задачи: Исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение – танец «*Матрёшечки*». Развивать внимание, умение ориентироваться в пространстве – игра «*Чей кружок быстрее соберется*».

Итоговое мероприятие: реализация проекта «*Танцуем всей семьёй*». Цель: пропаганда хореографического искусства среди воспитанников кружка хореографии «*Весёлые горошинки*» и их семей. Задачи: Формировать устойчивый интерес к хореографическому искусству. Способствовать сплочению родителей и детей посредством хореографии. Развивать артистичность, эмоционально раскрепощать воспитанников кружка. Формировать положительное отношение родителей к занятием хореографией как девочек, так и мальчиков.

Декабрь. Новогодние хлопоты.

1 неделя

Задачи: Познакомить со словами и движениями новой разминки «*Лесная зарядка*». Развивать фантазию, учить импровизации – упражнение «*Снежинки*».

Задачи: Укреплять мышечный аппарат, рассказать о необходимости развития физических данных «*растяжка*» - упражнения «*Книжечка*», «*Складочка*».

Задачи: Развивать навыки выразительного движения: ходить и бегать **ритмично** (ходить спокойным, бодрым шагом и с высоким подъёмом ног, скакать с ноги на ногу, свободно выполнять прямой и боковой галоп, в прыжке поочередно выбрасывать ноги вперёд, свободно ориентироваться в пространстве – танец «*Сказка маленького гнома*».

2 неделя

Задачи: Соотносить музыку, слово и движение – упражнение «*Лесная зарядка*». Развивать чувство **ритма**, учить танцевать с музыкальными инструментами – игра «*Колокольчик*».

Задачи: Развивать физические данные: выворотность, подъём, гибкость – упражнения «*Бабочка*», «*Птичка*», «*Лодочка*».

Задачи: Следить за осанкой, добиваться подтянутости, собранности; добиваться плавных движений рук. Самостоятельно строить круг, ходить по кругу взявшись за руки, соблюдать расстояние между парами – «*Новогодний хоровод*».

3 неделя

Задачи: Самостоятельное исполнение разминки по кругу – упражнение «*Что умеют наши ножки?*». Соотносить музыку, слово и движение, самостоятельное исполнение танца с предметами – танец «*Снежинки*».

Задачи: Укреплять мышечный аппарат, развивать мышечную память – упражнения «*Книжечка*», «*Лягушечка*», «*Птичка*».

Задачи: Развивать навыки выразительного движения: упражнять детей в ходьбе разного характера (бодрая, спокойная, в лёгком **ритмическом беге**, поскоках; закреплять боковой галоп – танцы «*Сказка маленького гнома*», «*Танец разбойников*».

4 неделя

Выступление на новогодних праздниках.

Январь. Весёлый мяч.

1 неделя

Задачи: Повторить правила безопасности во время занятия.

Вспомнить и самостоятельно исполнить разминку по кругу - упражнение «*Разминка по кругу*». Формировать правильную осанку – игра «*Волшебная картонка*».

Задачи: Укреплять мышечный аппарат, развивать мышечную память – упражнения - «*Шагаем за руками*», «*Обнимаем ножки*», «*Струнка*».

Задачи: Развивать навыки выразительного движения: собираться в круг, двигаться по кругу взявшись за руки и самостоятельно, легко бегать враспынную, парами, **кружиться парами – игра** «*Вот бегут*». Учить движения нового танца с предметами – «*Весёлая кухня*».

2 неделя

Задачи: Вспомнить и самостоятельно исполнить разминку - упражнение «*Ножку правую возьмем*». Развивать внимание, собранность, поднять эмоциональный тон – игра «*Цапля и лягушки*».

Задачи: Развивать физические данные: выворотность, подъём, гибкость – упражнения «*Бабочка*», «*Птичка*», «*Лодочка*».

Задачи: Развивать умение ориентироваться в пространстве. Учить правильной технике исполнения прыжков – танец «*Все на футбол*».

3 неделя

Задачи: Учить соотносить движения со словами, закреплять понятия «назад, вверх» – упражнение «Королевский марш». Отрабатывать технику исполнения прыжков, развивать артистичность – игра «Зайка и ветерок».

Задачи: Формировать умения и навыки в области партерной гимнастики. Развивать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность – упражнение «Гимнастические позы».

Задачи: Учить работать с предметом, развивать чувство ритма, выразительность, воспитывать дисциплину - танец «Все на футбол».

Февраль. Мы милашки, куклы неваляшки.

1 неделя

Задачи: Развивать физические данные, силу, натянutosть стопы, чувство равновесия – упражнение «Попрыгунчики».

Задачи: Укреплять мышечный аппарат, развивать мышечную память – упражнения - «Шагаем за руками», «Обнимаем ножки», «Струнка». Обучать полному расслаблению мышц. Развивать воображение, творческие способности – игра «Гипнотизёр».

Задачи: Развивать выразительность, чувство ритма, грацию. Учить работать с объемными костюмами – танец «Неваляшки».

2 неделя

Задачи: Учить правильно дышать во время движений, воспитывать аккуратность – упражнения на дыхание. Развивать правильную постановку корпуса, равновесие - упражнение «Ножку правую возьмем».

Задачи: Развивать двигательные функции при помощи гимнастических упражнений. Воспитывать дисциплину, волевые качества – упражнения на напряжение и расслабления мышц всего тела. Развивать воображение, творческие способности – игра «Придумай характер».

Задачи: Развивать координацию движений, музыкальный слух, память, внимание, общую танцевальную культуру - танец «Неваляшки».

3 неделя

Задачи: Вспомнить и самостоятельно исполнить, соотносить музыку, движения и слова - упражнение «Головами покиваем». Различать сильные и слабые доли такта, распознавать и передавать характер музыки – упражнение «Великаны и гномы».

Задачи: Развивать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц.
Воспитывать силу воли, самостоятельность – упражнение «*Гимнастические позы*».

Задачи: Учить работать с предметом, развивать чувство ритма, выразительность, воспитывать дисциплину, аккуратность - танец «*Неваляшки*». Работать над эмоциональностью – игра «*Зеркало*».

4 неделя

Задачи: Формировать навыки самомассажа, укреплять физическое здоровье, соотносить движение и слово – упражнение «*Массаж*». Учить импровизации – игра «*Придумай образ*».

Задачи: Укреплять мышечный аппарат, развивать мышечную память – упражнения - «*Шагаем за руками*», «*Обнимаем ножки*», «*Струнка*».

Задачи: Закрепить навык танца с объемным костюмом - танец «*Неваляшки*».

Март. В гостях у Куклы.

1 неделя

Задачи: Развивать правильную постановку корпуса, воспитывать интерес к занятиям - упражнение «*Разминка по кругу*». Развивать творческие способности, фантазию, умение импровизировать – «*Весенняя пляска*».

Задачи: Развивать физические данные: выворотность, подъём, гибкость – упражнения «*Бабочка*», «*Птичка*», «*Лодочка*».

Задачи: Познакомить с новой музыкально-ритмической игрой – игра «*Фея цветов*»(Буренина). Развивать чувство ритма, коммуникативные навыки, импровизацию – танец-игра «*Найди себе пару*». (Буренина).

2 неделя

Задачи: Формировать навыки самомассажа, укреплять физическое здоровье, соотносить движение и слово – упражнение «*Массаж*». Развивать воображение, фантазию – игра «*Волшебный колпачок*».

Задачи: Развивать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц.
Воспитывать силу воли, самостоятельность – упражнение «*Гимнастические позы*».

Задачи: Играть самостоятельно, формировать коммуникативные навыки, уметь ориентироваться в пространстве - танец-игра «*Найди себе пару*». Учить шаг «*с каблучка*» - «*Танец Кукол и Мишки*».

3 неделя

Задачи: Учить разогреву тела перед началом занятия, развивать воображение – разминка «Шалтай-Болтай». (Н. А. Щербакова).

Соотносить движение, музыку и слово. Уметь исполнять свою роль в игре – игра «Пора вставать».

Задачи: Укреплять мышечный аппарат, развивать мышечную память – упражнения - «Шагаем за руками», «Обнимаем ножки», «Струнка».

Задачи: Развивать выразительность пластики, чувства **ритма**, точности, памяти, внимания, быстроты реакции – «Танец Кукол и Мишки».

4 неделя

Задачи: Уметь безошибочно определять правую и левую ногу и руку – упражнение «Правая, левая». (Н. А. Щербакова). Развивать правильную осанку, координацию движений – игра «Волшебная картонка».

Задачи: Укреплять мышечный аппарат - упражнения «Книжечка», «Складочка».

Задачи: Отработать комбинации танца – «Танец Кукол и Мишки».

Апрель. Международный праздник танца.

1 неделя

Задачи: Закреплять понятия «лево и право», «вперед и вверх»; учить соотносить слово и движение, повышать эмоциональный фон – разминка по кругу. Развивать артистизм, создать радостное настроение – игра «Фиксики».

Задачи: Развивать двигательные функции при помощи гимнастических упражнений. Воспитывать дисциплину, волевые качества – упражнения на напряжение и расслабления мышц всего тела.

Задачи: Развивать чувство ритма, ловкость, внимание, память – игра с мячом (А. И. Буренина). Познакомить с новым танцем, развивать творческие способности, воображение – танец «Мы танцуем».

2 неделя

Задачи: Учить разогреву тела перед началом занятия, развивать воображение – разминка «Шалтай-Болтай». Исполнить самостоятельно под словестное сопровождение разминку по кругу, развивать навык ориентации в пространстве – упражнение «Разминка по кругу».

Задачи: Развивать физические данные: выворотность, подъём, гибкость – упражнения «Бабочка», «Птичка», «Лодочка».

Задачи: Развивать артистизм, создать радостное настроение – игра «*Фиксики*». Развивать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц, внимание, память - танец «*Мы танцуем*».

3 неделя

Задачи: Исполнить самостоятельно под словестное сопровождение разминку на середине - упражнение «*Ножку правую возьмем*». Формировать навыки самомассажа, укреплять физическое здоровье, соотносить движение и слово – упражнение «*Массаж*».

Задачи: Развивать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность – упражнение «*Гимнастические позы*».

Задачи: Отработать комбинации танца, развивать артистизм - танец «*Мы танцуем*».

4 неделя

Итоговое мероприятие: Класс-концерт «*Танцуй как мы*». Цель: содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами ритмики. Задачи: развивать чувство ритма, соотносить движения с музыкой. Развивать психологические процессы (*память двигательная, слуховая, образная*). Развивать творческие навыки. Развивать коммуникативные навыки.

Май. Игра «Наоборот».

1 неделя

Задачи: Учить объединять несколько движений в одну комбинацию. Развивать координацию, внимание – упражнение «*Шалуны*». Работать на чистотой исполнения движений – разминка «*Лесная зарядка*».

Задачи: Укреплять мышечный аппарат, развивать мышечную память – упражнения - «*Шагаем за руками*», «*Обнимаем ножки*», «*Струнка*».

Задачи: Учить комбинации нового танца, отработать хороводный шаг – хоровод «*Край рябиновый*». Тренировать правильную технику исполнения прыжков – игра «*Попрыгунчик*».

2 неделя

Задачи: Развивать плавность рук и кистей рук, уметь определять характер музыки и соответственно ему исполнять движения – упражнение «*Плавные ручки*».

Задачи: Развивать двигательные функции при помощи гимнастических упражнений. Воспитывать дисциплину, волевые качества – упражнения на напряжение и расслабления мышц всего тела.

Задачи: Развивать музыкальный слух, память, внимание, чувство ритма - хоровод «*Край рябиновый*». Развивать эмоциональность, воображение, умения и импровизировать – игра «*Волшебный цветок*».

3 неделя

Задачи: Развивать творческие способности, двигательную активность – игра «*Конкурс лентяюшек*».

Задачи: Развивать физические данные: выворотность, подъём, гибкость – упражнения «*Бабочка*», «*Птичка*», «*Лодочка*».

Задачи: Вспомнить движения русской пляски, поднять эмоциональный фон – игра «*Затейник*». Отработать комбинации хоровода - хоровод «*Край рябиновый*».

4 неделя

Итоговое занятие «*А ну-ка потанцуй*».

Методическое обеспечение

Занятия должны быть разнообразными по содержанию (ритмические упражнения, задания на ориентировку, упражнения тренировочного характера, разучивание повторение танцев) и по методам работы. Эффективны такие методы, как беседа в виде вопросов и ответов, прослушивание и разбор музыки, показ педагогом движений, постоянное повторение пройденного, музыкальные игры и импровизации.

Весь процесс обучения строится на сознательном усвоении навыков. Это пробуждает у детей интерес к занятиям.

Занятия должны идти в хорошем темпе, не следует долго отрабатывать одно и то же движение.

Музыкально-ритмическая деятельность включает в себя различные задания, упражнения, игровое творчество.

Учащиеся дошкольного возраста быстро устают, допускают много ошибок при исполнении, забывают пройденное. Поэтому, проводя цикл упражнений, выпрямляющих спинки маленьких танцоров и растягивающих им нужные мышцы, программа предусматривает находить время и для игры, и для улыбки.

Мышцы учащихся развиты слабо, они быстро устают от физических нагрузок. Ребенок не может долго удерживать корпус в подтянутом состоянии из-за слабости мышц спины. Педагог должен учитывать особенности развития ребенка и, во-первых, увеличивать физическую нагрузку очень осторожно, а во-вторых - укреплять и развивать мышцы, формировать устойчивые навыки правильной осанки и совершенствовать основные танцевальные движения постепенно. Не следует долго отрабатывать одно и то же движение; повторяя его из урока в урок, ребенок постепенно научится выполнять это движение правильно и красиво.

Давление на детей нужно свести к минимуму. Ребенок дошкольного возраста еще не обладает достаточно развитой волей, упорством и самоорганизацией, и вряд ли он оценит по достоинству слишком жесткую дисциплину на занятиях. Для него будут привлекательными занятия по танцу, построенные на простом материале, занятия с элементами игры и соревнования.

Танец способствует развитию координации, моторной памяти, выработке здоровой осанки. Систематические занятия соразмерно развивают фигуру, могут помочь в устранении некоторых физических недостатков.

На уроке следует закреплять все навыки, выработанные раньше, повторять пройденные движения и фигуры, уточнять освоенное не до конца.

Разучивание танцев проводится в такой последовательности:

- вводное слово педагога (перед разучиванием танца педагог сообщает сведения об истории его возникновения), знакомит с темпом, характером, ритмическим рисунком танца.

- разучивание элементов танца, танцевальных движений, рисунка танца (педагог объясняет и сам показывает движения, затем ученики повторяют).

Дети повторяют движения вместе с педагогом, а затем самостоятельно; при этом педагог обращает внимание детей на ошибки и поправляет их. Движения разучиваются под музыку или под счет.

Разучивая танец, мы работаем над движениями рук, ног, корпуса, головы, следя за соблюдением гармонии движения.

Когда основные движения, позы, рисунок разучены, приступаем к соединению их в танцевальную композицию; комбинации разучиваем и отрабатываем. Затем комбинации собираем в фигуры танца, а фигуры в целый танец. Фигуры танца и танец целиком многократно повторяются учащимися в целях запоминания и достижения грамотного и выразительного исполнения.

Важно сформировать у детей представление о танцевальном образе. Первое представление о танцевальном образе и, соответственно, о стиле исполнения мы получаем, прослушивая музыку.

Основная работа над танцевальным образом начинается с разучивания движений танца, отработки поз и положений рук. Показ педагога поможет ученикам увидеть типичные черты образа.