

ПРИНЯТА
решением Педагогического совета
ГБДОУ детского сада №124
Невского района Санкт-Петербурга
протокол от 31.08.2017 № 1
с учетом мнения Совета родителей
ГБДОУ детского сада №124
Невского района Санкт-Петербурга
протокол от 31.08.2017 №1

УТВЕРЖДЕНА
приказом ГБДОУ детского сада №124
Невского района Санкт-Петербурга
от 31.08. 2017 №86

Рабочая программа

Педагога дополнительного образования Тюлиной Елены Николаевны, реализующей
дополнительную образовательную программу физкультурно-оздоровительной
направленности «Ритмопластика с элементами бального танца» для детей 4-5 лет.

на 2017-2018 учебный год

2017 год

Оглавление

| | |
|--|----|
| Пояснительная записка. | 3 |
| Цель программы: | 3 |
| Задачи | 3 |
| Учебно-тематический план | 5 |
| Содержание предмета. | 6 |
| Формы и методы проведения занятий. | 7 |
| Ожидаемые результаты..... | 7 |
| Календарно-тематическое планирование (средняя группа)..... | 8 |
| Список литературы..... | 12 |

Пояснительная записка.

Общеразвивающая программа «Ритмопластика с элементами бального танца» имеет физкультурно-оздоровительную и художественно-эстетическую направленность. Программа адресована детям дошкольного возраста 4-5 лет. На обучение по данной программе принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний. Программа рассчитана на один год. Количество часов обучения в учебном году составляет 64 часа. Форма организации занятий – индивидуально-групповая. Занятия проходят два раза в неделю во второй половине дня.

Танец - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях ритмопластики с элементами бального танца дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Ритмопластика воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Необходимо продолжать развивать у дошкольников творческие способности, заложенные природой. Музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, бальный танец, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями является: - активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий. Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

Цель программы:

Формирование и развитие личности ребенка способного к творческому самовыражению посредством танца, развитие эмоциональных качеств личности, артистических способностей, выявление, развитие и поддержка талантливых детей. Коррекция движения и речи, укрепление мускулатуры рук, ног, корпуса, развитие координации.

Задачи

Образовательные:

- Обучать согласовывать движения и речь, упражнять в выполнении танцевальных и образно-игровых движений
- Формировать умение ритмически точно передавать мелодию
- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

Воспитательные:

- Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.
- Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.
- Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми.
- Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

Развивающие:

- Развивать творческие способности детей.
- Развить музыкальный слух и чувство ритма.
- Развить воображение, фантазию.

Оздоровительные:

- укрепление здоровья детей.

Учебный материал включает в себя:

- Музыкально-ритмические занятия.
- Элементы народного танца.
- Элементы детского бального танца
- Элементы историко-бытового танца.
- Элементы эстрадного танца.

Занятия направлены на общее развитие дошкольников, на приобретение устойчивого интереса к занятиям ритмопластикой с элементами бального танца в дальнейшем. Учебный материал включает в себя элементы танцев, объединенных в отдельные танцевально-тренировочные комплексы, игры и танцевальные композиции. Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий.

Работа ведется определенными периодами – циклами. В течение месяца педагог разучивает с детьми материал одного из разделов. Первая неделя цикла отводится освоению новых знаний. Вторая – повторению пройденного материала с некоторыми усложнениями, дополнениями. Третья, четвертая – окончательному закреплению пройденного материала. Такой метод позволяет детям более последовательно и осмысленно вживаться в изучаемый материал. Но при этом ошибочно рассматривать отдельные разделы, как наиболее ответственные и главные, т.к. освоение программы зависит от общей суммы знаний и навыков.

Кроме основных разделов занятия включают в себя упражнения на развитие ориентирования в пространстве, ритмическую разминку на развитие групп мышц и подвижность суставов, вспомогательные и координирующие упражнения, упражнения с предметами, музыкально – подвижные игры, упражнения на импровизацию.

Занятие состоит из трех частей:

1. Вводная - в нее входит поклон, маршировка, разминка.(3-5 минут)
2. Основная - она делится на тренировочную (изучение нового материала, повторение, закрепление пройденного) и танцевальную (разучивание танцевальных движений, комбинаций, композиций).(15-20 минут)
3. Заключительная – музыкальные игры, вспомогательные и корригирующие упражнения, поклон. (5 минут)

Изучение программы начинается с несложных движений и заданий на первом году обучения, затем расширяется, совершенствуется и обогащается в последующем году.

На первом году обучения особое внимание уделяется постановке корпуса, рук, ног, головы. В течение всего второго года дети занимаются ритмикой, детскими бальными,

историко–бытовыми, доступными народными танцами и изучают элементы классического танца. В течение всего второго года используется материал первого года, он принимается за основу, дополняя его новыми знаниями. В период третьего года обучения усложняются танцевальные композиции, разучиваются новые танцы. Весь материал подобран исходя из возрастных особенностей детей.

Учебно-тематический план.

| № темы | Наименование темы | Количество часов/занятий |
|--------|---|--------------------------|
| | | Всего |
| 1 | История возникновения танца. Азбука музыкального движения. | 8 |
| 2 | Ритмические и образные танцы. Танцевальные игры. | 10 |
| 3 | Азбука классического танца. | 8 |
| 4 | Рисунки танца. | 8 |
| 5 | Основы детского парного бального танца | 14 |
| 6 | Упражнения для укрепления позвоночника и опорно-двигательной системы. | 8 |
| 7 | Упражнения для рук | 4 |
| 8 | Элементы актерского мастерства | 4 |
| | Итого: | 64 |

Содержание предмета.

Программа состоит из восьми разделов.

1. История возникновения танца. Азбука музыкального движения

В уроке этот раздел является либо знакомством с новым танцем, либо разминкой. Он знакомит с разными видами шагов и бега в различных направлениях и метроритмических рисунках. Он закрепляет двигательно-слуховые навыки, воспитывает понимание жанрового характера музыки, и учит отражать его в движении.

2. Ритмические и образные танцы. Танцевальные игры.

Танцевальные этюды для детей 4-5 лет делятся на ритмические танцы, состоящие из элементов музыкально-ритмических игр, простейших танцевальных движений и ритмических упражнений. И на образные танцы, состоящие из положений рук, ног, корпуса изображающих животных и простейших танцевальных движений и поворотов в парах. Это является «зачатком» танцевального образа, знакомит детей с образительно выразительными, музыкально-ритмическими, условно-пластическими движениями, развивает координацию движений, чувство ритма, музыкальный слух, воображение и навыки ориентации в пространстве.

С каждым годом сложность танцевальных элементов, перестроений в танце, музыкальный материал и эмоциональная наполненность возрастает соответственно с принципами «От простого к сложному» и «Учет возрастных особенностей каждого ребенка» «Паровозик», «Топни, ножка моя», «Раз-ладошка, два-ладошка», «Приведения», «Про любовь», «Спящий ковбой».

3. Азбука классического танца.

Этот раздел составляют позиции рук, ног, *demi* и *grand plie*, различные виды *battement* и другие элементы классического танца, которые в результате постепенного изучения образуют небольшой экзерсис на середине зала. Исполнение его формирует правильную осанку, развивает силу и эластичность мышц всего тела, лёгкость и грациозность движений.

4. Рисунки танца.

Понятия « линия танца», «против линии танца», лицом (спиной) к центру , из круга. Знакомство с линейными, круговыми, парными танцами, сюжетными танцами. Перестроения в 4 колонки. Перестроения из круга в колонки .Танцы со сменой пары(с переходом партнера или партнерши по и против линии танца)

5. Основы детского парного бального танца.

Танцы в стиле диско. «Стирка», «Автостоп», «Разрешите пригласить» «Модный рок». Танцы на основе вальса («Вальс Приглашение», «Маленький вальс», «Вальс Дружбы»). Знакомство с танцем Медленный вальс.

Танцы на основе Польки («Полька-Топотушка», «Поссорились-помиримся», «Полька бантиком», «Полька Ладочки», «Полька-вертушка») . Подготовка к изучению танца «Берлинская полька».

Танцы на основе Полонеза («Под музыку Вивальди», «Марш-Полонэз», «Суворовцы».) Знакомство с танцем «Cha-cha-cha», «Samba». Основное движение, работа корпуса, стопы. «Кадриль» - характер, особенности.

6. Упражнения для укрепления позвоночника и опорно-двигательной системы.

1-ая группа упражнений: releve lent, grand battement, demi rond (исполняется лежа на спине).

2-ая часть упражнений выполняется лежа на животе.

7. Упражнения для рук.

Руки - «песня» танца. Изучение 1-2-3 позиций рук. Развивает мелкую моторику и координацию движений.

8. Элементы актёрского мастерства.

Этот раздел программы включает в себя описание жестов, поз, «масок» животных, «масок» различных эмоциональных состояний, образов животных и птиц, небольших этюдов, импровизаций. Всё это помогает ребёнку глубже почувствовать и создать образ, развивает воображение, образное мышление, творческое и актёрские способности.

Формы и методы проведения занятий.

В полной мере используются все возможные методы – показ педагога, просмотр исполнения танца педагогом, более старшими детьми, просмотр видеоматериалов. Индивидуальный подход к каждому ребёнку позволит выполнить поставленные задачи в полной мере.

Ожидаемые результаты.

К концу первого года обучения дети должны знать правила правильной постановки корпуса, основные положения рук, позиции ног. Должны уметь пройти правильно в такт музыки, сохраняя красивую осанку, иметь навык легкого шага с носка на пятку, чувствовать характер музыки и передавать его танцевальными движениями, правильно исполнять программные танцы.

На втором году обучения дети должны закрепить знания и навыки, полученные в первый год обучения и перейти к изучению более сложных элементов. На третьем году обучения дети должны уметь исполнять движения в характере музыки, сохраняя осанку, выворотность ног, уметь правильно открыть и закрыть руку на талию, правильно исполнять этюды и танцевальные композиции.

Участники кружка за три года обучения должны приобрести не только танцевальные знания и навыки, но и научиться трудиться в художественном коллективе, добиваясь высоких результатов.

Качество приобретенных знаний проверяется в течение года, для этой цели проводится два раза в год мониторинг достижения ребенком планируемых результатов освоения программы. Кроме этого результат отслеживается в участии в мероприятиях детского сада, в концертах, конкурсах.

В ходе занятий воспитанники не только научатся основным танцевальным элементам, но и смогут общаться на языке танца, станут увереннее в себе, заинтересуются танцами, как видом творческой деятельности, что будет способствовать их успешной адаптации в обществе.

К концу обучения дети овладевают танцевальными навыками, а именно научаются:

- видам шагов, танцевального бега, прыжков
- знакомятся с элементарными знаниями в области классической хореографии; позиции ног (1, 3, 5) и рук (1, 2, 3); plies, releve, battement tendu
- знакомятся с характерным танцем («елочка», галоп, различные виды шагов и бега, раскрытие рук, пружинка и «ковырлялочка, тройные притопывания).

Так же знакомятся со сценической выразительностью, получая при этом море положительных эмоций и удовольствия (мимика, жесты, позы).

Занятия танцами носят оздоровительный характер, т.к. все упражнения разминки направлены на укрепление мышечной системы, на выносливость(постановка корпуса, растяжки, упражнения на релаксацию)

Дети знакомятся с танцевальной культурой посредством изучения танцев (польки, вальсы, сюжетные танцевальные миниатюры, танцы на основе характерной хореографии).

Обучаясь по данной программе, ребёнок раскрывается как творческая личность. Соприкасаясь с удивительным миром танца, музыки, театра, становится более чутким человеком, умеющим видеть прекрасное в искусстве и в жизни.

Условия реализации программы.

Для успешной реализации программы должны способствовать различные виды групповой и индивидуальной работы: практические занятия, концерты, творческие отчеты, участие в конкурсах, фестивалях, посещение концертов других коллективов и т.д.

Календарно-тематическое планирование (средняя группа)

Октябрь

| | ТЕМА УРОКА |
|-----------|---|
| 1 занятие | Организационное занятие. Поклоны для девочек и мальчиков. Танец- зарядка. Танец- игра «Мышки» и «Пингвины» |
| 2 занятие | Поклоны. Танец- зарядка. Танец-игра « Пингвины» и «Мышки». |
| 3 занятие | Знакомство с ритмическими упражнениями. Музыкальные Игры. |
| 4 занятие | Игровая разминка. Танец – игра « Мышки « и «Пингвины». |
| 5 занятие | Развивающие танцы: танец-игра «Зоопарк», «Диско» Марш. Построение и перестроение на шагах марша. |
| 6 занятие | Танец-игра «Зоопарк», «Диско», игра-речитатив «Острова» |
| 7 занятие | Ритмические упражнения. Танцевальные игры. Освоение правильной походки и осанки. |
| 8 занятие | Ритмические упражнения. Танцевальные игры. Марш. Построение и перестроение на шагах марша. |

Октябрь

Ноябрь

| | ТЕМА УРОКА |
|---|---|
| 1 | Ритмические упражнения. Игра-речитатив. Полька- топотушки. Танец-игра «Зоопарк». |

| | |
|-----------|--|
| занятие | |
| 2 занятие | Ритмические упражнения. Игра-речитатив. Танец-игра «Зоопарк», Полька-топотушки |
| 3 занятие | Основы хореографии. Пластика животных. В мире животных - танец-игра. Полька-топотушки. |
| 4 занятие | Разминка. Полька-топотушки. Пластика животных. Танец-игра «зоопарк», |
| 5 занятие | Подскоки, полька - топотушки. Упражнения на пластику. |
| 6 занятие | Разминка, подскоки. Полька- топотушки. Упражнения на пластику. |
| 7 занятие | Партерная гимнастика. Танец «У меня, у тебя...». Движение под музыку разного настроения. |
| 8 занятие | Разминка. Танец «У меня, у тебя...». Развитие навыков подражания. Карнавал животных. |

Декабрь

| | |
|-----------|---|
| | ТЕМА УРОКА |
| 1 занятие | Танец- зарядка, «Шуточная полька» - становимся в пары. Игра «Самолёт» |
| 2 занятие | Разминка. Танец «Шуточная полька». Танец-игра «зоопарк». |
| 3 занятие | Партерная гимнастика. Полька. Танец – зарядка. |
| 4 занятие | Партерная гимнастика. Полька. Танец-игра «зоопарк», Игра «Самолёт». |
| 5 занятие | Танец – зарядка. Партерная гимнастика. Полька. Танец-игра «зоопарк» |
| 6 занятие | Танец – зарядка. Полька- топотушки. Медленный вальс. |
| 7 занятие | Танец – зарядка. Полька- топотушки. Медленный вальс. |
| 8 занятие | Разминка. Танец «У меня. У тебя...». Танец-игра «зоопарк», Медленный вальс. |

Январь

| | |
|-----------|---|
| | ТЕМА УРОКА |
| 1 занятие | В мире животных: актерская пятиминутка, танцевальные игры. |
| 2 занятие | Разминка. Актерская пятиминутка, танцевальные игры. |
| 3 занятие | Партерная гимнастика. |

| | |
|-----------|---|
| | Упражнения на ориентацию в пространстве: круг, линия, шахматный порядок. полька по кругу. |
| 4 занятие | Разминка. Упражнения на ориентацию в пространстве, полька по кругу. |
| 5 занятие | Основы музыкальных ритмов. Танец – зарядка. Актерская пятиминутка: в мире животных. |
| 6 занятие | Разминка. Танец – зарядка. Актерская пятиминутка: в мире животных. Танцевальные игры. |
| 7 занятие | Полька. Повторение пройденного. Игры на сценическое мастерство. |
| 8 занятие | Разминка. Полька. Повторение пройденного. |

Февраль

| | |
|-----------|---|
| | ТЕМА УРОКА |
| 1 занятие | Упражнения на ориентацию в пространстве: построение в круг, шеренгу, колонну, танец- игра «Самолёт» шахматный порядок. Актерская пятиминутка. Знакомство с менуэтом. |
| 2 занятие | Разминка. Полька. Актерская пятиминутка. Менуэт. |
| 3 занятие | Партерная гимнастика, танец «Ожившие игрушки», разучиваем композицию, менуэт. |
| 4 занятие | Разминка. Танец «Ожившие игрушки», полька по кругу, менуэт. |
| 5 занятие | Основы хореографии. Медленный вальс. «Ожившие игрушки», менуэт. Танец « Микки-Маус» |
| 6 занятие | Партерная гимнастика. «Ожившие игрушки», Танец – зарядка. Полька-топотушки. Медленный вальс, Танец « Микки- Маус» |
| 7 занятие | Упражнения на ориентацию в пространстве. Партерная гимнастика. Построение в линию, перестроение на шагах марша. Медленный вальс. Танец « Микки- Маус» |
| 8 занятие | Разминка. Партерная гимнастика. Построение в линию, перестроение на шагах марша. «Ожившие игрушки». Медленный вальс. Танец « Микки- Маус» |

Март

| | |
|--|------------|
| | ТЕМА УРОКА |
|--|------------|

| | |
|--------------|--|
| 1 занятие | Танец « Мы в поезде».Разминка. Основы хореографии. Медленный вальс. Танец « Микки- Маус» .Игра « Домики и гномики» |
| 2 занятие | Танец « Мы в поезде».Разминка. Основы хореографии. Медленный вальс. Танец « Микки- Маус» .Игра « Домики и гномики» |
| 3 занятие | Партерная гимнастика. Марш по кругу, построение в линию на шагах марша. Медленный вальс. Полька –топотушки. Игра «Самолётик» |
| 4 занятие | Партерная гимнастика. «Ожившие игрушки», Танец «Микки- Маус». Менуэт. |
| 5 занятие | Отработка показанных мини-танцев. Развивающие танцы: «Тучка», шуточная полька. |
| 6 занятие | Разминка. Партерная гимнастика. Развивающие танцы: «Тучка», шуточная полька. |
| 7 занятие | Образно-игровые занятия, танец «ожившие игрушки». Танец «Восточная сказка». |
| 8 занятие | Образно-игровые занятия, танец «ожившие игрушки». Танец «Восточная сказка». Музыкальные игры. |

Апрель

| | |
|--------------|---|
| | ТЕМА УРОКА |
| 1 занятие | Основы хореографии. Медленный вальс. Упражнения на развитие мышечного чувства. танец «ожившие игрушки». Танец «Восточная сказка». |
| 2 занятие | Разминка. Медленный вальс. Упражнения на ориентацию в пространстве. танец «ожившие игрушки». Танец «Восточная сказка». |
| 3 занятие | Упражнения на развитие художественно-творческих способностей. Актерское мастерство: мимика, улыбка, игры. «Медленный вальс» |
| 4 занятие | Упражнения на развитие мышечного чувства. «Медленный вальс», «Полька- топотушки». |
| 5 занятие | Разминка. Медленный вальс, «Полька- топотушки». Упражнения на ориентацию в пространстве. |
| 6 занятие | Упражнения на развитие художественно-творческих способностей. «Медленный вальс», «Полька- топотушки». |
| 7 | Разминка. Танец «Ладочки». Медленный вальс. «Полька- топотушки». |

| | |
|-----------|--|
| занятие | |
| 8 занятие | Партерная гимнастика. Танец «Ладочки». «Полька- топотушки». Вальс-Приглашение. |

Май

| | ТЕМА УРОКА |
|-----------|--|
| 1 занятие | Образно-игровые занятия, Вальс-Приглашение. танец «ожившие игрушки». Музыкальные игры. |
| 2 занятие | Разминка. Партерная гимнастика. Танец «Ладочки». Медленный вальс. «Полька- топотушки» Вальс- Приглашение.. |
| 3 занятие | Упражнения на ориентацию в пространстве. Партерная гимнастика. Построение в линию, перестроение на шагах марша. Шуточная полька. Танец «Ладочки». Медленный вальс. «Полька- топотушки». |
| 4 занятие | Разминка Танец «Ладочки». Медленный вальс. «Полька- топотушки».. Вальс-Приглашение. |
| 5 занятие | Танец« Мы в поезде».Партерная гимнастика. Танец «Ожившие игрушки», Менуэт. |
| 6 занятие | Повторение и отработка разученных танцев. Подготовка к открытому занятию. |
| 7 занятие | Повторение. Подготовка к открытому занятию. |
| 8 занятие | Проведение открытого занятия. |

Развивающая среда.

- Подготовленный к занятиям хорошо освещенный и проветренный зал (желательно паркет)
- Зеркала по центральной стене
- Фортепиано
- Музыкально-техническое обеспечение (музыкальный центр, ноутбук, экран, мультимедийная установка)
- Фонотека и видеотека.
- Тренировочная одежда и обувь.
- Сценические костюмы.
- Реквизит для танцев.

Список литературы

1. Учимся танцевать. Рыбчинчинский А. А. - Мн.; ООО «Попурри», 2002
2. Детский хореографический журнал «Студия Пяти-па». Туликова Г. Ю. – М., Интермакс-тк
3. Московская танцевальная газета «Лига танца». Макеева С. С. - М.

4. Бальные танцы. Алекс Мур. Лондон, 9-ое издание
5. Спортивные танцы. Правила соревнований. РГАФК, М., 1996
6. Материалы научно-методического совещания по проблемам спортивных танцев. Выпуск 3, РГАФК, М., 1997
7. Бесова М. Весёлые игры для дружного отряда. - Ярославль: Академия-холдинг, 2004.
8. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997.
9. Вьютский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. - Просвещение, 1991.
10. Ильенко Л.П. Интегрированный эстетический курс для начальной школы. М., 2001.
11. Назайкинский Е.В. Звуковой мир музыки. - М.: Музыка, 1988.
12. Никитин Б. Развивающие игры. - М., 1985.
13. Смирнова М.В. Классический танец. - Выпуск 3. - М., 1988.
14. Смирнов М.А. Эмоциональный мир музыки. - М.: Музыка, 1990.