

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования
«Центр развития творчества детей и юношества «Росток» города Чебоксары Чувашской
Республики



Утверждено:
Директор МБОУДО «ЦРТДиЮ «Росток»
г. Чебоксары
Приказом №145 от 01.09.2016

Дополнительная общеобразовательная программа по хореографии хореографического коллектива «Солнышко»

для детей 5-7 лет
срок реализации 2 года

автор: Михайлова Анастасия Андреевна
педагог дополнительного образования
первой квалификационной категории

Рассмотрено
на педагогическом совете МБОУДО
«ЦРТДиЮ «Росток» г. Чебоксары
Протокол №1 от 30.08.2016

Чебоксары, 2016

Пояснительная записка

Данная рабочая программа составлена на 2016-2017 учебный год.

Цель программы:

Приобщение учащихся к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер.

У младшей возрастной групп стоит задача ознакомления с базовым уровнем умений и навыков в области хореографии на основе изучения основных позиций рук, ног и постановки корпуса.

Перед учащимися старшей возрастной группы ставится задача – углубить и развить навыки, умения, которые были получены в младшей возрастной группе

Задачи:

- воспитание нравственно – эстетических чувств.
- формирование познавательного интереса и любви к прекрасному.
- раскрытие художественно–творческих, музыкально–двигательных способностей, творческой активности, самостоятельности, выносливости, упорства и трудолюбия воспитанников.
- знакомство детей с хореографическими терминами, основами классического и народного танца.
- укрепление костно-мышечный аппарат воспитанников

Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения классического, народного танца. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над движениями. Программа дана по годам обучения. На каждом этапе обучения элементы и упражнения усложняются в соответствии с возрастными особенностями. Хотя программа разделена на отдельные тематические части, но в связи со спецификой занятий в хореографическом кружке, границы их несколько сглаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы классического и народного танца.

Виды занятий:

- обучающее занятие;
- тренировочное занятие;
- коллективно – творческое занятие;
- индивидуальное занятие;
- беседы по истории танца;

Методы:

- словесный (объяснение, замечание);
- наглядный (личный показ педагога, видеоматериалы, просмотр выступлений детских танцевальных коллективов);
- практический (объяснение и показ педагогом движений, поз, переходов, рисунков танца с последующим повторением учениками; разучивание по частям; временное упрощение заданий, соединение отдельных комбинаций в фигуры танца).

Календарно-тематическое планирование по ритмике и танцу (5-7 лет)

№ п/п	Темы занятий	Кол-во часов
1.	Вводное занятие. Беседа по технике безопасности	1
2.	Шаги: танцевальный шаг	0,5
3.	Шаги на полупальцах,	0,5

4.	шаг с высоким подъёмом колена вперёд на полупальцах	1
5.	бег, сгибая ноги сзади	0,5
6.	бег, вынося прямые ноги назад, вперёд, в сторону	0,5
7.	Полуприседания по 1, 2,3 позициям	1
8.	Выдвижение ноги: в сторону и вперёд из 3 позиции	1
9.	вперёд и в сторону в сочетании с полуприседанием	1
10.	Поднимание на полупальцы по 3 позиции	2
11.	Партерная гимнастика	6
12.	Прыжки на двух ногах по 1 позиции	1
13.	Положение анфас; расположение в классе «по точкам»	1
14.	Разучивание элементов танца	4
15.	Построения и перестроения: «Звёздочки», «Карусель», «Плетень», «Книжка», «Галочка», «Корзиночка»	2
16.	Построения из одного круга в два и три.	2
17.	Упражнения на развитие координации	2
18.	Танцы импровизации	2
19.	Пластические этюды на перевоплощение.	2
20.	Отработка пройденных движений	1
21.	<u>Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса:</u> - наклоны головы вперед, назад и в стороны; - повороты вправо и влево; - круговые движения головы по полукругу и по целому; - вытягивания шеи вперед, назад и в стороны; - подъем плеч вверх и вниз, поочередно и вместе; - вращение плечами вперед и назад.	1
22.	<u>Упражнения для рук:</u> - подъем и опускание вверх и вниз; - разведение в стороны; - сгибание рук в локтях и их вращение; - круговые движения «мельница» - круговые махи одной и двумя руками;	1
23.	<u>Упражнения для кистей:</u> - сгибание кистей вверх и вниз; - сгибание кистей наружу, внутрь; - вращение кистей наружу, внутрь.	1
24.	<u>Упражнение для корпуса:</u> - наклоны вперед, назад и в стороны; - повороты корпуса вправо и влево;	1
25.	Упражнения по диагонали: танцевальный шаг по выворотной позиции; шаги на полупальцах свободными коленями, подскоки в парах, подскоки в повороте	2
26.	Движения в характере и темпе музыки (быстро, медленно). Начало и конец движений одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы.	4
28.	Музыкальные игры организующего характера с элементами соревнования.	2
29.	Хлопки в различных ритмических рисунках. Хлопки по бедрам, по коленям (для мальчиков).	2
30.	Упражнения на координацию движения. Упражнения на расслабление мышц.	4
31.	Галоп правым и левым боком, галоп в повороте на 180, галоп «лодочка»	1

32.	упражнение на разработку стопы и подъема (сгибание и разгибание пальцев в подъемной части стопы - трамплинные прыжки - прыжки разножка	1
33.	Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.	2
34.	Полька и подскоки в повороте, подскоки и галоп в повороте	2
35.	Упражнения на развитие музыкально-ритмических навыков	2
36.	Танцевальные элементы и композиции с музыкальными инструментами: «Бубен на двоих», «Колокольчики, динь, динь	1
37.	Ритмический рисунок в движении (координация ног) на смену музыки	2
38.	Прыжки «ножницы», прыжки «ножницы» в сочетании с танцевальным бегом	1
39.	Рисунок концертного номера	2
40.	Виды рисунков танца: круг, цепочка, колонна, змейка, квадрат, шеренга, диагональ, зигзаг.	1
41.	Виды фигур: круг в круге, «Звездочка», «Воротца», сужение и расширение круга.	1
42.	Комплекс движений на равновесие	1
43.	Массовый танец, переходный танец (смена пар)	1
44.	Повторение пройденного материала	1
45.	Выступление на творческом отчете для родителей	1
	ВСЕГО:	72

По итогам года учащиеся готовят отчетный концерт для родителей.

Прогнозируемые результаты

В конце учебного года ребенок подготовительной группы должен *уметь*:

- исполнять простые ритмичные движения к песням;
- выйти и уйти со сцены;
- воспроизводить разнообразные ритмические рисунки с помощью хлопков в ладоши, притопов ног, сочетать их с простыми танцевальными движениями.

Критерии оценки танцевальных способностей

(с использованием методик А.И.Бурениной, М.С.Боголюбовской):

Критерий	Высокий уровень (5 баллов)	Средний уровень (2-4 балла)	Низкий уровень (0-1 балл)
1. Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, тем- пом и ритмом. Оценивается соответствие исполнение движений музыке (в	Движения выражают музыкальный образ, совпадают с тонкой нюансировкой, фразами.	Движения передают только общий характер, темп, метроритм музыки.	Движения не совпадают с темпом, ритмом, ориентированны только на начало и конец звучания, а также на счет и показ педагога.

<p>процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога).</p>			
<p>2. Эмоциональность - Выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции (радость, страх, восторг и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове.</p>	<p>Дети эмоциональны, подпевают во время движений, мимика богата и выразительна.</p>		<p>Ребенок неэмоционален, мимика бедна, движения невыразительны, занимает место в отдалении от педагога, оценка которого его не интересует.</p>
<p>3. Волевая сфера - Волевые качества, определяющие творческую активность: решительность, настойчивость, инициативность, смелость, выдержка и самообладание.</p>	<p>Ребенок преодолевает трудности (быструю утомляемость и болевые ощущения), не теряется в непривычных сценических условиях, в момент прекращения музыкального сопровождения, смены направления, скорости, характера движений, смены партнеров.</p>	<p>Ребенок не всегда справляется с трудностями, из предложенных педагогом повторов движений выполняет не все (больше половины повторов).</p>	<p>Ребенок может пропустить половину повторов движений, жалуется на усталость (при хорошем состоянии здоровья), теряется в непривычных условиях исполнения.</p>
<p>4. Воображение и творческие проявления - умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па». Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка</p>	<p>Ребенок способен к импровизации, созданию новых, оригинальных образов и движений.</p>	<p>Способность к импровизации с использованием знакомых образов и движений.</p>	<p>Способности к импровизации нет, исполняет движения только по показу педагога.</p>

самим процессом движения под музыку.			
5. Память - способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти – музыкальная, зрительная, двигательная.	Ребенок запоминает композицию после 3-5 исполнений по показу.	Детям необходимо для запоминания 6-7 повторений композиции вместе с педагогом.	Потребность в большом количестве повторений – более 9 раз.
6. Внимание – способность сосредотачиваться, не отвлекаться от музыки и процесса движения. При воплощении элементов танца у исполнителей возникают следующие объекты внимания: танец, музыка, перемещение в сценическом пространстве и общение с партнерами.	Ребенок правильно выполняет ритмическую композицию от начала до конца самостоятельно.	Ребенок выполняет композицию с некоторыми “помарками”, иногда отвлекается, упускает “нить движения”, ему требуются подсказки.	Ребенок испытывает затруднения в исполнении композиции из-за рассеянности внимания.
7. Артистизм (особенности сценического поведения и самочувствия). Понятие «артистизм» включает в себя яркую эмоциональность, фантазию и чувство меры. В хореографии артистизм - это: <ul style="list-style-type: none"> • способность к восприятию танцевальных композиций в целом; • способность воспринимать и откликаться танцевальным движением на все музыкальные нюансы; • способность выражать пластикой движений настроения, заложенные в музыке. 	Исполняя танцевальный номер на сцене, дети ярко проявляют и музыкальность, и выразительность пластики и мимики. Выступают спокойно и уверенно, эмоционально заразительно.		Дети исполняют танец скованно, робко, неэмоционально, иногда неритмично (ускоряют или замедляют движения), - что является следствием воздействия на них обстановки сцены, чувства неуверенности в себе.

<p>8. Специальные хореографические данные - (Выводится средний балл по всем измерениям).</p> <p><i>Координация</i> (согласованность движений тела):</p> <p><i>Шаг (При вертикальном положении корпуса):</i></p> <p><i>Прыжок (Во время прыжка с натянутыми стопами):</i></p> <p><i>Подъем (В положении стоя при открывании ноги в сторону носком в пол):</i></p> <p>Гибкость (В положении стоя лицом к опоре во время прогиба назад угол между частью позвоночника от поясницы вверх (торсом) и опорой, от которой корпус отклоняется назад):</p> <p>Выворотность (В</p>	<p>Исполняют заданную комбинацию без ошибок, уверенно.</p> <p>Нога свободно поднимается на любую высоту выше 90^0</p> <p>Расстояние от пяток до пола значительно выше размера стопы.</p> <p>Расстояние от пятки до пола не менее 1/2 расстояния от носка до пятки по проекции стопы.</p> <p>Угол 90^0 и больше.</p> <p>Колени свободно лежат на полу.</p>	<p>Исполняют комбинацию с небольшими недочетами, не достаточно уверенно, но исправляются после 3-5 повторов.</p> <p>Поднимание ноги на 90^0 свободно, без напряжения.</p> <p>Расстояние от пяток до пола не менее размера стопы.</p> <p>Расстояние от пятки до пола равно или немного меньше 1/2 расстояния от носка до пятки по проекции стопы.</p> <p>Угол – не менее 45 градусов.</p> <p>Расстояние от пола до коленей не более 10 см</p>	<p>Исполняют комбинацию неуверенно, ошибки при исполнении каждого второго движения.</p> <p>Поднимание ноги ниже 90^0</p> <p>Расстояние от пяток до пола меньше размера стопы, при этом топы не вытягиваются во время прыжка.</p> <p>Расстояние от пятки до пола намного меньше 1/2 расстояния от носка до пятки по проекции стопы.</p> <p>Угол – менее 45 градусов.</p> <p>Расстояние от пола до коленей не более 10 см, поясница не прижата к полу.</p>
---	---	---	---

<p>положении лежа на спине, поясница прижата к полу, ноги согнуты в коленях, стопы соединены):</p>			
--	--	--	--

36.	Вводное занятие Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1	
	<i>Ритмика и музыкальная грамота</i>	8	
37.	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	1	
38.	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);	1	
39.	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);	1	
40.	Понятие о рабочей и опорной ноге.	1	
41.	Понятие «шаг» 45°, 90°, 180°. Растяжка	1	
42.	Постановка корпуса. Движения плечами, руками	1	
43.	Шахматный порядок. Основные танцевальные элементы.	1	
44.	Полька	1	
	<i>Азбука классического танца</i>	13	
45.	Demi-plis u grand-plis (полуприседания и полные приседания)	1	
46.	Battements tendus (скольжение стопой по полу)	1	
47.	Battements tendus jets (маленькие броски)	1	
48.	Grand battements jets (большие броски)	1	
49.	Grand battements jets (большие броски)	1	
50.	Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу)	1	
51.	rond de jambe par terre на demi-plie (круговые движения по полу в полуприседании)	1	
52.	Battements fondus в сторону, вперед, назад носок в пол	1	
53.	Battements fondus в сторону, вперед, назад на 45°	1	
54.	Battements frappes в сторону, вперед, назад носок в пол	1	
55.	Battements frappes в сторону, вперед, назад на 45°	1	
56.	Temps leve saute по I, II, V позициям	1	
57.	Glissade (прыжок с продвижением)	1	
	<i>Народный танец</i>	13	
58.	Ковырялочка с притопом	1	
59.	«Гармошка», «Елочка».	1	
60.	Упражнения с ненапряженной стопой (флик- фляк).	1	

