

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение детский сад №95**

П Р О Г Р А М М А «Хореография»

**Педагог дополнительного образования высшей категории Шубина
Ольга Александровна**

**Рецензент Белькович
Р.Ю. Доцент кафедры
дошкольного и
начального образования
ТОГГИРРО КПН**

Тюмень 2013 г.

Тюменский областной государственный институт развития регионального
образования

РЕЦЕНЗИЯ

на программу дополнительного образования «Ритмика и танец» педагога
дополнительного образования **Шубиной Ольги Александровны**

Художественно-эстетическое воспитание в дошкольном образовательном учреждении осуществляется во взаимосвязи со всей образовательной работой. Музыка, движение и развитие интеллекта взаимосвязаны.

В дошкольном учреждении дети дошкольного возраста любят двигаться под музыку, в спонтанном танце ребенок импровизирует разные движения, возникающие на уровне подсознания. Эмоциональное воздействие музыки глубоко осмысливается ребёнком, приобретает личностное воздействие.

При этом дошкольнику гораздо сложнее точно выполнять комплекс движений в определенной последовательности под определенную музыку. Еще сложнее танцевать группой, когда необходимо не просто выполнить движение, но и выполнить их синхронно. Безусловно, в образовательном процессе каждого детского сада проводится систематическая работа по разучиванию танцевальных и ритмических движений, в процессе овладения которыми у воспитанников происходит тренировка таких умений, как запоминание отдельных движений и движений в комплексе, координация движений, способность слушать музыку и повторять под неё движения (т.е. чувство ритма), способность выразиться творчески. Все эти умения помогают формировать умственные способности ребёнка, т.е. помогают развивать интеллект.

Автор представленной к рецензированию программы дополнительного образования «Ритмика и танец» предлагает систематизированный материал, направленный не только на развитие детского творчества, но и на активизацию защитных сил организма, овладение навыками совершенного управления своим телом, психоэнергетическую саморегуляцию, развитие и высвобождение скрытых творческих и оздоровительных возможностей подсознания.

Программа дополнительного образования «Ритмика и танец» ориентирована на детей в возрасте от 3 до 7 лет, имеет четкую структуру, а также систему тематического планирования. При распределении разделов программы по годам обучения автором учитываются основные принципы

возрастных особенностей каждой группы, физические и психологические особенности ребенка.

Заслуживает внимания разработанная О.А. Шубиной последовательность методических приемов, направленных на развитие у дошкольников активности и плавности движений, умений импровизировать и двигаться ритмично, взаимодействовать друг с другом. Значимость программе придает разработанная автором модель реализации танцевально-игровой ритмики, а также модель реализации взаимодействия педагога с родителями в целях обогащения ребенка.

Однако, несмотря на то, что в программе представлены эффективные критерии и показатели для отслеживания потенциала развития дошкольников, рекомендуем описать и реализовывать на практике подходы к предоставлению возможностей детям осуществлять самоконтроль, взаимоконтроль результатов собственной деятельности.

Высказанное пожелание не снижает значимости и актуальности данной программы.

Представленная программа О.А. Шубиной «Ритмика и танец» имеет практическое значение в работе с детьми дошкольного возраста и может быть рекомендована в условиях дополнительного образования.

24.12.2013г.



доцент кафедры дошкольного и начального образования ТОГИРРО, к.пед.н.

Пояснительная записка

Во времена глобальных перемен и потрясений достойно выжить могут только здоровые, эмоционально устойчивые, способные на всякую концентрацию усилий и умеющие своевременно восстановить свои силы люди.

Число заболеваний увеличивается с каждым годом, несмотря на все достижения медицины. При этом с каждым годом они «молодеют» уже среди воспитанников детских садов большинство детей страдают хроническими заболеваниями, имеют патологическую осанку, нарушение опорно-двигательного аппарата, умственную и эмоциональную заторможенность.

Настоящего физического здоровья и душевного равновесия достигает лишь тот, кто с детства привык жить в гармонии с собой, окружающими, природой, научился управлять своим разумом, способен реализовать свои физические и духовные способности.

Средства раскрытия потенциальных способностей подрастающего человека, формирование его физических и духовных качеств разнообразны. Как и раньше, учитывая огромную силу воздействия музыки, живописи, танца испытывается потребность в приобщении детей к искусству. Но сегодня наблюдается необходимость как можно раньше вести ребенка в мир искусства, сделать это можно с помощью специалистов- профессионалов. Танцевальное искусство всегда привлекало и взрослых и детей. Занятия по танцу активно вводятся в программы детских садов. Следует учитывать, что азбука танца, его выразительные средства требуют определенного уровня физической подготовленности. Поэтому в работе с детьми можно использовать только те движения и образы, которые способны заложить основы красоты, здоровья, доброты и не мешают естественному развитию растущего организма. Данная работа в первую очередь обращена к педагогам-хореографам детских садов, работающими с детьми дошкольного возраста. Этот период не предполагает глубокого проникновения в школу танца и ему лишь закладываются основы музыкальности, культуры движения, исполнительской выразительности.

Предлагаемая нами программа направлена на активизацию защитных сил организма детей, овладения навыками совершенного управления своим телом, психоэнергетической саморегуляции, развитию и высвобождению скрытых творческих и оздоровительных возможностей подсознания.

Все занятия проводятся в виде сюжетно-ролевых или тематических игр, состоящих из взаимосвязанных ситуаций, заданий, упражнений, игр подобраны таким образом, чтобы содействовать решению оздоровительных и развивающих задач.

Широко используется метод аналогий с животным и

растительным миром, (образы, позы, двигательная имитация), метод театрализации, где педагог-хореограф, используя игровую атрибутику, образы, активизирует правое полушарие головного мозга, его пространственно-образное мышление, способствует высвобождению скрытых способностей, творческих и оздоровительных возможностей подсознания. Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Содержание программы

Основной целью педагога-хореографа является целенаправленное, систематическое воздействие и формирование личности ребенка со знаком «плюс» средствами танцевально-игровой хореографии.

Освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем.

Исходя из цели программы, предусматривается решение основных задач для детей 3-7 лет.

I. УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ, способности

оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;

- формировать правильную осанку;

содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

II. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПСИХО МОТОРНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДОШКОЛЬНИКА

— развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, координационные способности;

— содействовать развитию чувства ритма, музыкального ритма, памяти, внимания, умения согласовать движение с музыкой;

— формировать навыки выразительной пластичности, грациозности, изящности танцевальных движений танца;

— развивать ручную умелость и мелкую моторику.

III. РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСКИХ СОЗИДАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ЗАНИМАЮЩИХСЯ:

- развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;

- формировать навыки самостоятельного выражения движения под музыку;

- воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества движения

**Календарно-тематическое планирование занятий
по хореографии**

Дети 3-х лет

Педагог дополнительного образования Шубина Ольга Александровна

Планирование составлено на основе: **«Ритмика и танец»**

(И.Э. Бриске)

Дети 3-х лет.

Ребенок этого возраста легко возбуждается от обилия впечатлений, различных заданий, быстро устает, лучше воспринимает и запоминает то, что эмоционально окрашено и интересно. Опыт музыкально-ритмической деятельности минимальный, новое же позволяет детям проявить себя и свои действия. Они уже знают, что можно слушать музыку, петь песни, танцевать танец, играть. Двигательный аппарат не сформировавшийся, мышечная сила слабая, преобладают движения малой амплитуды. Основные движения — ходьба, бег. Подпрыгивания имеют общий характер. Движения в медленном темпе используются с трудом.

В процессе занятий по ритмике и танцу следует воспитывать положительные эмоции, обогащать музыкально-ритмическую деятельность детей, закладывать основы выразительного исполнения, развивать объем внимания и фантазии.

Занятия по ритмике и танцу проводятся 2 раза в неделю по 15 минут.

Содержание занятий

1. ПОСТАНОВКА КОРПУСА

2. ХОДБА: простой шаг в разном темпе и характере. Например: спокойный — гуляем, четкий — маршируем, мягкий — как у кошечки.

3. БЕГ: мелкий, легкий. Например — катится мяч, бегут цыплята. Музыкальный размер $2/4$, переступания по $1/8$ каждого такта

4. ХОДБА И БЕГ В СОЧЕТАНИИ: мягкий шаг и легкий бег. Музыкальное произведение 2-х частной формы, построенное на контрасте. Например — кошка и птичка.

5. ПРЫЖКИ на двух ногах. Музыкальный ритм — $2/4$, темп умеренный. Повторяемость от 4-х до 8-ми раз. Например, прыгают зайчики, мячики.

6. БЕГ И ПРЫЖКИ В СОЧЕТАНИИ ПО ПРИНЦИПУ КОНТРАСТА (в динамических оттенках — тихо-громко, ритмических рисунках) например — мячики прыгают- на каждые $1/4$ такта, мячики покатались — бежим на каждую $1/8$ такта; прыгаем под громкую музыку, бежим под тихую.

7. ПРИТОПЫ: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой. Музыкальный размер — $2/4$, удары в пол всей ступней по $1/4$ и $1/8$ каждого такта.

Например: тяжелые ноги у медведя — по $1/4$ такта, легкие ноги — у мальчиков и девочек - по $1/8$.

В музыке также может использоваться приём контраста: тихо-громко.

8. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РУК, КИСТЕЙ И ПАЛЬЦЕВ. РУКИ: поднимаем (вперед, в стороны, вверх — одну или обе) с последующим опусканием; вытягиванием (вперед, в стороны, вверх — одну или обе) затем сгибаем в локте. Музыкальный размер — 2/4, 4/4, %. Исполнять упражнения нужно весело, задорно или мягко, спокойно.

КИСТИ РУК: поворачиваем ладонью вверх-вниз (поочередно), руки держим перед собой (вытянутые перед собой или согнутые в локтях);

поворачивание кистей ладонью «к себе» или «от себя» (поочередно). Например: греем ладошки на солнышке — повороты кистей на каждые 1/4 такта или 2/4 такта.

«колокольчики» звенят — повороты на каждую 1/8 такта (руки согнуты в локтях и направлены пальцами вверх).

ПАЛЬЦЫ РУК: собираем в кулачек, играем на пианино. Движения исполняются энергично, весело.

9. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПЛЕЧ. Поднимаем и опускаем плечи. Музыкальный размер — 2/4. Характер исполнения — спокойный, мягкий и веселый, резвый. Например; плечи «вздыхают» (музыка звучит тихо), плечи «удивляются» (музыка звучит громко). В управлении участвуют два плеча одновременно.

10. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ГОЛОВЫ: наклоны вперед (птичка пьет воду); наклоны в стороны (на бок). Музыкальный размер 2/4, темп умеренный. Упражнение исполняется на 2/4 каждого такта затем на 1/4 такта.

11. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ КОРПУСА: небольшие наклоны корпуса из стороны в сторону (неваляшка); наклоны корпуса вперед (как будто хотим рассказать друг другу что-то очень- интересное). Музыкальный размер — 2/4 и 4/4.

12. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ.

ТОПАЮЩИЙ ШАГ — по 1/4 или 1/8 такта (в продвижении вперед. В повороте вокруг себя на 360 градусов).

ВЫСТАВЛЕНИЕ НОГИ ВПЕРЕД НА НОСОК ИЛИ НА ПЯТКУ — одно движение занимает 4/4 такта. 1/4 — поставить ногу вперед на носок 1/4 — зафиксировать положение 1/4 — поставить ногу в исходное положение — ноги вместе 1/4 — положение фиксируется. Движение исполняется по 2 раза с каждой ноги затем по 1 разу.

ХЛОПКИ: ладонь о ладонь — звонко весело — тихо мягко. Хлопки исполняются перед собой или около каждого. Можно использовать удары по плечам коленям двумя руками одновременно или попеременно.

13. УПРАЖНЕНИЯ С ПРЕДМЕТАМИ И ИГРУШКАМИ: МЯЧ — каждому по ходу подбрасываем, передаем друг другу. Например: катим мяч по полу — музыка звучит тихо, подбрасываем мяч или ударяем им в пол — громко.

ПЛАТЬОЧЕК - поднимаем медленно и отряхиваем платочек, затем машем платочком весело.

ОБРУЧ — оббегаем обруч (мелкий бег) прыгаем в обруч (обруч лежит на полу) выпрыгиваем из обруча и ловим друг друга в кольцо обруча.

ПОГРЕМУШКИ — встряхиваем погремушки по 1/4 такта или по 1/8 ударяем погремушкой по ладони свободной руки прячем погремушку за спину.

14. ОРИЕНТАЦИЯ В ПРОСТРАНСТВЕ — круг линия врассыпную стайка. Эти рисунки и положения в зале можно использовать для разучивания упражнений танцевальных элементов, а также для объединения их в небольшие комбинации или танцевальные фрагменты. Например — наклоны корпуса лучше исполнять стоя лицом в круг, выставлять ногу на носок или на пятку (на каблук). Детям интереснее в паре лицом друг к другу. Спокойным шагом гулять можно стайкой, а вот прыгать хорошо врассыпную.

15. УПРАЖНЕНИЯ НЕ ПОЛЛУ. Первоначально движения носят естественный характер — полежать на спине или животе свернуться клубочком, покататься с боку на бок и прочее. Постепенно переходить к движениям требующим мышечного напряжения — оттягиваем носочки вытягиваем ноги в коленях достаем кончики пальцев ног кончиками пальцев рук. Эти движения используются в спокойном характере. Их хорошо включать в заключительную часть занятий после энергичных танцевальных движений или пространственных перемещений.

16. СЛУШАНИЕ МУЗЫКИ — музыкальные загадки сказки фрагменты классической или народной музыки (1 — 15 мин.)

17. ЭТЮД — образно-ритмические танцевальные. Игровые. Сочиняются на основе полученных навыков и умений. Музыкальное оформление — небольшие законченные произведения. Музыкальный размер — 2/4 3/4-8-16-32 такта музыкальный размер — 4/4-8-16 тактов.

К концу года дети 3-х лет должны научиться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки (громко-тихо весело-спокойно) реагировать на начало музыки и её окончание, а также ритмично ходить под музыку легко бегать хлопать в ладоши притопывать ногами вращать кистями рук кружиться вокруг себя прыгать на двух ногах, помахивать платочком, играть погремушками, владеть

простейшими навыками игры с мячом, двигаться по кругу, взявшись за руки, друг за другом или парами располагаться по залу врассыпную и собираться в круг или в линию.

Все упражнения танцевальные элементы композиционные построения разучиваются и исполняются в образно-игровом характере под специально подобранную музыку.

Тематический план занятий

(дети 3-х лет)

Тема занятий	Практические занятия	
	Д а т а	Ч а с ы
1. Вводное занятие		
2. Культура поведения и общения		
3. Развитие хореографических способностей на основе игр танцев этюдов		
4. Развитие музыкальных способностей на основе ритмических выстукиваний хлопков бега ходьбы прыжков поворотов		
5. Классические упражнения по I. II и III позициям ног приседания наклоны		
6. Спортивные упражнения: - бег - ходьба - наклоны -прыжки - маховые - плавные		
7. Упражнения на развитие координации		
8. Изучение музыкального размера % характер вальса образ вальса		
9. FLLEGRO - прыжки		
10. Упражнения на развитие физических да: гибкость, выворотность шага перегиба корпуса		
11. Разучивание элементов движения на основе русского танца		
12. Танцевальный репертуар:		
- Леопольд		
- Полька		
- Танцевальная связочка		
- Чебурашка		
- Хлопушки		

**Календарно—тематическое планирование занятий
по хореографии.**

(дети 4-х лет)

**Педагог дополнительного образования Шубина Ольга Александровна
Планирование составлено на основе:**

«Ритмика и танец»

(И. Э. Бриске

Дети 4-х лет.

Дети этого возраста становятся физически более крепкими подвижнее их внимание устойчивее. Они имеют определенный круг представлений об окружающей действительности, что способствует самостоятельности мышления обогащению образного мира. Уровень двигательной деятельности продолжает развиваться. Движения приобретают очерченный характер. Дети лучше координированы, способны соединять движения в определенный последовательный ряд. Откликаются на разнохарактерные образы в музыке и движениях хорошо чувствуют смену темпа настроения, но передача ритмического рисунка у них ещё вызывает затруднение.

В процессе занятий по ритмике и танцу следует продолжать работу над развитием ритмичности и выразительности движений, пространственной ориентации формировать навыки самостоятельного выбора движений для образно-игровых ситуаций согласованного исполнения упражнений и танцевальных элементов друг с другом в паре и при коллективном танце.

Занятия по ритмике и танцу проводятся 2 раза в неделю по 20 минут.

Содержание занятий.

1. ПОСТАНОВКА КОРПУСА: продолжение работы над подтянутостью спины, красивой постановки головы, ощущение отпущенности, свободы плеч. Обрамлением правильной постановки корпуса является красивое лицо (улыбка приветливость).

2. ХОДЬБА: простой танцевальный шаг (с вытянутым носком стопы) в спокойном темпе равномерном ритме (идем по мягкой траве). Наряду с танцевальным шагом выполняется шаг со свободной стопой (бытовой) в разном темпе характере; в ходьбу включаются различные движения рук — размахивание вперед-назад подьёмы вверх в стороны используются хлопки.

Разучивается шаг с подьёмом колена на 90 градусов (лошадка) — темп умеренный. Музыкальный размер — шаг выполняется на $1/4$ музыкального такта возможны различные положения рук -на поясе, за спиной, перед собой как будто держим поводья.

3. БЕГ: легкий равномерный бег с откидыванием ноги от колена назад носок стопы вытянут. Музыкальный размер $2/4$ бег выполняется по $1/4$ такта. Следить за прямым подтянутым корпусом.

4. ПРЫЖКИ: легкие равномерные высокие — по $1/4$ такта низкие — по $1/8$ такта. Возможны сочетания прыжков разной длительности и чередование их между собой в различных характерах и образах.

5. ПЕРЕСКОКИ С НОГТ НА НОГУ: легко перепрыгнуть с ноги на ногу, добиваться оттянутости носка стопы, ноги могут откидываться вперед. Музыкальный размер — $2/4$, перескакиваем по $1/4$ такта (перепрыгиваем через лужицу). Хорошо сочетать перескоки с ноги на ногу с шагом на полупальцах (осторожно обходим лужицу).

6. ШАГИ НА ПОЛУПАЛЬЦАХ И ПЯТКАХ: шаги выполняются при хорошо

подтянутом корпусе, руки должны помогать сохранять равновесие в положении как на полупальцах, так и на пятках (в стороны вверх за спину). Данный вид шагов может чередоваться с другими видами ходьбы в различных ритмических рисунках. Например, шаги на полупальцах как капельки, а шаги топающие — это стучат молоточки.

7. ПРИТОПЫ: удары стопы в пол равномерно и по три удара; различные сочетания ударов стопы в пол одной ногой несколько раз подряд, поочередные удары равномерно и с паузой.

8. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ГОЛОВЫ: наклоны головы вперед (вниз), в сторону (ушком) и по точкам с одной стороны на другую (птичка здоровается клювиком); полукруговое движение (голова повернута вправо, затем опускается вниз, а потом поднимается в сторону вверх влево). Аналогично полукруг можно провести через верх.

9. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПЛЕЧ: спокойные или быстрые подъёмы плеч вверх и опускание их вниз (одновременно оба плеча или поочередно — правое-левое. Круговые движения плечами вперед или назад руки могут быть опущены вдоль корпуса, поставлены на пояс или в положение «крылышки утят» (руки согнуты в локтях, локотки направлены вниз и вместе с круговыми движениями плеч тоже очерчивают круг, кисти рук лежат на плечах).

10. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ КОРПУСА: активные наклоны вперед в стороны могут чередоваться, исполняясь в разных ритмических рисунках и на разные длительности. Например, наклоны корпуса вперед (вниз) на 2/4, а выпрямление на 1/4, затем пауза на 1/4 такта или один подъём и опускание плеч по 1/8 такта.

11. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РУК КИСТЕЙ И ПАЛЬЦЕВ.

РУКИ — к ранее проученным добавляются круговые движения — вперед-назад «к себе - от себя». Предварительно можно выучить круговые движения от локтя (пальцы могут быть вытянуты или собраны в кулачек). Движения рук исполняются энергично, четко (мельница, стрелки часов). Продолжается работа над выразительностью подъёма рук в стороны или вверх (крылья бабочки, цветок раскрывается и закрывается)

ПАЛЬЦЫ — активно собираем в кулачки, а затем вытягиваем пальцы, собрав их вместе или растопырив (кошка выпускает коготки). Можно поиграть с большим пальчиком - то прячем его . то выпускаем из домика. Хорошо развивает подвижность пальцев движение - «считаем пальчики» - поочередно сгибаем и разгибаем пальцы.

КИСТИ — опускание или подъём кистей (грустно и весело), «трепещем» кистями (крылышки маленькой птички колибри).

12. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ:

ПРИСТАВНОЙ ШАГ (шаг - приставить) — в сторону или вперед; руки в статичном положении: у мальчиков на поясе, а у девочек — за юбочку.

Следить за подтянутостью корпуса, красивой посадкой головы. Голова может прямо или быть повернута в сторону продвижения.

ПОЛУПРИСЯДАНИЯ (небольшие сгибания ног в коленях и последующие

их вытягивание) - «прутики» - исполняются мягко или резко, но равномерно. Хорошо окрасить динамическими оттенками, например: сгибаем колени — музыка звучит тихо, вытягиваем колени — музыка звучит громко.

ПОВОРОТЫ — кружимся вокруг себя на полупальцах — голова повернута в сторону вращения, ноги переступают одновременно.

ВЫНОС НОСОК НА КАБЛУК С ОДНОВРЕМЕННЫМ ПОЛУПРИСЯДАНИЕМ — знакомим детей с понятием «опорная нога»: первая нога ставится вперед на каблук (на пятку), одновременно левая нога (опорная) сгибается в колене — следить за прямым, подтянутым корпусом.

ХЛОПКИ — тройные с паузой по 1/8 такта; удары могут быть ладонь в ладонь по коленям, по плечам.

ПРЯМОЙ ГАЛОП — шаг одной ноги вперед и последующее подбивание ее сзади другой ногой. Движение хорошо усваивается в образе скачущей лошадки; при исполнении прямого галопа следует следить за направлением обоих плеч вперед. Хорошо организует использование движения подражание голосом цоканью копыт - «цок-цок».

ПОКЛОН — исполняется у мальчиков и девочек по-разному. Мальчики делают только движение головой: вниз-прямо; девочки с наклоном головы делают маленькое приседания, а с вытягиванием колен также, как мальчики, поднимают голову в положение прямо. У девочек руки могут быть в положении на поясе или за юбочку, у мальчиков руки на поясе или опущены вдоль корпуса.

13.ОРИЕНТАЦИЯ В ПРОСТРАНСТВЕ: исполнение основных упражнений и танцевальных движений в различных рисунках: один круг, два круга (круг в круге), одна, две линии (друг за другом или друг к другу, «змейка» - гуляем по извилистой тропинке).

14. УПРАЖНЕНИЯ НА ПОЛУ: движения исполняются по принципу контраста — напряженные — расслабленные (ноги, руки, корпус).

Исполняются образные движения: кошка выгибает спину (сердиться), «неваляшка», «катаемся на велосипеде» (круговые движения ног, сгибая колени и лежа на спине). Упражнения выстраиваются по принципу от простого к сложному. Например: упражнения для стоп, колен, корпуса — сидя на полу; лежа на полу — для рук, ног, корпуса.

15. СЛУШАНИЕ МУЗЫКИ: музыкальные загадки, сказки, законченные произведения малой формы или фрагмента — характеристика музыкальных образов, выбор выразительных движений, соответствующих темпу, ритму, характеру музыки.

16. УПРАЖНЕНИЯ С ИГРУШКАМИ И ПРЕДМЕТАМИ:

МЯЧ — развитие ранее полученных навыков с мячом, сочетание их с простейшими танцевальными элементами. Например: полуприседание с одновременным сгибанием рук в локтях и подведением мяча к груди, последующие выпрямление коленей с одновременным вытягиванием рук, держащих мяч, вперед; прыжки с одновременным подниманием мяча вверх и последующим его опусканием и т. д.

КУКЛЫ — покачивание, передача друг другу. Куклу можно посадить на стульчик или на пол и станцевать для нее.

ПЛАТОЧЕК — перекладываем платочек из рук в руки, крутим платочек над головой (держим платок одной рукой). Ранее полученные навыки движения с платочком и вновь приобретенные сочетать в небольшие комбинации с вытянутого носка или на полупальцах.

ПОГРЕМУШКИ — удары или встряхивания по $\frac{1}{4}$ такта или $\frac{1}{8}$ равномерно или по три с последующей паузой. Например: поочередные удары погремушкой по правому и левому плечу, по правому и левому колену, затем тройные удары погремушкой по ладони левой руки.

17.ЭТЮДЫ: сочиняются на основе приобретенных навыков исполнения танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении. Желательно, чтобы были контрасты по характеру, настроению.

Этюды массовые и парные на М/р — $\frac{2}{4}$, $\frac{3}{4}$.

К концу года дети должны откликаться на динамические оттенки в музыке, простейшие ритмические рисунки, реагировать на музыкальное вступление, а также: красиво и правильно исполнять танцевальные элементы: простой шаг с вытянутым носком, прямой галоп, полуприседания, повороты, свободно владеть навыками движений с мячом, платочком, различными игрушками, давать характеристику прослушанному музыкальному произведению, хорошо ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков. Мальчики и девочки должны знать правила исполнения движений в паре.

Тематический план (дети 4-х лет)

Тема занятий	Теоретические и практические занятия	
1. Вводное занятие		
2. Культура поведения и общения		
3. Развитие хореографических способностей на основе игр, танцев, этюдов.		
4. Развитие музыкальных способностей на основе ритмических выстукиваний, хлопков, бега, ходьбы, прыжков, поворотов.		
5. Классические упражнения ног I II III приседания, поклоны.		
6. Спортивные упражнения - бег - ходьба - наклоны - прыжки - маховые - плавные		
7. Упражнения на развитие координации		
8. Изучение музыкального размера %, характер вальса, образ вальса.		
9. ALLEGRO - прыжки		
10. Упражнения на развитие физических данных: гибкости, выворотности шага, перегиба корпуса.		
11. Разучивание элементов движения на основе русского танца		
12. Танцевальный репертуар:		
Божья коровка		
Если добрый ты		
Черный кот		
Енотик		
Чунга-Чанга		
Вместе весело шагаем		

Красная шапочка		
Мы пойдем сначала вправо		
Топ-топ		
У жирафа		
Резиновый ежик		
Неваляшки		
Кукушечка		
Солнечный зайчик		

Календарно-тематическое планирование занятий по хореографии Дети 5-и

лет

Педагог дополнительного образования : Шубина Ольга Александровна

Планирование составлено на основе:

«Ритмика и танец»

(И.Э.Бриске)

Дети 5-и лет

Ребенок этого возраста физически крепнет, становится более подвижным, успешно овладевает основными движениями, у него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. Возрастает уровень самостоятельности, проявляется способность делать простейшие умозаключения, обобщения, ярко проявляется потребность в разнообразии тем, характеров, а также в индивидуальном проявлении. Улучшается память, элементы творчества проявляются во всех видах деятельности.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 20-25 минут.

Содержание занятий

1. ХОДББА: различные виды шагов со сменой темпа, направления движения, в сочетании с другими движениями на М/р — 2/4, %, 4/4, по кругу, колонной, «змейкой», «звездочкой» по одному в паре.
2. БЕГ: легкий- на месте и с продвижением, поднимая высоко колено вперед, откидывая ногу от колена назад, выбрасывая прямые ноги вперед.
3. ПРЫЖКИ: высокие с акцентом вверх, с сильно вытянутыми коленями и стопами по 14 такта. Варианты: на двух ногах, на одной, с двух на одну, с одной на две. Следить за подтянутостью корпуса. Можно вводить движения головы и рук.
ПРОСКОКИ: вперед, назад, в сторону, на двух ногах, на одной ноге. Исполняются коротко, легко со слегка при согнутом коленом.
4. ШАГ С ПРОСКОКОМ; ШАГ С ПОДСКОКОМ: выделить разницу проскока (стелющейся характер прыжка, обязательно с продвижением) и подскока (акцентированного прыжка вверх, может исполняться с небольшим продвижением).
5. ГАЛОП: прямой и боковой. Выделить разницу исполнения: в прямом галопе двигаемся двумя плечами вперед, а в боковом — ни в коем случае не разворачивать плечи вперед — двигаемся одним боком. Боковой галоп лучше проучивать по линиям лицом к зеркалу. Галоп исполняется соло, в паре, в сочетании с хлопками, наклонами и поворотами головы, различными положениями рук.
6. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РУК, КИСТЕЙ И ПАЛЬЦЕВ: являются частью разминки, по мере необходимости и возможности могут включаться в танцевальные элементы, комбинации, этюды и игры.
7. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ:
ПРОСТОЙ ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ ШАГ С УДАРОМ НОГИ В ПОЛ.
ПРИСТАВНОЙ ШАГ — с ударом в пол или с последующим приседанием, в направлениях: вперед, назад, в сторону.

ПЕРЕМЕННЫЙ ШАГ.

Все виды шагов проучиваются с руками в статичном положении. По мере усвоения к движению ног добавляются движения корпуса (наклоны; повороты) головы и рук.

«КОВЫРЯЛОЧКА» - нога опускается на носок, а затем на пятку в одну точку (в сторону).

8. УПРАЖНЕНИЯ НА ПОЛУ: различные движения для рук, корпуса, ног выполняются не только по одному, но и в паре, включаются силовые моменты (перетянуть, отжаться и пр.) Могут использоваться мячи, обручи, веревки. Следует определить движения специально для девочек и мальчиков.

9.ОРИЕНТАЦИЯ В ПРОСТРАНСТВЕ: в различных видах деятельности детей нужно использовать все разнообразие композиционного рисунка: круги, линии, «звездочки», «плетень», «корзиночку», «змейку», «улитку». Способность самостоятельному выбору рисунка детьми, развивать способность разводить любой рисунок самостоятельно на разную характерную музыку.

10. СЛУШАНИЕ МУЗЫКИ И ИМПРОВИЗАЦИИ: прослушивание музыки является основой для создания пластического, ритмического, танцевального образа. Обязательно самостоятельное решение художественной задачи. Желательно сочетать слушание музыки и импровизацию с выражением настроения, отношения детей в рисунках, лепке, устном рассказе, стихотворной форме.

11. ЭТЮДЫ И ЗАКОНЧЕННЫЕ КОМПОЗИЦИИ: массовые, парные, сольные, парно-массовые. Создаются образ, развивается внимание и фантазия, раскрываются индивидуальные особенности на основе народных танцев и современных ритмов.

К концу года дети должны иметь большой запас танцевальных движений, устойчивых музыкально-ритмических навыков, достаточный уровень исполнительской выразительности, владеть импровизацией, самостоятельным видением композиционного рисунка, критическим уровнем оценки своих исполнительских возможностей.

Тематический план (дети 5-и лет)

Тема занятий	Теоретические и практические занятия	
1. Вводное занятие		
2. Культура поведения и общения		
3. Развитие хореографических способностей на основе игр, танцев, этюдов.		
4. Развитие музыкальных способностей на основе ритмических выстукиваний, хлопков, бега, ходьбы, прыжков, поворотов.		
5. Классические упражнения ног I II III приседания, поклоны.		
6. Спортивные упражнения - бег - ходьба - наклоны - прыжки - маховые - плавные		
7. Упражнения на развитие координации		
8. Изучение музыкального размера %, характер вальса, образ вальса.		
9. ALLEGRO - прыжки		
10. Упражнения на развитие физических данных: гибкости, выворотности шага, перегиба корпуса.		
11. Разучивание элементов движения на основе русского танца		
12. Танцевальный репертуар:		
Кузнечик		
Старый Мерседес		
Лилипуты		
Домовой		

Паровозик		
Ква-Ква		
Чардаш		
Тигренок		
Казачок		
Чудо-зайчата		
Коротышки		

Календарно-тематическое планирование занятий по хореографии

Дети 6-7 лет

Педагог дополнительного образования : Шубина Ольга Александровна

Планирование составлено на основе:

«Ритмика и танец»

(И.Э.Бриске)

Дети 6-7 лет

Дети этого возраста имеют достаточно разнообразный арсенал выразительных средств, хорошо ориентируются в музыкальных жанрах, имеют хорошую координацию движений, владеют навыками пространственной ориентации.

В процессе занятий по ритмике и танцу формируется способность воспринимать музыкально-танцевальный материал по словесному образу (описанию), повышается технический уровень исполнения танцевальных движений, создаются танцы с сюжетной-ролевой основой с активным привлечением самих детей к творческому процессу.

Занятия проводятся 2 раза в день по 25-30 минут.

1. ХОДББА: различные виды шагов с одновременной работой рук, корпуса, головы в разных композиционных рисунках и перестроениях; в сочетании друг с другом и другими движениями в зависимости от темпа, ритмического рисунка, образа. Добиваемся в исполнении естественности, яркой выразительности.

2. БЕГ: легкий бег на полупальцах, бег с откидываем ног назад, вперед (прямых), бег с высоко поднятым коленом. Также как и виды ходьбы, выполняется с ускорением, замедлением, остановками. Сочетается с ходьбой, активно вводятся движениями рук и головы. Возможны сочетания с прыжковыми движениями, например с перескоками с ноги на ногу.

3. ГАЛОП: выполняется по кругу, по прямой линии, вокруг себя; по одному, парой; в сочетании с притопами, хлопками, различными положениями и движениями рук. Возможно исполнение галопа без смены направления продвижения, но разным боком (через полуповорот)

4. ПРЫЖКИ: в различных ритмических рисунках, темпах; на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону с одновременными движениями головы и рук. Исполняются по одному и в паре. Разная амплитуда прыжка у мальчиков и девочек (мальчикам можно предложить исполнять прыжок вверх с поджатыми ногами).

5. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РУК: построены на контрасте — малой амплитуды; резкие — мягкие; короткие — длинные. Движения рук можно исполнять по принципу от простого к сложному. Например: движения пальцами, кистями, движения от локтя и от плеча.

6. ДВИЖЕНИЯ ГОЛОВЫ: активно вводятся практически во все танцевальные элементы: придает законченность движения и большую выразительность.

7. **ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ:** соединяются в небольшие комбинации. Совершенствуются ранее изученные и разучиваются новые варианты. Например: приставной шаг на М/р — 3/4. С мальчиками хлопki разучиваются как элементы хлопушки.

8. ОСНОВНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ ТАНЦЕВ:

ПОЛЬКА — по 6 позиции ног (три шага, подскок); возможно знакомство с вариантом польки по выворотной позиции ног-2.

ЭЛЕМЕНТЫ РУССКОГО ТАНЦА: «ковырялочка», «веревочка», «моталочка»; тройной ход, тройной ход с последующим ударом стопы в пол, припадание (по выворотной — 6 поз. И выворотной -2).

ВАЛЬСОВАЯ ДОРОЖКА: тройной шаг с подъемом на полупальцы.

ДВИЖЕНИЯ ДЛЯ МАЛЬЧИКОВ: хлопушки, полуприсядки и присядки, разножки.

9. **ОРИЕНТАЦИЯ В ПРОСТРАНСТВЕ:** продвижение в различных рисунках по одному, в паре; с перестроениями (переходами) из кругового рисунка в линейный и наоборот. Добиваться объемности рисунка и его выразительности.

10. **УПРАЖНЕНИЯ НА ПОЛУ:** упражнения объединяются в небольшие порции, из которых составляется целый комплекс. Упражнения направлены на развитие выносливости, силы ног, рук, подвижности корпуса, координации.

11. **ЭТЮДЫ. ЗАКОНЧЕННЫЕ ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ КОМПОЗИЦИИ:** сюжетно-ролевые, образные на основе ритмических упражнений, танцевальных элементов, основных движений народных и бальных танцев. Активно используются различные атрибуты и детали костюмов (шляпки, корзиночки, веночки, зонтики и прочее).

12. **ИМПРОВИЗАЦИЯ:** на законченное музыкальное произведение; каждый сам по себе, в паре, отдельно мальчики, отдельно девочки.

Итогом работы являются создание творческих программ, праздников, тематических занятий, где дети используют не только полученные двигательные навыки, но и демонстрируют способность исполнить движение, танец образно, актерски выразительно, в соответствии как с темпом, характером, так и стилем музыкального и танцевального произведения.

Тематический план занятий
(дети 6-ти лет)

Тема занятий	Теоретические и практические занятия	
1. Вводное занятие		
2. Культура поведения и общения		
3. Развитие хореографических способностей на основе игр, танцев, этюдов.		
4. Развитие музыкальных способностей на основе ритмических выстукиваний, хлопков, бега, ходьбы, прыжков, поворотов.		
5. Классические упражнения ног I II III, приседания, поклоны.		
6. Спортивные упражнения - бег - ходьба - наклоны - прыжки - маховые - плавные		
7. Упражнения на развитие координации		
8. Изучение музыкального размера %, характер вальса, образ вальса.		
9. ALLEGRO - прыжки		
10. Упражнения на развитие физических данных: гибкости, выворотности шага, перегиба корпуса.		
11. Разучивание элементов движения на основе русского танца		
12. Танцевальный репертуар:		
2*2=4		
Хензе		
Мой мир		
Разминка		
Подсолнухи		

Локомотив		
Клоунада Буф		
Восточный танец		
Лилипуты		
Ку-карелла		
Дракоша		
Бабка-ежка		
Барбарики		

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. Основная установка в работе с детьми — не стремиться к высоким исполнительским достижениям, как самоцели, а использовать навыки, знания и умения, полученные на занятиях по ритмике и танца для раскрытия и развития индивидуальности каждого ребенка в атмосфере доброжелательности, любви и уважения к своим воспитанникам и профессиональному делу.

2. Основными методиками в работе с дошкольниками являются показ и словесно-образное, базирующееся на взаимодействии и органическом слиянии музыки и движения.

3. Основными принципами планирования, организации и проведения занятий по ритмике и танцу являются: систематичность, последовательность, доступность, перспективность, повторяемость, заинтересованность.

4. Начинать работу с детьми любой возрастной группы следует с постановки корпуса, голов, ног, рук, что является основой высокой исполнительской культуры.

5. С первого занятия важно начать работать над лицом своих воспитанников: открытость взгляда и приветливой улыбкой. Для этого можно использовать упражнения для мышц лица: вытягиваем губы трубочкой, оттягиванием краешки губ в стороны, играем в «сердилки», зажигаемся, как «лампочки» улыбкой.

6. Важно помнить, что ничего приблизительного в движениях и танцах нет. Это означает, что с первого занятия информацию до детей следует доносить с помощью точной терминологии, акцентировать внимание на том, что каждое движение имеет НАЧАЛО и КОНЕЦ и, конечно же, свою ОДЕЖДУ (настроение, амплитуду, характер и пр.)

7. Воспитывать культуру движения следует через мышечное ощущение, а также через формирование потребности у ребенка включаться в движение всем двигательным аппаратом — все инструменты нашего тела играют одновременно (активно или пассивно).

8. Очень важно не делать из мальчиков девочек, а также из девочек мальчиков. Принципы полового обучения и воспитания определяют характер и содержание занятий.

9. Музыка и движение не разделены: музыка «дает команды» движения, движение раскрывает музыку.

10. Помним, что движения, которые мы используем на занятиях пришли к нам из жизни (бег, ходьба, прыжки) и многие приобретенные навыки пригодятся детям в жизни.

МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ КРУЖКОВЦА

Критерии диагностики:

- развитие музыкальности, сочетание музыки и движения;
- эмоциональная сфера
- творческое проявление
- запоминание музыки и движений
- способность сосредотачиваться на движениях
- скорость реакции
- гибкость, пластичность
- координация

В результате проведенной диагностики в конце 2012-2013 учебного года, я выявила, что высокий уровень хореографических способностей составил - 80%, средний - 60%, низкий - %.

Исходя из диагностики, я разработала перспективный план работы по развитию креативных способностей детей среднего дошкольного возраста на занятиях хореографии, для повышения уровня развития хореографических способностей, со следующими задачами:

- развить творческое воображение по средствам музыкальных образов;
- побуждать детей выражать свои впечатления в танцевально-творческой деятельности;
- развить природную способность детей к танцевальному творчеству;
- побуждать дошкольников к различным проявлениям творчества, через импровизацию в танце;
- создавать в танце предпосылки к формированию творческого мышления;
- приобщать родителей к совместной танцевально-творческой деятельности, через занятия, праздники, развлечения.

Наилучшим условием для самовыражения в танце является импровизация. Нацеливаю детей на создание своих танцев, этюдов.

Этюды — это естественное продолжение линии обучения детей языку пантомимических и танцевальных движений; это как ветерок, игры с куклой, одуванчик, и т. д.

Показатели качества освоения ребенком музыкально-ритмической деятельности
средняя группа (2012-2013 учебный год)

начало года

Ф.И.О. детей	Интерес и потребность к восприятию музыки и движений	Интерес и потребность к исполнению музыкально-ритмических движений	Наличие творчества в исполнении выразительности движений, игр и плясок					
	Восприятие деятельности: восприятие выразительности игрового содержания, понимание игры или композиции	Восприятие азбуки основных видов движений музыкально ритмической деятельности: основных сюжетно образных и танцевальных.	Восприятие ориентировки в	Выразительность исполнения музыкально ритмического репертуара: передача характера, сюжета игры, композиции танца	Наличие развитого чувства ансамбл	Самостоятельность исполнения упражнений, танцев и др.	Творческая импровизация передачи игрового образа	Творческая импровизация в свободной пляске

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Е. Конорова «Методическое пособие по ритмике», 1997г.
2. В. Пасютинская «Волшебный мир танца», 1980г.
3. Р. Череховская «Танцевать могут все», 1973г.
4. С.Руднева, А.Фиш «Ритмика. Музыкально-ритмические движения», 1972г.
5. Е. Горшнова «О музыкальном творчестве в танцах дошкольного воспитания», 1991г.

Для проведения занятий понадобятся:

- иллюстрации с изображением животных
- сказки, стихи
- подборка музыкального произведения
- подборка упражнений и этюдов
- видеофильм
- комплекс игр и заданий по разделам тем.

6. Т. Барышникова «Азбука хореографии» - М. Рольф, 1999-272с.
7. И. Новоскольцева, И. Алексеева. Ладушки; Топ-топ каблучок; танцы в детском саду; С.Петербург, 2000-83 с.
8. Источник-интернет (Екатерина Железнова)
9. Аудио-кассеты (пособие), 2005-2012гг.
10. Видео-кассеты (пособие), 2005-2008гг.
11. Видео-кассеты г. Тюмень (11-13 ноября 2011г. автор Бриске Н.Э. «Мир танца для детей» (семинар).)
12. Скорая видео-помощь для хореографов, 2008г. (www.HOTELDANCE.MSK.ru)
13. Т. Суворова «Танцуй малыш» (г.Петербург а/я Суворова Т.И.) С.Петербург, 2007
14. И. Коллунова «Потанцуй со мной дружок» , 2010г.

