

Муниципальное автономное Детское образовательное учреждение
детский сад № 14 «Орешек» г.Топки

ПРИНЯТА:

На педагогическом совете
Протокол № 1 от «01» 09 2016 года

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующим МАДОУ детский сад
№ 14 «Орешек»
Ю.Ю.Писарева
Приказ № 06 от «06» 09 2016 год



Дополнительная образовательная программа
художественно-эстетической направленности
«Ритмическая мозаика»

Составитель:
Музыкальный руководитель
Семенчук И.А.

Содержание

1.	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	Стр 3
2.	ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА	Стр 3
3.	ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ	Стр 5
4.	ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ	Стр 5
5.	СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ПРОГРАММЫ	Стр 6
6.	ОСНОВНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ	Стр 7
7.	ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ	Стр 8
8.	ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН	Стр 9
9.	СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	Стр 13

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Хореография - это искусство синтетическое. Оно позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического, и, в целом, психического развития детей. Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Для успешного достижения результатов чередуются разные виды музыкально-ритмической деятельности: разминка, партерная и ритмическая гимнастика, сюжетно-образные танцы, музыкальные игры. Они коротки, разнообразны и доступны детям по содержанию.

Занятия хореографией помогают снять у детей психологические и мышечные зажимы; способствуют развитию чувства ритма, выразительности, уверенности в себе; учить двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитывать выносливость, корректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом.

ЗАКОНОДАТЕЛЬНО-НОРМАТИВНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ:

- Федеральный Закон РФ «Об образовании» № 273 – ФЗ от 29.12.12.
- Санитарные нормы и правила, утвержденные совместным постановлением Министерства образования РФ и Госсанэпиднадзором от 15.05.2013 № 26 СанПиН 2.4.1.3049-13.
- Устав МАДОУ детский сад №14 «Орешек».

В работе с дошкольниками обучение идет с постепенным усложнением материала. На следующий год обучения пройденный материал подается на более высоком уровне, на новом музыкальном материале с учетом возрастных особенностей детей.

В подходе к каждой конкретной группе детей проявляется определенная гибкость, учитывается при этом состав группы, физические данные и возможности детей.

2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Программа рассчитана на три года обучения от 4-х до 7-ми лет.

Программа опирается на парциальные программы:

- ✓ Ритмическая мозаика - Буренина А.И. (г. Санкт – Петербург 2000 год).
- ✓ «Са-фи-дансе» -танцевально-игровая гимнастика для детей – Фирилёва Ж.Ё., Сайкина Е.Г.
- ✓ «Азбука танца» - Киенко О.Л., (2015 год)

Программа рассчитана на 72 учебных часа.

Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Продолжительность занятий соответствует возрасту детей:

- 5-го года жизни – не более 20 минут,
- 6-го года жизни – не более 25 минут,
- 7-го года жизни – не более 30 минут,

СТРУКТУРА ЗАНЯТИЯ

Каждое занятие состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной:

- i. *Подготовительная часть* занятия занимает 5-15% общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: ритмика, музыкальные игры, танцевальные шаги.
- ii. *Основная часть* занимает 70-85% от общего времени. В этой части основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей. В нее входят: сюжетно-образные и бальные танцы, гимнастика.
- iii. *Заключительная часть* занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, пальчиковая гимнастика. В конце занятия подводится итог, и дети возвращаются в группу.

3. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

ЦЕЛЬ: Формирование творческих способностей через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений.

ЗАДАЧИ:

1. Обучающая - научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного, историко-бытового и бального танца, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой.

2. Развивающая - развивать музыкальные и физические данные детей, образное мышление, фантазию и память, формировать творческую активность и развивать интерес к танцевальному искусству.

3. Воспитательная - воспитывать эстетически-нравственное восприятие детей, любовь к прекрасному, трудолюбию, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе.

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1 год обучения (*средняя группа*). После первого года обучения занимающиеся дети знают о назначении отдельных упражнений хореографии. Желают двигаться, танцевать под музыку, передавать в движениях характер музыки, игровой образ. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. Умеют выполнять танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, подскоки, кружение по одному и в парах. Умеют выполнять простейшие двигательные задания (*творческие игры, специальные задания*), используют разнообразные движения в импровизации под музыку этого года обучения.

2 год обучения (*старшая группа*).

По окончании второго года обучения занимающиеся дети выразительно, свободно, самостоятельно двигаются под музыку. Умеют точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности. Владели навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определённый «запас» движений в общеобразовательных и танцевальных упражнениях. Выполняют танцевальные движения: поочерёдное выбрасывание ног вперёд в прыжке; приставной шаг с приседанием, с продвижением вперёд, кружение; Владели основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, сюжетно-образные танцы и комплексы упражнений под музыку этого года обучения.

3 год обучения (*подготовительная группа*).

После третьего года обучения занимающиеся дети могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально – подвижных игр.

Умеют выполнять самостоятельно специальные упражнения для согласования движения с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, сюжетные танцы и комплексы упражнений под музыку. Выполняют танцевальные движения: шаг с притопом, приставной шаг с приседанием, пружинящий шаг, боковой галоп, переменный шаг; выразительно и ритмично исполняют танцы, движения с предметами (зонтиками, шарфами и др).

Выразительно исполняют движения под музыку, могут передать свой опыт младшим детям, организовать игровое общение с другими детьми. Способны к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.

5. СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ПРОГРАММЫ

Раздел «Ритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, соответственно её характеру, ритму, темпу. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, строевые, общеразвивающие (различные виды ходьбы, бега, прыжки, танцевальные шаги, хлопки, прыжки, построения и перестроения, а также упражнения с применением образов – например, «идем как цапля», «летим как птички», «прыгаем как зайчики»). Как правило движения выполняется по кругу с продвижением вперед. **(Приложение 3)**

Раздел «Партерная гимнастика» направлен на формирование у детей пластичности, гибкости, а также задания на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные. Служит основой для формирования правильной осанки, профилактики плоскостопия; совершенствования психомоторных способностей: развития мышечной силы, подвижности в различных суставах (гибкости), выносливости; оказание благотворного влияния музыки на психосоматическую сферу ребенка. **(Приложение 1)**

Используются упражнения с логоритмикой. **(Приложение 5)**

Раздел «Танцы» направлен на формирование у детей танцевальных движений.

В раздел входят танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений **(Приложение 2)** и различные танцы: детский, сюжетно-образный, народный, бальный, современный.

Раздел «Музыкально – подвижные игры» является ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приёмы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования. (Приложение 4)

6. ОСНОВНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ

- 1. Принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок.** Постепенное повышение требований, предъявляемых организму в процессе тренировок. Однако, для улучшения возможностей необходим «отдых». Сочетание адекватной нагрузки и полноценного восстановления дает наилучшие результаты.
- 2. Систематичность.** Все занятия проходят регулярно. Повышение возможностей организма происходит только при повторных нагрузках, которые углубляют эти изменения и способствуют более важным перестройкам в организме.
- 3. Вариативность.** Танцы могут усложняться движениями так и упрощаться, в зависимости от уровня усвояемости движений.
- 4. Наглядность.** Это показ руководителем определенных упражнений и использование различных шапочек и различных предметов.
- 5. Доступность.** Упражнения разучиваются от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка.
- 6. Закрепление навыков.** Это выполнение упражнений на повторных ОД.
- 7. Индивидуализация.** Индивидуальный учет способностей каждого ребенка.

7. ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

4 – 5 лет.

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

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

5 – 6 лет.

Возрастные особенности детей позволяют усложнить материал. Психологические особенности позволяют ребенку лучше координировать свои действия с партнером, у детей возрастает способность к сочинению, фантазии, комбинации различных движений. Поэтому основным направлением в работе с детьми старшего возраста становится взаимодействие нескольких персонажей, комбинации нескольких движений и перестроений.

Задачей педагога является формирование способов отношений с несколькими персонажами, развитие умений понимать их, передавать один и тот же образ в разных настроениях, в разном характере, формировать способы комбинации различных танцевальных движений и перестроений.

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

6 – 7 лет.

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

На данном этапе педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества.

8. ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН

		Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
С е н т я б р ь –	Ритмика	Ходьба: простой шаг в разном темпе и характере, образные движения (лисичка – на носочках, мишка на внешней стороне стопы, петушок – высоко поднимая колени). Шаги: галоп прямой Бег: мелкий, легкий. Прыжки: на двух ногах	Ходьба: различные виды шагов со сменой темпа и направления движения, в сочетании с другими движениями. Бег: с захлестом голени назад, выбрасывая прямые ноги вперед, поднимая высоко колени. Прыжки: на двух ногах, на	Ходьба: шаги с одновременной работой рук, шаги с работой корпуса. Бег: с захлестом голени назад, выбросом ног вперед, на полупальцах, с высоко поднятым коленом. Галоп по прямой линии, вокруг себя. Образные упражнения в

О к т я б р ь - Н о я б р ь		боковой галоп; Упражнения: «деревце», «часики», «незнайка», «ножницы», «когти у кошки», «рубим дрова», «присел-подрос», «мячики».	одной ноге, в сочетании. Подскоки, галоп прямой, боковой, с разворотом корпуса. бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с движениями. Упражнения, пройденные ранее.	движении (в ходьбе, беге, прыжках); Прыжки с одновременными движениями рук и головы. использование в разминке нарезки из разных пройденных танцев; движения по показу из пройденных упражнений.
	Партерная гимнастика	Упражнения для развития гибкости: «книжка», «бабочка», упражнения для стоп №1, упр. для развития растяжки, гибкости позвоночника с элементами логоритмики; вытягивание носочков, кручение.	Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием с логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, (используя изученные упражнения). Новые упражнения: «щука», «лодочка», «мостик», «улитка», «планка», «лягушка», «шпагат», «цапля», «ласточка», перекат «карандаш» с вытянутыми руками и ногами.	Упражнения для развития гибкости с усложнением: быстрый переход из упражнения в упражнение с использованием музыкальной подборки. Новые упражнения: «березка», «уголок», «шпагат» прямой и поперечный, «по-турецки», перекат круговой в положении «бабочка» и с прямыми ногами.
	Танцы	«Танец с зонтиками», «Губки бантиком»	«Танец под дождем» (с зонтиками) «Барбарики»	«Осенний вернисаж» «Мартышки»
	Музыкально-подвижные	Игры: «По местам!», «Птичий	Ранее изученные игры. Игры:	Ранее изученные игры. Игры:

	игры	двор», «Чудо-юдо», «Насос», «Цыплята»	«Снегопад», «Рыбак и рыбки», игра с лентами «Твой цвет – ты танцуй»	«Мокрые котята», «Марионетки», «Танцевальные догонялки»
		Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Д е к а б р ь – Я н в а р ь – Ф е в р а л ь	Ритмика	Закрепление пройденного материала. Добавление нового: Шаги: хороводный, топающий шаг, галоп боковой. Бег и прыжки в сочетании по принципу контраста. Упражнения: «деревце», «птичка пьет водичку», «незнайка», «ножницы», «качаемся на качелях», «неваляшки», «подъемный кран», «присел-подрос», «мячики»	Закрепление пройденного материала. Добавление нового: Ходьба по рисунку: «змейкой», «звездочкой» Прыжки: высокие, с акцентом вверх, с выбрасыванием ноги в сторону и вперед. Закрепление упражнений: «щука», «лодочка», «мостик», «улитка», «планка», «лягушка», «шпагат», перекат «карандаш» с вытянутыми руками и ногами.	Закрепление пройденного материала. Добавление нового: Шаги с работой головы Бег: с ускорением, с замедлением, с остановками. Галоп в паре в различных вариантах рисунков танца. Упражнения: использование в разминке нарезки из разных пройденных танцев; движения по показу из пройденных элементов и движений
	Партерная гимнастика	«Бабочка», «лодочка», упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; упражнение для развития равновесия: «Цапля»	Усовершенствование пройденных упражнений. Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики; плавный переход из упражнения в упражнение, (используя изученные упражнения)	Упражнения в упражнении с использованием музыкальной подборки; быстрый переход из упражнения в упражнение с использованием стихотворения «У Лукоморья дуб зеленый»

	Танцы	Повторение ранее изученных танцев, «Горошинки цветные», «Буги-буги»	Повторение ранее изученных танцев, Танец с крыльями «Ангелы»	Повторение ранее изученных танцев, «Модники»
	Музыкальные игры	«Перевернись ты», «поезд», «Снеговики», «Цыплята», «Марионетки», «Веселая карусель», «Мокрые котята»	Ранее изученные игры по желанию, игра с лентами «Твой цвет – ты танцуй», «Магазин игрушек», «Мы едем, едем, едем», «Снежинки-ручейки», «Снеговик»	Ранее изученные игры; Игра «Дискоотека», «Завивайся ниточка в клубочек», «Карнавал животных», «Снегопад»
М а р т – А п р е л ь – М а й	Ритмика	Закрепление пройденного материала. Добавление нового: Ходьба с движениями рук: подъем вперед, в стороны, за спину, с хлопками. Прыжки: поскоки. Упражнения с атрибутами: с платочками, султанчиками.	Изображение различных животных в движении, упражнения для все групп мышц; бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; различные перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с различными движениями	Шаги в различных композиционных рисунках и перестроениях. Пройденные упражнения, смена упражнений на растяжку с использованием стихотворения «У Лукоморья дуб зеленый»
	Партерная гимнастика	Повторение пройденных и новые: «колечко», «мостик»; упражнения для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием логоритмики	Усовершенствование ранее изученных упражнений с использованием логоритмики.	Усовершенствование ранее изученных упражнений с использованием логоритмики.
	Танцы	Повторение пройденных танцев, «Танец с ложками»	Повторение пройденных танцев, «Кадриль»	Повторение пройденных танцев, «Стиляги»
	Музыкальные игры	«горелки», «лавата», «Передай настроение»	Ранее изученные игры по желанию, «Прекрасные	Ранее изученные игры; игра «Зеркало»

9. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста) – СПб.: ЛОИРО, 2000.
2. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. пособие. – СПб.: «Музыкальная палитра», 2004.
3. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие – М.: Владос, 2003
4. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе»: Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 2000.
5. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2006.
6. Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Москва 2007г.
7. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. Москва 1998г.
8. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г.
9. Белкина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет. – М.: Просвещение, 1984.
10. Константинова Л.Э. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. – СПб: Просвещение, 1994.

