



Департамент образования администрации города Нижнего Новгорода

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 55»
(МБДОУ «Детский сад № 55»)

Утверждаю:
заведующий МБДОУ
«Детский сад № 55»
_____ С.Б. Шатравина

Дополнительная общеобразовательная программа
«Веселый каблучок»
(6-7 лет)

Срок реализации программы 8 месяцев

Составила:
Гомулина Н.Н.

Город Нижний Новгород

2022 год

Пояснительная записка

Данная программа предназначена для гармоничного развития способностей воспитанников в основах хореографического искусства.

Веселая музыка возбуждает нервную систему, вызывает усиленную деятельность высших отделов головного мозга, связанных с ассоциативными, интеллектуальными и волевыми процессами. Деятельность скелетной мускулатуры в дошкольном возрасте имеет важное значение, так как у растущего организма восстановление затраченной энергии характеризуется не только возвращением к исходному уровню, но и его превышением. Поэтому в результате занятиями танцами происходит не трата, а приобретение энергии. Музыкально-ритмические движения способствуют формированию моторики, улучшает осанку. Систематические занятия танцами очень полезны для физического развития детей: улучшается осанка, совершенствуются пропорции тела, укрепляются мышцы. Постепенно дети начинают легче, грациознее двигаться, становятся раскованными. У детей появляются такие качества движений, как легкость, полетность, упругость, ловкость, быстрота и энергичность. Благодаря музыке движения дошкольников становятся более четкими, выразительными и красивыми.

Обучение детей **подготовительной к школе группы** двигательным навыкам способствует дальнейшему накоплению представлений и впечатлений, их систематизации и обобщению.

В этом возрасте закрепляется умение выразительно и непринужденно двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки (бодрая, веселая, подвижная и т.п.). Выполняя задание, дети учатся дифференцировать характер движений – при ходьбе передавать или торжественное настроение праздничного перестроения, или спокойный характер народный пляски и т.п. В этом возрасте дети почти полностью могут управлять своим телом и способны координировать движения.

Чтобы заинтересовать их занятием хореографии, необходимо подбирать более сложные движения и построения, рассчитанные на быструю смену ориентиров.

Музыкальные произведения к танцам значительно сложнее по форме и средствам музыкальной выразительности. Дети овладевают танцевальными движениями.

В процессе обучения дети приобретают большой опыт, расширяют свои знания, усваивают много танцевальных терминов.

Следует учитывать, что в этом возрасте дети уже свободно выполняют словесные задания. Вполне возможно иная последовательность ознакомления с новым танцем: вначале дети слушают музыку, определяют ее характер, части произведения, а после этого педагог поясняет движения или показывает их. В несложных танцах все движения разучиваются сразу, а в более сложных – постепенно. Когда движения усвоены, педагог направляет

внимание детей на точность и выразительность исполнения. В несложных танцах иногда можно ограничиться пояснением или указанием без показа.

Продолжается работа над красотой движений, над четкостью и выразительностью исполнения танцев и плясок. Должное внимание уделяется воспитанию культуры поведения детей. Дети шести-семи лет должны сознательно относиться к своему заданию и как можно лучше выполнять его.

Актуальность программы основывается на общем гармоничном физическом, психическом, духовном, социальном развитии посредством хореографического искусства.

Развитие творческой фантазии детей и разнообразие сочетаний танцевальных движений создает впечатление **новизны**.

Цель программы: развитие творческого потенциала детей средствами хореографического искусства.

Задачи:

1. Совершенствовать интерес к хореографическому искусству.
2. Воспитывать положительное отношение к систематическому выполнению экзерсиса.
3. Воспитывать организованность, заботливое отношение друг к другу и желание объединяться для коллективных композиций.
4. Формировать умение ориентироваться в стилях хореографического искусства.
5. На основе расширения знаний об окружающей действительности показывать танцевальные образы под выбранную музыку.
6. Формировать умение импровизировать под музыку, развивать способность к анализу, самооценке.

Планируемые результаты освоения детьми программы дополнительного образования:

1. У детей сформированы навыки хореографической пластики, музыкальный ритм, творческие способности в воплощении музыкально – двигательного образа

2. Дети знакомы с техникой танцев и выполняют их элементы:

- детский танец (основы классического, эстрадного танца):

- Позиции ног: первая, вторая, третья. Позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья;
- Полуприседание (Demi plie) в первой, во второй позициях;
- Вытягивание ноги на носок (battement tendu) с паузами на каждой точке с первой позиции вперед – в сторону, позднее – назад;
- Выбрасывание ноги (battement jete) по кругу;
- Подъем на полупальцы обеих ног (Releve) в первой позиции. · Перегибание корпуса в сторону.

-выполняют упражнения на середине зала:

- Марш. Построение в шеренгу, колонну, круг. · Перестроение из одной шеренги в две.
- Повороты на месте вправо, влево, кругом.
- Круг. Построение круга из колонны, из пар, построение маленьких кругов попарно, по четыре и т.д.
- Фигурная маршировка, ходьба парами, четверками: змейки, волны, гребешок, звездочки.

-выполняют ритмические упражнения и игры:

- Движения в характере и темпе музыки (быстро, медленно).
- Начало и конец движений одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы. · Музыкальные игры организующего характера с элементами соревнования.

-выполняют коллективно-порядковые упражнения:

- Правильное исходное положение.
- Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.
- Перестроение в круг из шеренги, цепочки.
- Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.
- Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

-выполняют танцевальные элементы и композиции:

- Танцевальный шаг (шаг с носка).
- Бег на полупальцах

Па галопа.

3. У детей развита музыкальность, внимание, хореографическая память;

4. Дети владеют расслабляющими упражнениями и правильному дыханию.

Организационно-педагогические условия:

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей детей пятого, шестого года жизни. Срок реализации программы – 8 месяцев (октябрь – май). Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю по 30 минут (академический час). Наполняемость группы – до 15 человек.

Формы организации деятельности воспитанников на занятии:

- Фронтальная
- Подгрупповая
- Индивидуальная

Занятия хореографией разделены на темы по кварталам (1,2,3) и включают следующие разделы:

- Танцы;
- Партерный экзерсис;
- Экзерсис на середине зала;

- Танцевальные образы;
- Слушаем и фантазируем.

Комплексно-тематическое планирование

1 квартал (октябрь, ноябрь)

Темы: «Зачем человек танцует?», «Страна Хореография», «Классический танец балет»

Разделы	Содержание	Музыкальное сопровождение	Построение в пространстве	Примечание
Танцы	«Кукла», «Буратино».	Д. Ласт Б. Савельев		Фонограмма
Партерный экзерсис	Комплекс стрейчинга	Фонограмма с записью шума леса, пения птиц, морского прибоя	Треугольником	Используются коврики
Экзерсис на середине зала	Demi-plie по 1, 2,3 позиции на 2 т. 4/4 Battement tendu крестом по 2 на 2 т.2/4 из 1 позиции Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на 4 т. 4/4 Releve по 1, 2,3 позиции на 2 т. 2/4 Упражнения для рук прыжки: temps leve по 1, 2 позиции позиций на 2 т. 2/4 pas sougu (мелкий бег)	Ф.Шопен «Мазурка» А.Грибоедов «Вальс» М.Глинка «Детская полька» С.Прокофьев «Венгерский танец №7»	По кругу и диагональ	
Танцевальные образы	«Мои превращения»: -то, что в небе; -то, что на земле; -то, что вокруг меня;	Ансамбль «Спайс» Ж.-М.Жарр Д.Ласт	Свободное	Импровизация

	-кто вокруг меня			
Слушаем и фантазируем	«В лесу», «Одинокий пастух»	Е.Дога Д.Ласт	Свободное	Индивидуальное

2 квартал (декабрь, январь, февраль)

Темы: «Костюм», «Инструменты», «Россия», «Франция», «В старом замке», «Италия»

Разделы	Содержание	Музыкальное сопровождение	Построение в пространстве	Примечание
Танцы	«Белая метель» «Гавот»	Ф. Шопен «Вальс» Д. Ласт	Парами по кругу	
Партерный экзерсис	Комплексы упражнений на растяжку	В.А. Моцарт		Используются коврики
Экзерсис на середине зала	3 позиция Demi-plie по 3 позиции на 2 т. 4/4 Подготовка к Battement tendu jete из 1 позиции ног на 2 т. 2/4 Rond de jambe par terre en dedan на 4 т. 4/4 Положение работающей ноги sur le cou-de-pied (на щиколотке спереди и сзади) на 2 т. 4/4 Releve по 1, 2 позиции на 2 т. 2/4 Упражнения для рук	Л. Делип «Вальс» из балета «Капеллия» Л. Бетховен «Контраданс» Ф. Шопен «Фантазия-экспромт»	По кругу, по диагонали	
Танцевальные образы	«Это я, он, она»	Бах «Шутка» «Двойка» «Бездомная кошка» Козлов Бах «Ария»	Свободное	Подгрупповой
Слушаем и фантазируем	«Красная шапочка»	П.Чайковский В.Шаинский	Свободное	импровизация

	«Серый волк» «Шапокляк» «Принцы Дезире» «Принцесса Аврора»			
--	---	--	--	--

3 квартал (март, апрель, май)

Темы: «Свободная пластика», «Современные танцы», «Аэробика», «Ритмические танцы», «Сольные танцы, парные и массовые», «Путешествие в страну Хореография»

Разделы	Содержание	Музыкальное сопровождение	Построение в пространстве	Примечание
Танцы	«Ветер перемен» «Бабочки» «Фиксики»	М. Дунаевский И. Шамо В. Козлов	парами по кругу	
Партерный экзерсис	Комплексы упражнений на растяжку	В. А. Моцарт		Используются коврики
Экзерсис на середине зала	Demi-plie по 2 на 2 т. 4/4 по 1 позиции, Battement tendu по 2 крестиком на 2 т. 2/4 Demi-plie по 1,6 позиции на 2 т. 4/4 Releve по 1, 6 позиции на 2 т. 2/4 Battement tendu на 2 т. 2/4 крестом	А. Грибоедов «Вальс» М. Глинка «Детская полька» Ю. Чичков «Полька» Ф. Шопен «Мазурка» С. Прокофьев «Венгерский танец»	2 шеренги	
Танцевальные образы	Времена года Явления природы	Ж.-М. Жарр Д. Маруани А. Вивальди Г. Свиридов	Свободное	Подгрупповое
Слушаем и фантазируем	«Ёжик резиновый» «Голубой вагон» «Гром»	С. Никитин В. Шаинский Д. Маруани	По кругу парами	Индивидуальное

Количество часов по каждой теме

№ п/п	Темы	Разделы	Количество часов
1.	«Зачем человек танцует?», «Страна Хореография», «Классический танец балет»	Танцы	3
		Партерная гимнастика	3
		Экзерсис на середине зала	4
		Танцевальные образы	3
		Слушаем и фантазируем	2
2.	«Костюм», «Инструменты», «Россия», «Франция», «В старом замке», «Италия»	Танцы	9
		Партерная гимнастика	5
		Экзерсис на середине зала	5
		Танцевальные образы	3
		Слушаем и фантазируем	2
3.	«Свободная пластика», «Современные танцы», «Аэробика. Ритмические танцы», «Сольные танцы, парные и массовые», «Путешествие в страну Хореография»	Танцы	7
		Партерная гимнастика	5
		Экзерсис на середине зала	4
		Танцевальные образы	5
		Слушаем и фантазируем	3
		Итого	64 часа

Материально-техническое обеспечение

№ п/п	Наименование	Количество
1	Листья пластмассовые	30 штук
2	Платочки разноцветные	30 штук
3	Ленты белые на кольцах	30 штук
4	Коврики	15 штук
5	Магнитофон	1

Формы аттестации

Отчетное открытое занятие «Итоги» (1 раз в год: май)

Оценочные материалы

1. У детей сформированы навыки хореографической пластики, музыкальный ритм, творческие способности в воплощении музыкально – двигательного образа

2. Дети знакомы с техникой танцев и выполняют их элементы:

- детский танец (основы классического, эстрадного танца):
- Позиции ног: первая, вторая, третья. Позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья;
- Полуприседание (*Demi plie*) в первой, во второй позициях;
- Вытягивание ноги на носок (*battement tendu*) с паузами на каждой точке с первой позиции вперед – в сторону, позднее – назад;
- Выбрасывание ноги (*battement jete*) по кругу;
- Подъем на полупальцы обеих ног (*Releve*) в первой позиции. · Перегибание корпуса в сторону.

-выполняют упражнения на середине зала

- Марш. Построение в шеренгу, колонну, круг. · Перестроение из одной шеренги в две.

- Повороты на месте вправо, влево, кругом.

- Круг. Построение круга из колонны, из пар, построение маленьких кругов попарно, по четыре и т.д.

- Фигурная маршировка, ходьба парами, четверками: змейки, волны, гребешок, звездочки.

-выполняют ритмические упражнения и игры

- Движения в характере и темпе музыки (быстро, медленно).

- Начало и конец движений одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы. · Музыкальные игры организующего характера с элементами соревнования.

-выполняют коллективно-порядковые упражнения

- Правильное исходное положение.

- Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.

- Перестроение в круг из шеренги, цепочки.

- Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.

- Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

-выполняют танцевальные элементы и композиции

- Танцевальный шаг (шаг с носка).

- Бег на полупальцах

Па галопа.

3. У детей развита музыкальность, внимание, хореографическая память;

4. Дети владеют расслабляющими упражнениями и правильному дыханию.

Методическое обеспечение

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии». – М.: Рольф, 2000.-272 с., с илл.- (Внимание: дети!).