

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования
«Центр детского и юношеского творчества» Цивильского района Чувашской Республики

Принято Решением
педагогического совета
МБОУДО «ЦДЮТ»
Цивильского района
Протокол № 02
От 25.08.2021 г.

Утверждаю
Директор МБОУДО «ЦДЮТ»
Цивильского района
И.П. Титова
Приказ № 27-р от 25.08.2021 г.

Рабочая программа

«Ритмика и танец».

Возраст детей 5 - 7 лет

Срок реализации программы 2 года

Автор программы:
Леонтьева Л.А.

Г. Цивильск

Пояснительная записка.

Данная программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца. Программа предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов.

Представленная программа описывает курс подготовки по танцевальной деятельности детей дошкольного возраста 5—7 лет. При составлении программы использован раздел «Танцевально-ритмическая гимнастика» программы «Са-фи-данс» (авторы Фирилаева Ж.Е., Сайкина Е.Г.).

Цель программы— развитие творческих способностей детей средствами танцевального искусства.

Задачи:

Образовательные:

- сформировать двигательную, танцевальную активность;
- сформировать умения слушать и понимать музыку;
- сформировать полноценное развитие организма;
- сформировать умения работать в коллективе.

Развивающие:

- развивать ритм;
- развивать воображение;
- развивать координацию;
- развивать пластичность;
- развивать физические данные;
- развивать мышление.

Воспитательные:

- воспитывать в детях любовь к танцевальному искусству;
- воспитывать вкус к музыке;
- воспитание воли, терпения, выдержки;
- воспитывать умение ориентироваться в пространстве.

Занятия проводятся по расписанию. Продолжительность занятия зависит от возрастной категории 20 мин.- средняя группа , 25 мин.- старшая группа, 30мин.-подготовительная группа. Педагогический анализ знаний и умений детей диагностика проводится 2 раза в год: вводный — в сентябре, итоговый — в мае.

Обязательными условиями проведения занятий в хореографическом зале являются:

- соответствие зала и занятий санитарным нормам и правилам;
- наличие формы.

Требования к уровню подготовки воспитанников.

Должны уметь:

- выразительно исполнять движения под музыку;
- самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности;
- заинтересовано заниматься танцевальной деятельностью.
- использовать в танцевальной деятельности различные виды танца.

Организация проведения занятий.

Дети организованно под музыку входят в зал, используя различные виды танцевального шага, перемещаясь по кругу.

Строятся в колонны по 4 человека или в «шахматном порядке» ориентируясь, чтобы не мешать друг другу. Проверяется равнение в колоннах и шеренгах, правильность осанки детей. Под музыку дети здороваются с преподавателем (общий поклон).

Занятие состоит из трех частей. В первой части (разминка) ставится задача подготовить организм ребенка к выполнению более сложных и интенсивных упражнений в последующей (основной) части занятия. В содержание разминки входят упражнения игровой ритмики, танцевальные упражнения, упражнения на внимание, координацию движений.

Во второй (основной) части занятия дети обучаются новым движениям, элементам, закрепляют старые. Постепенно изученные движения объединяются в танец.

В третьей (заключительной) части занятия решаются задачи постепенного перехода организма ребенка к другим видам деятельности, проводятся игровые танцы под знакомую детям музыку. Выполнение простых танцевальных движений в игровой форме расширяет двигательные навыки детей, приучает их координировать свои движения согласно музыке, создает дополнительный положительный фон и настрой. Помимо игровых танцев проводятся танцевально-театральные игры, позволяющие активизировать действия детей, развивать их внимание, артистизм.

Заканчиваются занятия подведением итога стараний детей, после чего они прощаются с преподавателем.

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 происходят регулярно. Повышение возможностей организма происходит только при повторных нагрузках, которые углубляют эти изменения и способствуют более важным перестройкам в организме.

3. Вариативность. Варьируются: интенсивность и продолжительность нагрузки, разносторонность нагрузки, физическое и психическое напряжение. Варьирование необходимо для предотвращения травм. Оно улучшает не только психическое, но и психологическое состояние человека.

4. Наглядность. Это показ руководителем определенных упражнений и использование различных шапочек и спортивного инвентаря.

5. Доступность. Упражнения разучиваются от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка.

6. Закрепление навыков. Это выполнение упражнений на повторных занятиях и в домашних условиях.

7. Индивидуализация. Индивидуальный учет способностей каждого ребенка.

Содержание программы.

1.Блок «Игроритмика».

Цель: Развивать у детей чувство ритма и двигательных способностей. Учить детей выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно.

2.Блок «Азбука танца»

Цель: Формировать у детей танцевальные движения. Способствовать повышению общей культуры ребёнка.

3.Блок «Рисунок танца»

Цель: Учить детей ориентироваться в пространстве и осваивать различные виды движений: построение, перестроение. Обеспечивать эффективное формирование умений и навыков.

4.Блок «Релаксация».

Цель: Учить детей правильно расслабляться.

5.Блок «Танцевальная мозаика» (Этюды и танцы)

Репертуар к программе подобран для каждого возраста детей. Поэтому музыкальный материал подбирается, по следующим принципам:

- соответствие возрасту;
- художественность музыкальных произведений, яркость, динамичность их образов;
- разнообразие тематики, жанров, характера музыкальных произведений на примерах народной и современной музыки, детских песен, музыки из мультфильмов. На основе подобранного музыкального материала создается танцевальный репертуар.

Учебный план 1-ый год обучения

Месяц	№ блока	Виды деятельности	Задачи	Часы
Сентябрь		Вводное занятие. Поклон.		2
	1.	Хлопки в такт музыки «горошинки» под быструю музыку; под медленную музыку.	Развитие слухового внимания.	2
	2.	Постановка корпуса. Легкий бег.	Развитие мускулатуры спины, ног и рук.	3
	3.	Вытягивание носков (партер). Построение в круг и передвижение по кругу против хода часовой стрелки.	Научить детей ориентироваться в пространстве.	1
Октябрь	1.	Ходьба на пятках и носках под быструю музыку; под медленную музыку.	Развитие чувства ритма и двигательных способностей.	2
	2.	Танцевальное положение рук: на поясе, за юбку. Боковой подскок «галоп». Ход «Короли и королевы».	Формировать правильную осанку.	3
	3.	Построение в линию. Построение в шеренгу.	Научить детей ориентироваться в пространстве.	2
	4.	«Мы лежим на мягкой травке».	Расслабление мышц рук, ног и спины.	1

Ноябрь	1.	Хлопки под музыкальные произведения (быстрая, медленная, марш).	Развитие слухового внимания.	2
	2.	Шаги на носочках. Ходьба вперед и назад с высоким подниманием колен.	Развитие мускулатуры спины, ног и рук.	2
	3.	Построение в шахматном порядке. Бег в «рассыпную» из линии и обратно.	Научить детей держать равнение и соблюдать интервал.	3
	4.	Из круга в центр круга и обратно. «Море волнуется ...».	Расслабление мышц рук, ног.	1
Декабрь	1.	Шаги на каждый счет. «Топотушки» под музыку.	Развитие чувства ритма.	2
	2.	Повороты в парах: а) за обе руки; б) за одну руку. Присядки: «мячик»; с выносом ноги на «каблук».	Развитие мускулатуры спины, ног и рук. Сформировать умение работать в парах.	4
	5.	Разучивание ролевого танца «Микки Маус».	Развить эмоциональную отзывчивость на музыку.	2
Январь	1.	Шаги по кругу создавая образ: «лисички», «мишка косолапый», «зайчики».	Учить детей двигаться красиво и свободно.	2
	2.	Поочередное поднимание ног с вытянутыми коленями и стопами лежа на полу. Разучивание хода на носочках в парах. Разучивание движения «лодочка» в парах.	Формировать у детей танцевальные движения. Сформировать умение работать в парах.	3
	3.			1

	4.	«Змейка» по залу. Вытягивание рук вверх и легкий прогиб спиной назад. Движение «дровосек».	Научить детей ориентироваться в пространстве. Растяжка корпуса в стоячем положении. Расслабление мышц рук, ног и спины.	2
Февраль		Постановка танца.	Разучить танец.	8
Март		Постановка и отработка танца.	Разучить танец.	8
Апрель		Отработка танца.	Отработать танец.	8
Май		Отработка танца и выступление.	Отработать танец и выступить.	8

2-ой год обучения.

Месяц	№ блока	Виды деятельности	Задачи	часы
Сентябрь		Вводное занятие. Основные правила поведения в танцевальном зале, правила техники безопасности. Поклон .	Ознакомить детей.	2
	1.	Подскоки под разные музыкальные произведения: быстро и очень быстро.	Развитие слухового внимания.	2
	2.	Постановка корпуса, рук, головы.	Развитие мускулатуры спины, рук.	2
	3.	Положения рук: подготовительная и на поясе. Шаг на носок с положением рук на поясе (по кругу). Шаги на пяточках.	Развитие мускулатуры спины, ног и рук.	2
Октябрь	1.	Плавные движения рук («птицы машут крыльями»): под быструю музыку; под медленную музыку.	Развитие чувства ритма и двигательных способностей.	2
	2.	Позиции ног (свободные): 1-ая, 2-ая, 3-я. Demi plie по 6-ой поз.	Формировать правильную осанку. Развивать мышцы ног .	2
	3.	Ходьба с высоким подниманием колена с различными пол. рук.	Развитие мускулатуры спины, ног и рук.	2
	4.	«Листопад»: а) легкий бег по кругу, руки взмахивают; б) лечь на пол.	Расслабление мышц рук, ног и спины.	2
Ноябрь	1.	«Ключ» 1-ый. Прыжки с выбросом ног вперед под музыку.	Развитие чувства ритма.	2
	2.	Игра «Шарики» (1-ое por de		4

		<p>bras рук).</p> <p>Demi plie по 1-ой и 2-ой свободной позиции.</p>	<p>Развитие пластичности рук.</p>	
	3.	Ходьба по залу с четким поворотом в углах зала.	<p>Развитие выворотности ног.</p>	1
	4.	«Снежинки» (кружиться и ложаться)	<p>Научить детей ориентироваться в пространстве.</p>	1
			<p>Расслабление .</p>	
Декабрь	1.	Наклоны головы под быструю музыку: вправо, влево; вперед, назад. Круговые движения головой под медленную музыку.	<p>Развитие слухового внимания.</p>	2
	2.	Battemen tendu вперед по 6-ой поз.	<p>Развитие выворотности ног.</p>	3
	3.	«Пингвины» ход по 1-ой поз.ног по кругу.	<p>Научить детей ориентироваться в пространстве.</p>	3
		<p>Перестроение из круга в две линии.</p> <p>Перестроение из двух линий в круг.</p> <p>Перестроение из шеренги в две линии.</p>		
Январь	1.	Разминка в кругу (дв-ия головы, рук, подскоки).	<p>Развитие чувства ритма и двигательных способностей.</p>	1
	2.	Battemen tendu из 1-ой свободной поз. вперед . Приставной шаг из стороны в сторону. Повороты в парах.	<p>Развитие мышц ног.</p> <p>Формировать у детей танцевальные движения.</p> <p>Сформировать умение работать в парах.</p>	4
	3.	Перестроение из круга в две линии парами и обратно. Марш по разметкам.	<p>Научить детей ориентироваться в</p>	3

			пространстве.	
Февраль	1.	Хлопки руками под музыку (быструю, очень быструю, медленную, очень медленную).	Развитие чувства ритма и двигательных способностей.	2
	2.	Battemen tendency из 1-ой свободной поз. в сторону. Основные элементы чувашских танцевальных движений.	Развитие мышц ног. Формировать у детей танцевальные движения.	4
	3.	Перестроение из колонны в шахматный порядок и обратно.	Научить детей ориентироваться в пространстве.	2
Март	5.	Постановка танца.	Разучить танец.	8
Апрель	5.	Постановка танца.	Разучить танец.	4
		Отработка танца.		4
Май	5.	Отработка танца. Концертная деятельность.	Отработать танец и выступить.	8

Список литературы

- Агапова, Давыдова. «Лучшие музыкальные игры для детей». Москва -2006г.
- Базарова Н.П. «Классический танец». Ленинград -1984.
- Зарецкая Н., Роот З. «Танцы в детском саду». Москва -2006г.
- Захаров Р. «Сочинение танца». Москва -1983.
- Сажина С.Д. «Составление рабочих учебных программ для ДОУ». Москва-2006г.
 - Слуцкая С. Л. «Танцевальная мозаика». Москва – 2006г.
- Фирилева Ж.Е., Е.Г.Сайкина. «Са-фи-дансе». Санкт-Петербург-2006г.