

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Лицей «Технический» имени С.П. Королева» городского округа Самара

Принята на заседании
методического объединения
дошкольных групп
Протокол №5
от «31» мая 2022г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«ТОПОТУШКИ»

(ознакомительный уровень)

Направленность программы: художественная

Возраст обучающихся: 3 – 7 лет

Срок реализации: 4 года

Ф.И.О., должность разработчика программы:
музыкальный руководитель высшей категории
Апухтина Эльвира Эдуардовна

Самара, 2022 г.

Танец - это душа человека,
начиная с маленького ребёнка»
Игорь Моисеев

Пояснительная записка

Огромную роль в воспитании эмоций принадлежит искусству, в частности хореографическому. Развитие эмоциональной культуры личности ребенка тесно связано с пониманием задач и роли хореографического искусства, как одного из средств воспитания чувства прекрасного. Танец нужен людям, и в этом причина его тысячелетнего существования. В танце отражается жизнь людей: их труд, мысли, настроения, чувства, умения и познания. Хореография нужна людям как вид искусства, создающий красоту очень своеобразными выразительными средствами: пластическими и музыкальными, динамическими и ритмичными, зримыми и слышимыми. Этими средствами она служит человеку в жизни, помогая в труде и праздниках, в горе и радости. Музыкально-пластические образы танца всегда эмоциональны, заразительны, увлекательны. Это все вместе определяет особую поэтику танца, его связь с природой и народным музыкально-поэтическим складом любого национального искусства.

«Танец - единственный вид искусства, в котором мы сами являемся инструментом» - писала Рахель Фарнхаген фон Энзе.

Хореография – искусство, любимое детьми. Хореографическое искусство обладает редкой возможностью разносторонне воздействовать на ребенка. Посещение концертов хореографических коллективов, просмотр спектаклей, всё это важно и нужно. Однако наиболее эффективной представляется собственная хореографическая деятельность детей. Потребность в двигательной активности у детей дошкольного возраста настолько велика, что врачи и физиологи называют этот период «возрастом двигательной расточительности». И именно занятия хореографией помогают творчески реализовать эту потребность, ибо бесконечное разнообразие движений позволяет развивать не только чувство ритма, укреплять скелет и мускулатуру, но и стимулировать память, внимание, мышление и воображение ребенка. Также нужно отметить, что дети, занимающиеся хореографией, гораздо реже болеют, чем их сверстники.

В современных условиях, в век всевозможных технологий, создаётся много программ именно для детского сада и только для детей старшего дошкольного возраста. Основной недостаток современных программ по музыкально-ритмическому воспитанию состоит в том, что они не предусматривают системы обучения детей младшего и среднего дошкольного

возраста и построены практически на бальной хореографии. Также не используются возможности народного и классического танцев. Анализ научной литературы позволяет сделать вывод, что дошкольное учреждение, оставаясь центральным звеном в формировании и развитии эстетической культуры детей, не полностью реализует дидактические возможности образовательной области «Музыка» и практически не использует возможности хореографии. Поэтому на современном этапе и возникла необходимость разработки программы по обучению детей дошкольного возраста искусству хореографии.

Образовательная программа дополнительного образования детей «Хореография» создана специально для детского сада, и предоставляет широкие возможности обучения основам танцевального искусства.

Программа даёт возможность ввести детей с младшего возраста в мир хореографии. С помощью игровых технологий поможет познакомить с некоторыми хореографическими жанрами, видами и стилями.

Программа доступна всем возрастам и поможет дошкольникам творчески раскрыться, проявить себя посредством пластики, ритмики и импровизации.

Занятия хореографией призваны:

- укреплять здоровье детей;
- развивать силу, выносливость, ловкость, гибкость, координацию движений, умение преодолевать трудности, закалять волю;
- способствовать становлению чувства ритма, темпа, исполнительских навыков в танце ихудожественного вкуса;
- формировать красивые манеры, походку, осанку, выразительность телодвижений и поз;
- избавлять от стеснительности, зажатости, комплексов;
- учить радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех.

Возраст и особенности детей, участвующих в реализации Программы

Проанализировав особенности развития дошкольника и учитывая явление акселерации, мы пришли к выводу, что лучший возраст для начала занятий хореографией – дошкольный возраст.

Высокая пластичность нервной системы в данном возрасте способствует лучшему и быстрому освоению новых упражнений, даже сложных. Так как позвоночник гибок и податлив, особое внимание обращается на движения, способствующие укреплению скелетной мускулатуры. Так же в этом возрасте наблюдается незавершенность строения

стопы. В связи с этим важным является профилактика плоскостопия. И именно хореография обладает большим арсеналом движений, укрепляющих и формирующих стопу, ее свод.

Детям относительно легко даются ходьба, бег, прыжки, но они испытывают трудности при выполнении упражнений, связанных с работой мелких мышц. И опять, именно в хореографии мы найдем большое количество упражнений для пальцев рук, которые являются одновременно мощным стимулирующим фактором развития и совершенствования речи в дошкольном возрасте.

В процессе занятий основами хореографии показатели сохранения устойчивого равновесия у детей повышаются.

Так же благодаря целенаправленным занятиям улучшается координация движений.

Характер в этом возрасте только складывается, но дети уже обладают некоторой настойчивостью в достижении желаемого, способны ставить перед собой определенные цели.

Все приведенные выше аргументы, оказались для нас убедительными, чтобы определить возраст трех-четырёх лет, наиболее оптимальным для начала занятий основами хореографии.

Условия реализации Программы

Хореография может и должна изучаться в дошкольном образовательном учреждении как предмет, расширяющий возможности гармонического развития личности, при условии, что:

- в содержании программы определены минимальный и оптимальный объем движений классического, народного, историко-бытового и бального танцев, которые смогут усвоить дошкольники на протяжении четырех лет обучения;
- упражнения классического танца создадут основу для физического, эмоционального, художественно-эстетического развития дошкольников;
- изучение образцов историко-бытового танца обеспечит интеграцию хореографии с такими образовательными областями, как: «Чтение художественной литературы», «Художественное творчество»;
- освоение хореографического материала, включенного в программу, не требует наличия воспитанников профессиональных данных при условии систематичности занятий;
- занятия хореографией должны проходить в просторном, проветренном музыкальном зале;
- использование на занятиях зеркала (зеркало помогает проверить правильность выполнения упражнений, стройности, осанки, красоты позы, отмечает ошибки, и достижения);

- обувь должна быть легкой, облегчающей свободу движений (балетки);
- форма для занятий должна быть удобной и не стеснять движений (ласины и купальник);
- волосы у девочек аккуратно причесаны и собраны в пучок;
- занятие должно проводиться под аккомпанемент, что способствует музыкальному образованию детей.

Для эффективной работы необходимо использовать пример педагога: использование фонотеки, кассеты с записью музыкальных инструментов, видеоматериал, наглядные пособия в виде стендов с рисунками, изображающими позиции ног и рук, использование интернет технологий (работа с музыкальными сайтами, подготовка презентаций, информация конкурсах и концертах, поиск литературы по программе обучения).

Направленность программы художественно-эстетическая.

Программа направлена на:

- приобщение детей 3-7 лет к основам хореографического искусства;
- формирование гармонично и всесторонне развитой личности в процессе овладения искусством танца,
- выявление художественной одаренности в области танцевально-исполнительского мастерства;
- развитие и совершенствование специальных музыкальных способностей.

Педагогическая целесообразность образовательной программы определена тем, что ориентирует на приобщение каждого ребенка к танцевально-музыкальной культуре, способствует применению полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности. Кроме того, педагогическая целесообразность образовательной программы видится в формировании у детей дошкольного возраста чувства ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе (*общий танец*), с одной стороны, и формировании самостоятельного проявления всего творческого потенциала при выполнении индивидуальных партий ребенка в коллективном постановочном процессе формирования танцевального номера, с другой стороны.

Главная цель программы – формирование личности путем воздействия на нее музыки и ритма, развитие творческих способностей дошкольников посредством танцевального искусства.

Задачи:

Обучающие:

- обучить основам партерной гимнастики;
- поэтапное овладение основам классического экзерсиса на середине зала;
- обучить простейшим элементам классического и народного танца;
- обучить элементам музыкальной грамоты;
- познакомить детей с историей возникновения и развития танца.

Развивающие:

- способствовать снятию мышечного и психологического торможения посредством танцевального движения;
- формировать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка;
- формировать интерес к танцевальному искусству;
- развить музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- развить воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- развить познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
- развивать художественный вкус.

Воспитательные:

- воспитать культуру поведения и общения;
- воспитать умение ребенка работать в коллективе;
- заложить основы становления эстетически развитой личности;
- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

Возраст детей, участвующих в реализации образовательной программы – 3–7 лет.

Сроки реализации образовательной программы – 4 года.

Ступени (этапы) образовательной программы

1-й год обучения (3-4 года)

Предполагает освоение азов ритмики, простейших элементов партерной гимнастики, исполнение простых танцевальных композиций и танцев для данного возраста.

2-й год обучения (4-5 лет)

Знакомство с основами хореографии. Изучение танцевальных элементов, применяя игровые технологии. Исполнение простых танцевальных композиций и танцев для данного возраста.

3-й год обучения (5-6 лет)

Изучение танцевальных элементов, применяя игровые технологии. Исполнение простых танцевальных композиций и танцев для данного возраста.

4-й год обучения (6-7 лет)

Изучение танцевальных элементов. Исполнение танцевальных композиций с усложнением для данного возраста.

Формы занятий:

- традиционное занятие;
- репетиция;
- праздник;
- конкурс, фестиваль;
- концерт;
- открытый урок.

Формы организации деятельности воспитанников на занятии:

- фронтальная;
- в парах;
- групповая.

Хореографическая деятельность включает выполнение следующих заданий:

- музыкально-ритмические упражнения на освоение, закрепление музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения;
- пляски: парные, народно-тематические;
- игры: сюжетные, несюжетные с пением, музыкально-дидактические;
- хороводы;
- построения, перестроения;
- упражнения с предметами: шарами, лентами, цветами, мячами и пр.;
- задания на танцевальное и игровое творчество.

Структура и содержание занятия

I часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к

основной работе. По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.

II часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. По длительности – 2/3 общего времени занятия.

III часть включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2–3 минуты.

Занятия проводятся в игровой форме. Элементы классического экзерсиса вводятся постепенно. При закреплении в обучении элементам экзерсиса целесообразно вводить дидактические музыкально-танцевальные игры. Для обозначения движений экзерсиса желательно пользоваться общепринятой терминологией на французском языке.

Методы организации образовательного процесса

- словесный (устное изложение, беседа и т. д.);
- наглядный (показ видеоматериалов, иллюстрации, наблюдение, показ педагогом);
- практический (упражнения).

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей

- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – дети воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности.

Приемы организации образовательного процесса

- игра;
- беседа;
- показ видеоматериалов;
- показ педагогом;
- наблюдение.

Дидактический материал, используемый в процессе организации занятий

Фотографии, литература по хореографии, ритмике, пластике, танцу, видео – аудиозаписи, правила поведения на сцене, словари терминов.

Режим занятий

Занятия проводятся два раза в неделю по времени соответствующему каждому возрасту. Длительность одного занятия составляет 20 минут.

Общие ожидаемые результаты обучения

К концу учебного года дошкольники смогут освоить следующие умения и навыки соответствующие своему возрасту:

- двигаться под музыку, в соответствии с её характером, ритмом и темпом;
- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- исполнять движения, сохраняя при этом правильную осанку;
- различать различные жанры музыкального сопровождения (хоровод, марш, полька и др.);
- овладеть различными видами танцевальных шагов (бодрый шаг с носка, притопы, танцевальный бег, подскоки и др.);
- овладеть правильными позициями ног и положением рук;
- уметь исполнить движения и танцевальные композиции хоровода, народных плясок;
- умение передавать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластике.

Дети впервые смогут надеть сценический костюм, подготовленный специально к танцевальному номеру и выступить на своих первых концертах и конкурсах.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы

В ходе реализации программы регулярно проводятся отчетные концерты для родителей и сверстников, для детей из других групп детского сада. Проводятся открытые занятия (двараза в год) в середине года и в конце. Дети выступают на открытых мероприятиях, как районных, городских, региональных, всероссийских так и мероприятиях, запланированных в годовом плане детского учреждения (календарные и тематические праздники).

Все это позволяет дошкольникам почувствовать себя успешными, развивать уверенность в себе и в своих способностях, что приводит к раскрытию творческого потенциала.

Формы взаимодействия с семьями воспитанников Информирование родителей

- Знакомство с родителями воспитанников курса «Хореография».
- Анкетирование семей (их отношение к занятиям хореографией, пожелания).
- Проведения открытых занятий (на начало учебного года и конец).
- Индивидуальные и групповые консультации.
- Родительские собрания.

- Приглашение родителей на детские праздники, концерты с участием воспитанников студии.

Образование родителей

- Проведение мастер-классов, лекций, дней открытых дверей.

Совместная деятельность

- Совместное изготовление костюмов к детским праздникам, атрибутов.

- Привлечение родителей к организации праздников, музыкальных конкурсов, концертов.

Учебно-тематический план дополнительной образовательной Программы

Перечень основных частей занятия	Количество учебных часов по годам обучения					
	1-2 год			3-4 год		
	Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	Всего
Азбука музыкального движения (музыкально-пространственные движения)	1	9	10	1	9	10
Партерная гимнастика	1	13	14	1	13	14
Основные танцевальные движения (репетиционно- постановочная работа)	1	20	21	1	21	22
Играя, танцуем (музыкальные игры)	1	6	7	1	5	6
Выступления	-	4	4	-	4	4
Итого часов по годам обучения	4	52	56/112	4	52	56/112

Примечание: 1 учебный час равен длительности одного занятия – 20 минут.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Азбука музыкального движения

Теория: музыкально-ритмическое воспитание детей – универсальное средство для развития у детей музыкального слуха, памяти, внимания, выразительности движений.

«Ритмика» включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточное музыкальное развитие детей обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей. Упражнения этого раздела должны способствовать развитию музыкальности: формировать музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки, развивать чувство ритма. Следует развить умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, умение согласовывать музыку с движением. Развивать навыки выразительной и эмоциональной передачи игровых и сказочных образов: «идёт медведь», «крадётся кошка», «бегают мышата», «скачет зайка», «ходит петушок», «клюют зёрнышки цыплята», «летают птички».

Партерная гимнастика

Теория: термин «партерная гимнастика» появился не так давно. Его возникновение связано с развитием нетрадиционных видов гимнастики. Слово *партер* произошло от французского *parterre* (по земле): слово *par* – по, а слово *terre* – земля. Под «партерной» гимнастикой понимают выполнение различного рода упражнений в положении сидя, лежа, на боку, из различных упоров.

Основные танцевальные движения.

Теория: В данном разделе объясняются правила исполнения отдельных движений: притопывать попеременно двумя ногами и одной ногой, кружиться в парах, выполнять прямой галоп под музыку ритмично и согласно темпу и характеру музыкального произведения, с предметами, игрушками и без них.

Играя, танцуем

Теория: Игры долгие годы остаются главным и любимым занятием всех детей. Правильно используя игры можно многого добиться в воспитании детей. Ребенок моделирует в игре свои отношения с окружающим миром, проигрывает различные ситуации – в одних он лидирует, в других подчиняется или осуществляет совместную деятельность с другими детьми и взрослыми. Через игру можно научить детей танцевать. В искусстве танца

игра, по мнению И. Хейзинга, присутствует в еще большей мере.

«О каком бы народе или эпохе не шла речь, – пишет он, – всегда можно сказать в самом полном смысле слова, что Танец есть сама Игра, более того, представляет собой одну из самых чистых и совершенных форм игры».

В связи с этим нужно формировать навыки более точного выполнения движений, передающих характер изображаемых животных. Поощрять самостоятельное выполнение детьми танцевальных движений (кружатся листочки, падают снежинки, летят звёздочки и т.д.). Большое внимание уделяется работе над сценками с использованием мимики и пантомимы (зайка весёлый и грустный, хитрая лисичка, сердитый волк, неуклюжий медведь).

Репетиционно-постановочная работа

Теория: ведется объяснение постановочного материала танца, в доступной форме для детей дошкольного возраста.

Выступления (одна из форм оценки качества знаний)

Теория: детям объясняются правила поведения на утренниках и праздниках.

Перспективный план музыкально-ритмической деятельности

Музыкально-пространственные упражнения	
Музыкально-пространственные упражнения	Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг Построение в колонну по два, по три, четыре Перестроение в колонну по два, по три Повороты на месте Размыкание в колонне на вытянутые вперед руки
Ритмическая ходьба	Шаги на целой ноге (танцевальный шаг с носкана пятку) На полупальцах На пятках На наружных сторонах ног Перекаты с пятки на носок Приставной шаг вправо и влево Приставной шаг вперед, назад Выпады в разные стороны Хороводный шаг

Ходьба в ногу в равномерно и изменяющемся темпе	Ускорение – замедление Положение рук за спиной, в одной позиции, с переводом рук в различные положения
Имитационная ходьба	С высоким подниманием колен «Лошадки» Шаги в присядку «Уточки» Шаги на внешних сторонах стопы «Медвежата» Шаги с остановкой на одной ноге «журавлиный» Шаги на деми плие «Кошачий» Шаги на четвереньках на коленях ступнях и ладонях
Танцевальные шаги	Русский танец – простой шаг вперед-назад, шаг с притопом Дробь (дробная дорожка) – мелкая непрерывная дробь «Топотушки» - в полу приседе на полную стопу Белорусский танец – ход в полуприседании, с передвижением вперед, назад с поворотом
Бег, подскоки	С различным положением рук на поясе, за спиной, раскрытие рук в сторону Прямой галоп Боковой галоп
Танцевальные движения (элементы классического танца)	Положение и движения для ног Позиции ног (по 1-ой, по 2-ой) Полуприседания (деми плие) по 2-ой, 1-ой позиции Вытягивание ноги (батман тандю) вперед, в сторону Подъем на полупальцах (по 1-ой, 2-ой позиции)
Танцевальные движения (элементы русского танца)	Выведение ноги на каблук из свободной позиции, приведение в И.П. Подготовка к присядке (мужская) Полуприсядка – полное приседание
Танцевальные движения (элементы белорусского танца)	Притопы в полуприседании перескок с двумя последующими и поочередными ударами всей стопы
Прыжки (элементы классического танца)	Прыжки на двух ногах из 1-ой во 2-ую позицию и наоборот

	Прыжки на двух ногах во 2-ой и 6-ой позиции
Прыжки (элементы украинского танца)	Выброс ног в прыжке, поочередно вперед Приставной шаг с приседанием Полуприседание с выставлением ноги на пятку
Положение для рук, корпуса и головы (элементы классического танца)	Постановка корпуса Позиции рук 1-ая, 2-ая Поклон Повороты головы вправо, влево
Положение для рук, корпуса и головы (элементы народного танца)	Положение рук на талии, ладонью, кулачком Раскрывание рук поочередно Хлопушки, в ладошки, по бедрам
Положение для рук, корпуса и головы (элементы бального танца)	Положение рук за платье Положение рук в общем круге Подъем и опускание рук при сужении и расширении круга Положение рук в парных танцах за одну руку, задверуки Хлопки в ладоши по одному и в парах
Музыкальные игры «Игра со звоночком», «Всадники и упряжки», «Ищи игрушку», «Кот и мыши», «Ловишки», «Не опаздывай», «Передача платочка», «Игра с бубнами», «Мы военные», «Хоровод в лесу», «Как у наших у ворот», «Передача платочка», «Передача флажка», «Плетень», «Казачья», «Поезд», «Кто скорее», «Игра с цветными флажками», «Солнышко и дождик», «Пирог», «Волк и зайцы», «Лиса и зайцы», «Цветные платочки»,	

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. «Музыка и движение» № 2, авт. С.И. Бекина, Т. П. Ломова, Е.н. Соковнина Вып. Просвещение 1983 год
2. «Музыка и движение» №3 Изд. С.И. Бекина, Т. П. Ломова, Е. Вып. Просвещение, 1984.
3. «Музыка и движение» авт. С.И. Бекина, Т. П. Ломова, Е.Н. Соковнина Вып. №1. Просвещение, 1981 год
4. Ионе Е.А. Образовательная программа «История балета» - В сб.: Образовательные программы дополнительного образования детей. Методическое пособие для образовательных учреждений.
5. Матяшина А.А. Образовательная программа «Путешествие в страну «Хореография».- В кн.: Фольклор. Музыка. Театр.- театр: Программы и конспекты занятий для педагогов дополнительного образования, работающих с дошкольниками: Програм.-метод. пособие / Под ред. С И . Мерзляковой. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003, с. 104-119. - (Воспитание и доп. образование детей).
6. Программа «Хореографический кружок» - В сб.: Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Художественные кружки.- М.: Просвещение, 1981. с. 171-199.
7. Программа воспитания и обучения в детском саду./Под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой.- 2-е изд. испр. и доп.- М.: Мозаика-Синтез, 2005, с. 3-13, 123- 129, 153-162. 163-166, 192-202.
8. Слуцкая С.Л. Программа «Танцевальная мозаика» - В сб.: Программы для учреждений дополнительного образования детей. Вып. М: ЛИНКА-ПРЕСС, 2006. 272с.+вкл.
9. Т. Суворова «Музыкальная ритмика в детском саду» разработаны пособия для работы с детьми младшего дошкольного возраста и старшего.