

Мир танца для детей

Иванова Елена Викторовна
педагог дополнительного образования - педагог-хореограф
КГКП "Дворец развития и творчества детей и юношества"
отдела образования г. Рудного УОАКО

Пояснительная записка.

Танец – открывает для детей богатый мир добра, света, красоты, научит творческой преобразовательной деятельности.

Движение под музыку оказывается одним из самых эффективных методов развития музыкальности, основанным на естественной реакции на музыку свойственной любому ребенку. Особенно ярко проявляется взаимосвязь музыки и движений у детей. Известно, что при помощи движений ребенок познает мир.

Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника. Функционирующего в КГКП «Дворец развития и творчества детей и юношества» отдела образования города Рудного» Управления образования акимата Костанайской области.

Актуальность

Хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка. Он формирует его художественное «Я» как составную часть орудия «общества», посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые личные стороны нашего существа.

Особенность и новизна данной программы

Обучаясь по этой программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве.

Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии

Танец – поэма, в ней каждое движение - слово.

Мата Хари

движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. На занятиях разучиваются различные движения под музыку. Дети учатся ускорять и замедлять движения, непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером, динамикой музыки. В процессе систематических занятий у ребят развивается музыкально-слуховое восприятие. Детям постепенно приходится вслушиваться в музыку для того, чтобы одновременно точно выполнять движения.

Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, на занятиях по хореографии дети научатся чувствовать себя более раскрепощенными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитать в себе трудолюбие и терпение.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох также необходимо, как и изучение грамоты и математики. В этом и заключается основа национального характера, любовь к своему краю, своей родине.

В основу работы по программе положены следующие принципы:

- принцип доступности и индивидуальности (учет возрастных особенностей, возможностей ребенка, индивидуальный подход к каждому воспитаннику);
- принцип постепенного повышения требований (выполнение ребенком все более трудных, новых заданий);
- игровой принцип (занятие стоит на игре);
- принцип повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
- принцип наглядности (практический показ движений).

Цель и задачи программы

Цель – приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников. Привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности

дошкольника посредством хореографического искусства.

Задачи:

1. обучающая - научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам народного и современного танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;
2. развивающая – стимулировать познавательные процессы личности ребёнка (ощущение, восприятие, память, мышление, воображение). Обогащать его эмоционально-волевыми сферами. Расширить возможности коммуникативной стороны общения у ребёнка (невербальными средствами коммуникации);
3. воспитывающая – повысить двигательную активность и двигательную культуру ребёнка, разнообразить оздоровительную работу в дошкольном учреждении (развитие фигуры, устранение физических недостатков, укрепление всех групп мышц, совершенствование координации движений), обеспечить интерес и любознательность детей, развивать их художественный вкус. Ознакомить ребёнка с этикетом танца.

Специальные знания, умения и навыки являются необходимым средством воспроизведения образа, а не целью данного курса обучения.

Возрастные особенности обучающихся

Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы - от 4 до 7 лет. В коллектив могут быть приняты все желающие, не имеющие противопоказаний по здоровью.

Состав группы – входит 15 обучающихся.

Сроки реализации программы: 2 года.

Режим организации занятий

Занятия организуются в соответствии с учебно-тематическим и календарным планами: первый год обучения – 144 часа в год; по 4 академических часа.

Ожидаемые результаты реализации программы

Оценка деятельности воспитанников даётся на отчётных мероприятиях в рамках программы работы КГКП «Дворец развития и творчества детей и юношества» отдела образования города Рудного» Управления образования акимата Костанайской области, проводимых в течение года.

По итогам освоения программы планируется достижение следующих результатов:

К концу 1-ого года обучения дети должны знать и уметь:

- проявлять устойчивые музыкально - ритмические навыки;
- овладеть начальной танцевальной памятью;
- слушать и слышать музыку, различно двигаться

под музыку;

- самостоятельно исполнять программные танцы;
 - показать достаточный уровень исполнительской выразительности;
 - ориентироваться в пространстве;
 - координировать простейшие танцевальные движения;
 - правила поведения в хореографическом зале;
- К концу 2-му году обучения дети должны знать и уметь:
- устойчивые музыкально - ритмические навыки;
 - овладеть начальными навыками народной хореографией;
 - слушать и слышать музыку разных жанров;
 - самостоятельно исполнять программные танцы;
 - показать достаточный уровень исполнительской выразительности;
 - координировать простейшие танцевальные движения;
 - правила поведения в хореографическом зале и на сцене.

Личностные результаты освоения программы:

- ответственное отношение к учению, готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие двигательной активности;
- формирование способности к эмоциональному восприятию материала;
- осознавать роль танца в жизни;
- развитие танцевальных навыков.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД (универсальные учебные действия)

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить.

Познавательные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.

Коммуникативные УУД:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;

- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты:

Учащиеся должны уметь:

- правильно держать осанку;

- правильно выполнять позиции рук и ног;
- правильно держать положения корпуса и головы при выполнении танцевальных движений;
- исполнять упражнения, танцевальные движения, хореографические композиции, этюды;
- выполнять передвижения в пространстве зала;
- выразительно исполнять танцевальные движения;
- исполнять народную хореографию.

Учебно-тематический план
по программе дополнительного образования
1 год обучения

Цель: приобщение учащихся к танцевальному искусству, развитие художественного вкуса и физического совершенствования, развитие творческих способностей, умения воплощать музыкально-двигательный образ.

Задачи:

- развитие чувства ритма;
- развитие координации;
- развитие ориентации в пространстве;
- развитие гибкости, пластики, растяжки;
- укрепление различных групп мышц, развитие всех систем организма (дыхательной, сердечно -

сосудистой, и др.):

- профилактика нарушения осанки и искривления позвоночника,
- формирование правильной осанки;
- формирование правильного свода стопы, профилактика плоскостопия;
- развитие мышления, воображения, находчивости и познавательной активности;
- формирования навыков самостоятельного выражения движений под музыку;
- развитие инициативы, чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			
		Всего	Теоретич. часть занятия	Практич. часть занятия	примечание
1. (2 часа)					
1.	Вводное занятие «Что такое хореография?»	2	1	1	
	Вводное занятие	2	1	1	
2. Ритмика (32 часов)					
2.	Упражнения на дыхание	2		2	
3.	Физиологическая разминка по принципу сверху вниз	1		1	
4.	Поднимание рук и ног одновременно и поочередно. Поднимание ног, махи ногами	1		1	
5.	Поочередное расслабление всех мышц тела	1		1	
6.	Ритмическая гимнастика: - музыкальный ритм, марш, полька; - игры на развитие ритма; - танцевально-ритмическая гимнастика игровой форме.	7	1	6	
7.	Построения и перестроения - по кругу; - колонкой; - «звездочкой»; - «змейкой»; - «воротца»; - по одному (враспынную); - в паре.	8	1	7	
8.	Движения в образах - образ животных	6	1	5	

	- образ растений - вымышленный персонаж				
9.	Пантомима - «радость» - «грусть» - «печаль» - «без моций» - «злость»	6	1	5	
	Всего по разделу 2:	32	4	28	
3. Танцевальная азбука (32 часов)					
1 0.	Постановка корпуса и позиции рук и ног являются частью разминки: - упражнения на осанку; - позиции рук – «руки на пояс», «руки в сторону», «руки вперед», «круглые руки», «руки лодочка» - позиция ног – бя (ноги вместе), 1я позиция; - включаются в танцевальные элементы;	17		17	
1 1.	Партерный экзерсис на полу - упражнения на напряжения и расслабления мышц тела; - укрепления мышц спины; - укрепления брюшного пресса; - упражнения на развитие выворотности; - упражнения на развитие шага	15		15	
	Всего по разделу 3:	32		32	
4. Танцевальные движения, игры (58 часов)					
1 2.	Ходьба: - со сменой темпа; - сменой характера; - со сменой направления движений; - в сочетании с другими движениями	8		8	
1 3.	Бег: - лёгкий (на месте с продвижением); - поднимая колено высоко вперёд; - бег с захлестом голени назад; - выбрасывая прямые ноги вперёд.	8		8	
1 4.	Галоп: - прямой; - боковой; - сольно; - в паре; - в сочетании с хлопками; - с различным положением рук	12		12	
1 5.	Прыжки: - высокие; - с акцентом вверх; - с сильно вытянутыми коленями и стопами; - с выбрасыванием ноги вперёд; - с выбрасыванием ноги в сторону; - с выбрасыванием ноги назад.	12		12	
1 6.	Танцевальные элементы: - простой танцевальный шаг; - приставной шаг с ударом в пол; - переменный шаг;	12		12	

	- «ковырялочка»;				
1 7.	Танцевальные упражнения по диагонали: - шаг с носка; - на пятках; - бег на полупальцах.	6		6	
	Всего по разделу 4:	58		58	
5. Творческая мастерская (20 часа)					
1 8.	Репетиционная работа: - отработка ансамблевого исполнения; - работа над выразительным и эмоциональным исполнением	16		16	
1 9.	Репетиционный блок -прогонные репетиции -генеральные репетиции	4		4	
	Всего по разделу 5:	20		20	
	Итого:	144	5	139	

Структура занятия.

Каждое занятие состоит из трёх частей: вводной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

I. Вводная часть занятия занимает 5-15% от общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить двигательный аппарат ребёнка, его нервную систему и создать психологический и эмоциональный настрой.

II. Основная часть занимает 70-85% от общего

времени. В этой части решаются основные задачи, совершенствование ранее полученных навыков, идёт основная работа над развёрнутыми композициями. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей.

III. Заключительная часть занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, снятие напряжения и излишней эмоциональности. В конце занятия подводится итог.

Учебно-тематический план по программе дополнительного образования 2 год обучения

Цель: приобщение учащихся к танцевальному искусству, развитие художественного вкуса и физического совершенствования, развитие творческих способностей, умения воплощать музыкально-двигательный образ.

Задачи:

- развитие чувства ритма;
- развитие координации;
- развитие ориентации в пространстве;
- развитие гибкости, пластики, растяжки;
- укрепление различных групп мышц, развитие

всех систем организма (дыхательной, сердечно - сосудистой, и др.):

- профилактика нарушения осанки и искривления позвоночника, формирование правильной осанки;
- формирование правильного свода стопы, профилактика плоскостопия в исполнении народной хореографии;
- формирования навыков исполнения народных танцев;
- развитие инициативы, чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			
		Всего	Теоретическая часть занятия	Практическая часть занятия	примечание
1. Вводное занятие (1 часа)					
1.1	Вводное занятие Вспомнить с детьми правила поведения на занятиях, правила проведения занятия (поклон). Познакомить с требованиями к внешнему	1	1		

	виду. Разговор о технике безопасности на занятиях.				
	Всего по разделу 1:	1	1		
2. Ритмика (42 часов)					
2.1	Упражнения на дыхание	2		2	
2.2	Физиологическая разминка по принципу сверху вниз	2		2	
2.3	- что такое такт? - что такое размер? - размер 2/4, - размер 4/4.	8	2	6	
2.4	Задания на анализ музыкальных произведений (темп, характер, динамика). — творческая задача: поочередное вступление (каноном) на 2/4, 4/4. Дети начинают делать движение по очереди на каждый следующий такт; — выделять сильную долю, слышать слабую долю; — прохлопывать заданный ритмический рисунок. 1. - слушая музыку, определить ее характер (веселая, грустная, тревожная). - творческое задание: импровизация под заданные мелодии: веселую и грустную	10		10	
2.5	Умение выделять сильные и слабые доли на слух (хлопками, шагом, движением, предметом); - игры на развитие ритма; - танцевально-ритмическая гимнастика игровой форме. - игра: «Вопрос – ответ», - игра: «Эхо», - игра: «Повтори-ка» - повтор игр «Вопрос – ответ», «Эхо», «Повтори-ка»	12	1	11	
2.6	Музыкальный жанр - полька, - марш, - вальс - игра: «Марш – полька – вальс».	8		8	
	Всего по разделу 2:	42	3	39	
3. Танцевальная азбука (69 часов)					
3.1	Экзерсис на середине: • постановка корпуса (ноги в свободном положении); • понятия рабочая нога и опорная нога; • позиции ног; • постановка корпуса в I – II – III позиции; • постановка корпуса на полупальцы; • чередование положений; • легкие прыжки; • перегиб корпуса вперед и в сторону. • позиции рук: подготовительная, I-я, II-я, III-я; • перевод рук из позиции в позицию; ✓ • на поясе, ✓ • за юбочку, ✓ • за спиной, ✓ • на поясе в кулачках • повороты головы на 1/2; 1/4.	26		26	

3.2.	Партерный экзерсис на полу - упражнения на напряжения и расслабления мышц тела; - упражнения на развитие мышц стоп – point,flax - упражнения на развитие мышц пресса – подъём и опускание ног, корпуса - упражнения на развитие мышц рук - укрепления мышц спины; - укрепления брюшного пресса; - упражнения на развитие выворотности; - упражнения на развитие шага 1. - упражнения на укрепление позвоночника путем поворотов туловища и наклонов его в стороны: «Морская звезда», «Месяц», «Маятник», «Орешек», «Лисичка». 2. - упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног: «Бабочка», «Елочка», «Жучок», «Зайчик», «Велосипед». 3. - упражнения на укрепление и развитие стоп: «Лошадка», «Гусеница». 4. - упражнения на укрепление мышц плечевого пояса: «Пчелка», «Мельница». 5. - упражнения на упражнения для тренировки равновесия: «Аист», «Цапля», 6. - упражнения на упражнения для тренировки равновесия: «Петушок», «Ласточка». - дополнительные упражнения: «Березка», «Гребцы»	30		30	
3.3	Ориентация в пространстве Изучение рисунков: - диагональ, - трансформация кругов Прыжки: - поджатые, - soute Вращения: - подскоки в повороте, - soutenu	13	1	12	
	Всего по разделу 3:	69	1	68	
4. Танцевальные движения, игры (64 часов)					
4.1.	Введение в предмет «Народный танец»	1	1		
4.2.	Постановка корпуса	2		2	
4.3.	Рисунок танца.	1		1	
4.4	Изучение основ русского народного танца: — русский поклон; — развитие подвижности стоп на основе элементов «елочка», «гармошка»; — работа рук в русском танце; — навыки работы с платочком; — подскоки; — припадания; — бег с вытянутыми носочками — боковой галоп	28		28	

	— хлопки — движение с выставлением ноги на носок; — «ковырялочка» — «ковырялочка» в повороте — пружинка с поворотом — приставные шаги в сторону				
4.5	Постановка корпуса в казахском народном танце.	1		1	
4.6	Рисунок танца.	1		1	
4.7	Позиции и положения ног. Специфические положения ног - «Молдас».1 и 2	6		6	
4.8	Позиции рук в казахском народном танце. - основные положения рук - специфические положения рук в казахском народном танце. - движения ног в казахском народном танце - движения рук в казахском народном танце - отработка различных положений рук	15		15	
4.9	Поклон - тәжім.	1		1	
4.10	Основные ходы в казахском танце - простой основной ход, - простой ход с пятки, - переменный, с носка по прямой и свободной позициям - основной ход с различным положением рук	8		8	
	Всего по разделу 4:	64	1	63	
5. Пантомима (10 часов)					
	- развитие мимики: поднятие и опускание бровей; для глаз (смотрим вверх, вниз, влево, вправо, по кругу, «Варвара»); - для щек (надуваем шарик, сдуваем шарик); - для губ (в трубочку, улыбка, звуки а ,о ,и); - для ушей («обезьянка»); - рисование частей лица: брови, глаза, нос, рот, щеки, уши. «делаем» гримасы: веселые, грустные, удивленные и др.	10		10	
	Всего по разделу 5:	10		10	
6. Творческая мастерская (30 часа)					
	Репетиционная работа: - отработка ансамблевого исполнения; - работа над выразительным и эмоциональным исполнением	24		24	
	Репетиционный блок -прогонные репетиции -генеральные репетиции	6		6	
	Всего по разделу 6:	30		30	
	Итого:	216	6	210	

Структура занятия. Каждое занятие состоит из трёх частей: вводной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно

взаимосвязаны друг с другом.

I. Вводная часть занятия занимает 5-15% от общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить двигательный аппарат ребёнка, его нервную систему и создать психологический и эмоциональный настрой.

II. Основная часть занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, совершенствование ранее полученных навыков, идёт

основная работа над развёрнутыми композициями. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей.

III. Заключительная часть занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, снятие напряжения и излишней эмоциональности. В конце занятия подводится итог.

Список используемой литературы:

1. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. – СПб., 1996.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Санкт-Петербург, 2000.
3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М., 2004.
4. Гусев Г.П. Этюды. – М., 2004.
5. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов н/Д., 2003.
6. Каплунова И.М. и Новоскольцева И.А «Праздник каждый день» «Композитор» - Санкт-Петербург, 2007.
7. Каплунова И.М. и Новоскольцева И.А «Этот удивительный ритм» «Композитор» - Санкт-Петербург, 2005.

8. Усова О.В. Развитие личности ребёнка средствами хореографии. Татр Танца для детей 3-6 лет. Авторская программа. – Екатеринбург, 2001.

9. Ткаченко Т. Народный танец. – М., 1975.

10. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. – М., 1984.

11. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2003.

12. Кульбекова, А.К. Казахский танец: вопросы сохранения традиционной хореографии и перспективы развития народного танца в Республике Казахстан // Вестник МГУКИ. - 2011. - № 2 (19)

13. Кульбекова А.К., Изім Т.О. Теория и методика преподавания казахского танца Учебник- Астана: 2012.-200с.илл.

14. Абиоров, Д.Т. История казахского танца. Учебное пособие - Алматы: «Санат», 1997. - 160 с