

### **Дополнительная общеразвивающая программа «Хореографическая студия»**

Данная программа является музыкально-ритмическим психотренингом для детей и педагога, развивающим внимание, волю, память, подвижность и гибкость мыслительных процессов, направленным также на развитие музыкальности и эмоциональности, творческого воображения, фантазии, способности к импровизации в движении под музыку, что требует свободного и осознанного владения телом.

**Целью программы** является развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей, качеств личности. И, как известно, чем раньше мы дадим детям гамму разнообразных впечатлений, чувственного опыта, тем более гармоничным, естественным и успешным, в таком виде деятельности, как движение под музыку, будет дальнейшее развитие ребенка, становление его личности. И, возможно, меньше будет проблем у наших детей с развитием речи, внимания, памяти, мышления, формированием красивой осанки.

#### **Задачи:**

##### **1. Развитие музыкальности:**

- развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;
- развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха (мелодического, гармонического, тембрового), чувства ритма;
- развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков;
- развитие музыкальной памяти.

##### **2. Развитие двигательных качеств и умений:**

- развитие ловкости, точности, координации движений;
- развитие гибкости и пластичности;
- воспитание выносливости, развитие силы;
- формирование правильной осанки, красивой походки;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

##### **3. Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:**

- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации: в движении, в изобразительной деятельности, в слове.

##### **4. Развитие и тренировка психических процессов:**

- развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомимике;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов; развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

##### **5. Развитие нравственно-коммуникативных качеств личности:**

- воспитание умения сопереживать другим людям и животным;
- воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

**Сроки реализации программы:** Программа рассчитана на один год, для детей от 2 до 7 лет. Организация совместной деятельности педагога и детей предполагает встречи два раза в неделю.

**Продолжительность встреч зависит от возраста детей:** 2-3 года – 10 минут; 3-4 года – 15 минут; 4-5 лет – 20 минут; 5-6 лет – 25 минут; 6-7-лет - 30 минут. Объем общего времени непосредственно образовательной деятельности - 36 занятий в год.

### **Содержание программы.**

#### **1. Совершенствование двигательных навыков и умений:**

а) развитие и совершенствование всех видов движений, которые предлагаются детям, умение выполнять их легко и выразительно, максимально, артистично и в соответствии с музыкой;

б) обогащение двигательного опыта — использование разнообразных исходных положений, двигательных комбинаций;

в) освоение обширного и разнообразного музыкально-ритмического репертуара.

#### **2. Совершенствование музыкальности:**

- работа над исполнительской техникой. Следить, чтобы в процессе исполнения произвольно, для удобства в движении, не менялся темп, не появлялись лишние акценты и аккорды. При подборе музыки в записи стремиться к расширению круга произведений, включать в работу с детьми шедевры мирового музыкального искусства (произведения П.Чайковского, Ж.Бизе, Э.Грига, М.Мусоргского, В.Моцарта, И.Баха, К.Сен-Санса), выбирая эти произведения как приоритетные по сравнению с современными эстрадными мелодиями и шлягерами.

- совершенствование умения анализировать форму и содержание музыкального произведения, слышать и видеть разнообразные варианты исполнительской интерпретации через восприятие изменения характера музыки.

#### **3. Развитие творческих способностей:**

- развитие творческого мышления, воображения и фантазии; развитие способности "видеть" и ясно представлять музыкальный образ, способы его пластической интерпретации;

- развитие способности к педагогической импровизации в процессе интеграции музыкального движения с другими видами художественно-творческой деятельности на занятиях;

- воспитание потребности вести постоянный творческий поиск, вносить новое в свою работу из других областей науки и искусства (например, фольклора, классического искусства, изучения наследия музыкантов и педагогов и т.д.); постоянно заниматься в творческих группах, студиях и объединениях;

- развитие художественного вкуса на основе постоянного пополнения впечатлений — в театрах, музеях, в общении с творческими людьми.

#### **4. Совершенствование психолого-педагогических знаний и умений:**

- развитие профессиональной рефлексии, т.е. умения адекватно анализировать результаты собственной деятельности, собственного творчества, а также эффективности работы других педагогов;

- совершенствование умения диагностировать музыкальное, психомоторное развитие детей, пользуясь педагогическими методами исследования;

- развитие умения оценивать проявления детей в движениях под музыку, точно определяя параметры и критерии оценки;

- умение предоставлять детям инициативу в творческих проявлениях, наблюдать и замечать в них оригинальность и одаренность, а также и тревожные симптомы.

### **Контроль за самочувствием детей**

Во время занятий ритмикой необходимо руководствоваться общей заповедью "Не навреди!", поэтому:

1. Постоянно следить за состоянием детей на занятиях.
2. Дозировку физической нагрузки, а также характер двигательных упражнений согласовывать с предписаниями врача.
3. Проверять вместе с медицинским персоналом (по согласованию) по внешнему виду детей и изменениями их ЧСС (частоты сердечных сокращений) нагрузку на занятиях и утренней гимнастике.
4. Прислушиваться внимательно к жалобам детей, не заставляйте их заниматься, если они не хотят двигаться (это может быть не проявлением лени, а началом заболевания).
5. В беседах с воспитателями и родителями выяснять все данные о здоровье ребенка, его индивидуальных особенностях.
6. Следить за чистотой зала, его проветриванием, а также удобством одежды и обуви детей для занятий. Особое внимание обращать на покрытие пола (с точки зрения предотвращения травм — не скользкий ли пол).

#### **Принципы и формы программы.**

1. Использование интенсивных методов обучения — выполнение большого объема двигательных упражнений на занятиях, а также подбор материала, позволяющего решать большой круг разнообразных задач развития ребенка.
2. Обеспечение психологического комфорта детей и педагогов в процессе выполнения движений под музыку.
3. Выбор оптимальной системы занятий.
4. Объединение усилий всего педагогического коллектива на решение поставленных задач.

#### **Используются следующие приемы:**

- показ исполнения композиций детьми (выбор ведущих вместо педагога — по очереди или по желанию);
- показ упражнения условными жестами, мимикой;
- словесные указания;
- "провокации", то есть специальные ошибки педагога при показе с целью активизации внимания детей и побуждения к тому, чтобы они заметили и исправили ошибку. - творческое самовыражение. Происходит это тоже постепенно. В некоторых композициях сразу заложена вопросно-ответная форма исполнения.

**Формы занятий:** групповые, индивидуальные, теоретические.

#### **Методика организации занятий.**

Занятия осуществляются с учетом возрастных особенностей детей

На пятом году формируется навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки, дети могут самостоятельно менять движения в соответствии с музыкой. Совершенствуются танцевальные движения, умение двигаться в парах по кругу, в танцах и хороводах, ритмично хлопать в ладоши, выполнять простейшие перестроения, подскоки.

На шестом году жизни ребенок физически крепнет, становится более подвижным. Успешно овладевает основными движениями, у него хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается произвольная память. Появляются элементы творчества во всех видах детской деятельности.

Дети седьмого года жизни имеют достаточно развитые двигательные навыки: они умеют ритмично ходить и бегать; легко, энергично, а также высоко поднимать ноги в коленях; скакать с ноги на ногу; самостоятельно строить круг, расширяя и уменьшая его; двигаться парами по кругу, сохраняя расстояние между парами; выполнять различные движения с предметами и без них; исполнять отдельные танцевальные движения (выставлять ноги вперед на прыжке, делать приставной шаг, с приседанием, полуприседанием, кружиться, продвигаясь вперед), способны передавать игровые образы различного характера.

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 предметам: шарами, лентами, цветами, мячами и пр.;
- задания на танцевальное и игровое творчество.

#### **Структура занятия состоит из трех частей:**

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.

В работе педагог использует различные методические приемы:

- показ образца выполнения движения без музыкального сопровождения, под счет;
- выразительное исполнение движения под музыку;
- словесное пояснение выполнения движения;
- внимательное отслеживание качества выполнения упражнения и его оценка;
- творческие задания.

Методические приемы варьируются в зависимости от используемого хореографического материала (игра, пляска, упражнение, хоровод и т.д.), его содержания; объема программных умений; этапа разучивания материала; индивидуальных особенностей каждого ребенка. Все приемы и методы направлены на то, чтобы хореографическая деятельность детей была исполнительской и творческой.

#### **Предполагаемый результат:**

К концу обучения дети должны овладеть рядом знаний, умений и навыков:

- исполнять движения, сохраняя при этом правильную осанку;
- легко и свободно использовать в импровизации разнообразные движения, тонко передавать музыкальный образ;
- ориентироваться в пространстве без помощи взрослого;
- процесс разучивания нового репертуара должен занимать немного времени- (2-3 занятия);
- владеть определенными знаниями танцевально-двигательной азбуки;
- четко и красиво исполнять основные элементы народного танца;
- владеть определенным репертуаром, готовым для показа на выступлении.