

Рабочая программа

Пояснительная записка

Рабочая программа 1 года обучения

Данная программа предусмотрена для детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет). Занятия проходят 2 раза в неделю по 30 минут с перерывом в 10 минут.

Перерыв между занятиями – 10 минут.

Форма занятий: групповая.

Общее количество часов обучения: 72.

Программа построена на принципе от простого к сложному, что позволяет более качественно усваивать учебный материал, с применением игровых технологий и соревновательных моментов.

Программа 1 года обучения позволяет обучить детей детским танцам, которые готовят их к освоению основной программы с более сложной координацией и хореографией, создать и поддержать интерес к бальным танцам, разучивая подвижные танцевальные игры.

Очень важен воспитательный аспект программы: воспитывать у детей уважительное отношение друг к другу, умение договариваться в паре, помогать друг другу, учить уважительному отношению к педагогу.

Цель: создать условия к освоению детьми детских подготовительных танцев.

Задачи: развивать умения передавать в движении разный характер музыки, её темп, динамику; развивать умение ориентироваться в пространстве; формировать навыки общения в паре.

В этом учебном году запланированы следующие мероприятия, в которых дети будут принимать участие:

- ❖ Группы №1, №2, №3, №4, №5, №6, №8, №9 – Новогодний утренник (декабрь)-д/с. Группа №7-новогодний праздник (декабрь) –Ярославна.
- ❖ Группа №7 - Фестиваль сценического бального танца «Байкальская Орхидея» (декабрь).
- ❖ Группы №1, №2, №3, №5, №7, №8, №9 – Медальные испытания (декабрь).
- ❖ Группы №1, №2, №3, №4, №5, №6, №8, №9 – Праздник для пап (февраль).
- ❖ Группы №1, №2, №3, №4, №5, №6, №8, №9 – Праздник для мам.
- ❖ Группа №7 - Отчётный концерт (март).
- ❖ Группа №7 – Фестиваль сценического бального танца «Вальс Победы» (май).
- ❖ Группы №1, №2, №3, №4, №5, №6, №7, №8, №9 – Медальные испытания (май).

Учебный модуль

1. Вводная часть. На первом году обучения в сентябре дети знакомятся с педагогом.

Теория. Беседа о правилах поведения на занятиях, форме одежды. Беседа об искусстве танца. Пятиминутки по технике безопасности

Практика. коммуникативные игры: «Невербальное приветствие», «Ветер дует на...», для того, чтобы снять у детей эмоциональное напряжение,

2. Разминка.

это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело. Предусматривает подготовку организма ребёнка к выполнению учебно-тренировочных упражнений и танцевальных движений. Разминка нужна для того, чтобы разогреть мышцы и опорно-двигательный аппарат к выполнению основных упражнений.

Практика. Наклоны головы вправо-влево; Наклоны головы вперёд-назад; круговые вращения головой вправо-влево; поднимание и опускание плеч, Круговые движения плечами, наклоны корпуса вправо-влево, наклоны корпуса вперёд-назад, достав руками до пола, поднимание на полупальцы; поочерёдное поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; из приседа, держась руками за голеностоп, сгибание и разгибание коленей; приседания; прыжки на двух ногах; прыжки «ноги врозь-скрестно»; перепрыгивания с одной ног на другую.

3. Общеразвивающие упражнения.

Это специально разработанные движения рук, ног, корпуса и др. частей тела, которые выполняются с разным мышечным напряжением, с разной скоростью и амплитудой, в разном ритме и темпе. Эти упражнения необходимы для развития двигательных, психических качеств ребёнка. Они направлены на развитие силы, гибкости, ловкости, быстроты реакции, координации движений, равновесия, ритмичности, внимания, ориентировки в пространстве. На 1 году обучения дети осваивают не очень сложный комплекс ОРУ

Практика: «Потягивания», «Цапля», «Ласточка», «Дотянись до игрушки», выпады, прыжки, махи руками и ногами).

4. Дisko-танцы. Это танцы, с несложной техникой исполнения под весёлую музыку. Дети 1 года обучения разучивают диско-танцы, что помогает им включиться в учебный процесс.

Ющие упражнения - Приседания. - Выпады вперёд. - Отжимания. - Упражнения в парах: наклоны, приседания.										
Раздел 3 Диско-танцы «Стирка» «Диско» «Круг Друзей» «Ге Ва Ре»	3	6	2							11
Раздел 4 Бальный танец «Полька» «Вальс цветов» «Медленный вальс» «Танец с мамами» «Ча Ча Ча»	2		6	7	4	4	6	6	9	44
Воспитательный модуль сен. 1 час; фев. 30 мин; март -30 мин										2 часа
Социализирующий модуль декабрь – 1 ч										1 час
ИТОГО по году обучения -										72 часа

Учебный модуль 2 года обучения

1. Вводная часть.

«Огонек встречи». В сентябре дети 2 года обучения вспоминают правила техники безопасности. При встрече с педагогом проводятся игры, беседы, дети рассказывают о том, как они провели лето, что нового узнали, где побывали. Таким образом, устанавливается контакт после летнего перерыва.

2. Разминка.

Теория. Для детей 2 года обучения в разминку включаются усложнённые варианты упражнений.

Практика. Наклоны головы вправо-влево», наклоны головы вперёд-назад, круговые движения головой вправо-влево; сдвигание головы вперёд-назад (изоляция); поднимание и опускание плеч; круговые движения плечами; наклоны корпуса вправо-влево; наклоны корпуса вперёд под углом 90°; наклоны корпуса вперёд, достать до пола руками, колени прямые; наклоны корпуса вправо – влево – вниз - вверх; поднимание на полупальцы; поочерёдное поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; из приседа, держась руками за голеностоп, сгибание и разгибание колен; приседания; приседания в парах спиной друг к другу. (подчёркнутые упражнения более сложные)

3. Общеразвивающие упражнения.

Сложные упражнения, увеличивается амплитуда и количество повторений.

Практика. «Потягивания», «Цапля», «Ласточка», «Дотянись до игрушки», выпады, прыжки, махи руками и ногами), отжимания от пола для мальчиков, от стены для девочек, «Мельница» в наклоне, скручивания корпуса вправо-влево, махи ногами (правая нога - левая рука, левая нога - правая рука).

4. Бальный танец. Дети осваивают танцы с более сложной хореографией, европейскую программу танцуют в стандартном положении в паре. Изучают программу танцев для участия в медальных испытаниях.

Теория. «Полька», «Вальс цветов», «Медленный вальс», «Ча, Ча, Ча», «Вместе с мамой», «Фигурный вальс», танго «Аргентина».

Календарный учебный график

Раздел \ месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	Итого часов
2 год обучения (6-7 лет)										

пояс. Упражнения для мышц спины, пресса. Упражнения для мышц ног.											
Раздел 3 Бальный танец «Полька» «Вальс цветов» «Медленный вальс» «Ча Ча Ча» «Танец с мамами» «Фигурный вальс» Танго «Аргентина	3	8	6	5	5	5	6	7	5	50	
Воспитательный модуль февр.-1 час										1	
Социализирующий модуль май -1 час										1	
Итого по году обучения -										72 часа	

Воспитательный модуль 1 и 2 года обучения

Сроки	Форма проведения	Название мероприятия	Форма участия детей	№ группы
Сентябрь	Беседа	«Из истории бального танца»	Слушатели	1,2,3,4,5,6,7,8,9

		о культуре поведения в общественных местах, на сцене, за кулисами, в зрительном зале	Слушатели	1,2,3,4,5,6,7,8,9
Февраль	Посещение Музея во Дворце творчества Утренник к 23 февраля	«История нашего Дворца»	Выступление перед родителями	1,2,5,8,9
Март	Утренник к 8 марта	«Любимой мамочке»	Изготовление поздравительных открыток. Выступление с танцем перед родителями	1,2,3,4,5,6,8,9
май	Праздник	«Салют Победы»	Выступление перед родителями	1,2,3,4,5,6,7,8,9

Социализирующий модуль 1 и 2 года обучения

Сроки	Форма социально-значимой деятельности	Результат участия детей в мероприятии	№ группы
Декабрь	Новогодний утренник	Выступление перед родителями	1,2,3,4,5,6,8,9
Март	Проект «Танцуют все!»	Выступление перед родителями и гостями	7
Май	Поздравления старшего поколения детского сада	Дипломы	1,2,3,4,5,6,8,9

Оценочные материалы

Входная диагностика: осуществляется при приёме в начале учебного года. Критерии: физические возможности, чувство ритма, музыкальность, внимание, растяжка.

Промежуточная диагностика: осуществляется по мере изучения танцев репертуарного плана в виде контрольного урока, мини-конкурса, показательных выступлений. Критерии: техника исполнения фигур, анализ выполненного задания.

Итоговая диагностика: осуществляется по окончании обучения по программе. Служит для выявления изменения в уровне развития танцевальных навыков. Критерии: техника исполнения, активность в танце, творческий подход, артистичность.

Формой контроля также является участие детей в концертах, фестивалях, на утренниках, в медальных испытаниях.

Система отслеживания результатов

- Наблюдение
- Контрольные игровые задания
- Соревнования среди пар
- Оценка («хорошо» и «отлично»)
- Утренники в детских учреждениях
- Медальные испытания (2 раза в год)
- Участие в фестивалях сценического бального танца
- Отчётный концерт.

Планируемые результаты

По окончании 1 года обучения воспитанники должны:

Знать

- историю бального танца,
- музыкально-танцевальные термины,
- основные позиции рук и ног.

Уметь

- слышать музыку,
- двигаться в ритм,
- координировать движения тела, быстро останавливаться,
- различать музыкальные фразы,
- держать позицию в паре,
- владеть контактным видением.

Владеть разносторонними навыками:

синхронизирования движений в паре, ориентирования в танцевальном пространстве.

Методические материалы

В реализации данной программы используются следующие методы обучения:

- перцептивные (передача и восприятие информации посредством органов чувств);
- словесные (объяснение, рассказ, обсуждение, анализ);
- наглядные (выполнение заданий, упражнений, танцевальных фигур, копируя движения преподавателя);
- иллюстративно-демонстративные (презентации, фото- и видеоматериалы по истории бального танца, по конкурсному танцу);
- практические (упражнения на развитие специальных технических танцевальных навыков, музыкально-ритмических, навыков, координации движений, гибкости, выносливости);
- игровые;
- соревновательные.

В основе способа организации занятий лежит игровой метод. Нетрадиционные виды упражнений представлены игропластикой, пальчиковой гимнастикой, игровым самомассажем, музыкально подвижными играми и играми путешествиями. Раздел креативной гимнастики включает музыкально творческие игры и специальные творческие задания. Игровой метод придает образовательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

А также способы и приёмы мотивации детской деятельности:

- эмоциональные (поощрение, создание ситуации успеха и т.д.);
- познавательные (познавательный интерес, выполнение творческих заданий);
- социальные (создание ситуаций взаимопомощи, сотрудничества и т.д.).

Формы обучения: групповые.

Учебный материал на занятиях по ритмике распределяется согласно принципу возрастания и чередования нагрузки.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успеха, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала или при выполнении творческих заданий.

Материально-техническое обеспечение

- наличие помещения для занятий в соответствии с требованиями к естественному и искусственному освещению, к воздушно-тепловому и

температурному режиму (СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»);

- наличие дидактического, методического и раздаточного материалов, книги, иллюстрации, фотографии, видеоролики, компакт-диски;

- техническая оснащенность программы: компьютер с выходом в интернет, колонки, музыкальная аппаратура, флеш-накопители с музыкальным сопровождением.

Информационное обеспечение:

-аудио, фото и видео материалы.

Кадровое обеспечение:

Программа реализуется педагогом, имеющим опыт конкурсного спортивного бального танца, сценического бального танца, владеющего компетенциями в области детского подготовительного танца, а также европейской и латиноамериканской программ.

Список литературы

Для педагогов:

1. Alex Moor: The revised technique of ballroom dancing // London WCIN & BE Imperial Society of teachers of dancing / THE IMPERIAL SOCIETY OF TEACHERS OF DANCING. IMPERIAL HOUSE, 22/26 PAUL STREET. LONDON EC 2A 4QE / NTC Publishing Group /-134 стр.
2. THE IMPERIAL SOCIETY OF TEACHERS OF DANCING The revised technique of Latin American dancing / London WIN & AY/ Sportshelf & Soccer Assoc - 169 стр.
3. Базарова Н. П., Мей В. П. Азбука классического танца – М: Книга по Требованию 1964 - 106 стр.
4. Костровицкая В. С. 100 уроков классического танца– Л: Искусство, 1981- 263 стр.
5. Лисицкая Т. С. Гимнастика и танец / Физкультурная библиотечка школьника /М: «Физкультура и спорт»,1985 - 96 стр.
6. Ротерс Т. Т. Музыкально- ритмическое воспитание и художественная гимнастика: Учебное пособие для учащихся пед. училищ. – М. : Просвещение, 1986-175 стр.
7. Современный бальный танец /под ред. Шлемина А.М., Уральского В.И. – М.: Просвещение, 1987, Москва, Просвещение, 431 стр.
8. «Физическая культура для старшей группы» Пензулаева Л.И., Просвещение, 1988- 22 стр.
9. Роот З. Я. Танцы в детском саду/М.: Айрис, 2008-112 стр.
10. Зарецкая Н.В.Танцы для детей дошкольного возраста / М.: Айрис-пресс: Айрис-дидактика, 2005- 116 стр.
11. Суворова Т. И. Танцевальная ритмика для детей: Учебное пособие:

выпуски-Санкт-Петербург,2008 -48 стр.

12. Луговская А. Е. Ритмические упражнения, игры и пляски (часть 1,2) – М.: Советский композитор, 1991- 112 стр.
13. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста /Учебно-методическое пособие- М.: Владос, 2001- 104 стр.
14. Федорова Г.В. Поиграем, потанцуем – М.: Детство-Пресс,2002- 48 стр.
15. Воронина И. А. Историко-бытовой танец – М.: Искусство, 1980- 128 стр.
16. Барышникова Т. Азбука хореографии - Санкт-Петербург: ЛЮКСИ, РЕСПЕКС, 2006- 256 стр.

Для обучающихся:

1. Александрова Н. А. Танцы. Мини-энциклопедия для детей/Рассказы о танцах разных народов и времён./– БХВ-Петербург, 2018-88 стр.

Для родителей:

1. Веденеева И. В. Будь молодой и грациозной– М.: Молодая гвардия, 1986-126 стр.
2. Роот З. Я. Танцы в детском саду- М.: Айрис, 2008- 112 стр.
3. Луговская А. Е.Ритмические упражнения, игры и пляски (часть 1,2) – М.: Советский композитор,1991- 112 стр.
4. Федорова Г. В. Поиграем, потанцуем- М.: Детство-Пресс,2002- 48 стр.
5. Шаталова А. Бальные танцы/ Методическое пособие/М.: Новая реальность, 2013- 72 стр.
6. Захарова О. Ю. Русский бал XVIII начала XX века. Танцы, костюмы, символика/ Научная и учебная литература/ - М.: Центрполиграф, 2010- 84 стр.
7. Джозеф С. Хавилер Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки»- Новое слово», 2004- 39 стр.