

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 76»  
структурное подразделение «Детский сад»

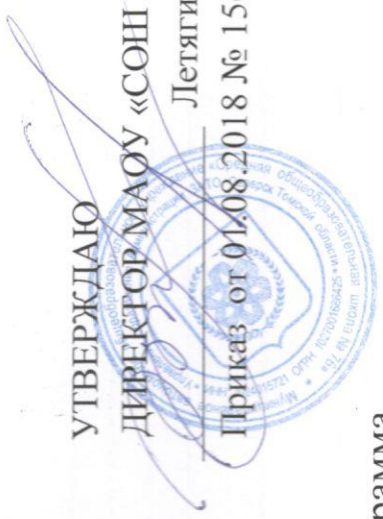
Программа согласована  
на педагогическом совете  
Протокол № 4 от 01.08.2019

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МАОУ «СОШ № 76»

Летягина Л. В.

Приказ от 01.08.2018 № 156



Дополнительная общеразвивающая программа  
художественно - эстетической направленности .  
кружка «Ганцевалочка»

Автор составитель: Куликовская Л.М.  
Музыкальный руководитель  
Высшая квалификационная категория

### Паспорт Программы

Автор программы	Куликовская Лидия Маратовна, музыкальный руководитель МАОУ «СОШ № 76» структурного подразделения «Детский сад». г.Северска, Томской области. Образование среднее специальное: Томское педагогическое училище», специальность «Музыкальный воспитание», по квалификации учитель пения, музыкальный воспитатель». Высшая квалификационная категория, педагогический стаж 37 лет.
Название программы	« Танцевалочка».
Уровень освоения	Программа специализированная.
Вид программы	Экспериментальная.
Целевое обеспечение программы	Образовательная программа художественно-эстетической направленности.
Продолжительность реализации	2 года
Возрастной диапазон	Дети 5-7 лет.
Масштаб реализации	Образовательные услуги в интересах детей и их родителей.
Уровень усвоения	Творческий.
Целевая установка	Личностно – развивающая.
Форма реализации	Групповое обучение (количество детей от 6-ти до 12-ти) необходимое условие для создания рисунка танца. Занятия проходят 1 раз в неделю по понедельникам в 15.10 часов; с продолжительностью 25-30 минут. Выступления на утренниках, концертах, родительских собраниях, участие в городских конкурсах.
Цель Программы	Формирование гармоничной и всесторонне развитой личности.

## Пояснительная Записка

Дошкольное детство – сензитивный (сенситивный) период для развития и понимания эмоций, полноценного выражения умений управлять ими. Где так полно может выражать себя ребенок, где научиться ярко, проявлять свои эмоции? Одной из таких форм самовыражения, конечно же, является **танец**.

**Танец** – это психофизическое выполнение *движений* под музыку. Понятно, что **движение** под музыку являются фундаментом настоящего и двигательного здоровья детей.

Увлекаясь **танцами** – это не просто дань модным традициям. Прежде всего, это вклад в будущее ребенка, его здоровье, а также психологический комфорт. *Движения* составляют основу детской деятельности. Ограничения двигательной активности ребенка противоречат биологическим потребностям растущего организма. Физиологи считают движение врожденной, жизненно необходимой потребностью человека. Полное удовлетворение его особенно важно в дошкольном возрасте, когда формируются все основные системы и функции организма.

Врач и педагог В. В. Гориневский в результате глубоких медицинских исследований пришел к выводу, что недостаток движений не только отрицательно складывается на здоровье детей, недоразвитие мышечной массы, сутулости, но и снижает их умственную работоспособность, эмоционально-волевую сферу.

Постоянная активность, эмоциональная потребность в танцевальных движениях, способствуют развитию координации, органов кровообращения и органов дыхания, физическому укреплению мышечной системы, правильной осанки. Поэтому, можно сказать, что **танцы** даруют здоровье, помогают снять усталость и повышают иммунитет и выносливость. Дети, которых родители отдают в соответствующие кружки, школы, быстро и легко находят общий язык не только со сверстниками, но и со взрослыми.

**Танцы** способны раскрепостить даже самого застенчивого малыша, поднять самооценку, и, наоборот, у гиперактивного ребёнка формирует выдержку и волю. Помогает детям развивать произвольную регуляцию своего поведения и эмоционального состояния, развитию коммуникативных качеств.

### **Новизна:**

Новизна данной программы заключается в том, что в занятия включены новейшие здоровьесберегающие технологии, позволяющие корректировать осанку детей, координацию движений, пластичность своего тела, укрепления мышечной системы. Это разминки, музыкально-ритмические упражнения, ритмизация с предметами и без них, пальчиковые игры, речедвигательные упражнения, музыкальные игры.

### **Актуальность:**

Данная программа позволяет развивать и совершенствовать эмоционально-творческие способности пластического общения, самовыражения своих чувств, переживаний и желаний. Нацелена ненавязчиво, игровыми методами научить детей владеть своим телом под музыку, приобщить к источникам танцевальной культуре, воспитывать интерес к исполнению русских, народных плясок, а также современных и популярных танцев. Повысить самооценку и дружеские отношения друг к другу. Использование ИКТ (видео - запись) даёт возможность детям увидеть себя со стороны и проанализировать свои действия и попытаться самим выяснить, что нужно для успешного решения в той или иной ситуации в танцевальных движениях. Способствует формированию адекватной оценки и самооценки.

**Цель программы** – Воспитание пластической культуры у детей, активизация творчества через двигательный мир.

Формирование гармоничной и всесторонне развитой личности.

Настоящая программа способствует решению следующих задач:

- **Обучающая** – знакомство с разнообразными музыкальными произведениями (*жанрами*), содержащими разнохарактерные образы, обогащает детей эмоционально. Движения танца органически связанные с музыкой, помогают глубже проникнуть в эмоционально-образное содержание той или иной пьесы. Выстраивание сюжета (*композиции*) танца, придумывание названия ему развивает воображение и творчество детей, они хорошо чувствуют партнера в танце, учатся понимать композиционную структуру танца: завязку, развитие, кульминацию, развязку, более тонко воспринимать, переживать, чувствовать окружающую действительность. Формированию двигательных навыков и умений; пространственных представлений и способности произвольно передвигаться в пространстве относительно других детей и предметов; развитие переключаемости; совершенствование танцевальных навыков.
- **Развивающая** – способствуют развитию координации, органов кровообращения и органов дыхания, физическому укреплению мышечной системы, правильной осанки. Активация всех видов внимания и памяти, развития музыкального темпа и ритма. Позволяет гармоничному и интеллектуально-художественному развитию личности ребёнка. Формированию артистических навыков.
- **Оздоровительная** – укрепление костно-мышечного аппарата; развитие физиологического дыхания; развитие координации движений и моторных функций. Формирование правильной осанки, походки, грации движений; выносливости.
- **Воспитательная** – воспитание и развитие чувства ритма; способности ощущать в музыке, движениях ритмическую выразительность. Развивать умения перевоплощаться, проявлять свои художественно-творческие способности. Формированию организованной, гармонически развитой личности.

### **Принципы построения программы:**

Программа нацелена ненавязчиво, игровыми методами научить детей владеть своим телом под музыку, приобщить к источникам танцевальной культуре, воспитывать интерес к исполнению русских, народных плясок, а также современных и популярных танцев.

Реализация программы проходит по спирали, с постепенным усложнением материала. На следующий год обучения пройденный материал подается на более высоком уровне, на новом музыкальном материале с учетом возрастных особенностей детей, физических данных и возможностей.

### **Методы обучения, используемые в программе.**

#### **Музыкальная разминка.**

Движения выполняются под музыку. Используются различные виды ходьбы, бега и прыжки. Как правило, разминка выполняется по кругу с продвижением вперед. В этой части упражнения даются с применением образов – например, «идем как цапля», «летим как птички», «прыгаем как зайчики».

#### **Ритмическая гимнастика.**

Выполнение общеразвивающих упражнений на месте под музыку, в различных построениях, с предметами и без них.

#### **Партерная гимнастика.**

Это упражнения на растяжку, развитие гибкости и силы, которые выполняются на полу. Они необходимы для того, чтобы ребенок мог владеть своим телом, а его движения были более точные и пластичные. Многие упражнения имеют свои названия и выполняются с использованием Логоритмики.

#### **Танцевальные движения.**

Данный раздел направлен на формирование танцевальных движений у детей, что способствует повышению общей культуры ребенка и обогащению двигательного опыта разнообразными видами движений. В этот раздел входят танцевальные шаги, позиции рук, движения рук, ног, корпуса, хлопки, прыжки, построения и перестроения. Осваиваются виды движений различных танцев.

#### **Сюжетно-образные танцы.**

Сюжетно-образные танцы направлены на развитие выразительности движений, чувства ритма, темпа, характеру музыки, артистичности, развитие двигательной памяти. Использование сюжетно-образных танцев в работе с детьми способствует развитию умения воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение, характер и понимать ее содержание. Развивается музыкальная память, внимание, координация движений, пластичность, ориентация в пространстве. В этом разделе используются, как правило, изученные танцевальные движения.

#### **Музыкальные игры.**

Все дети любят играть, поэтому в программе используются музыкальные игры различного характера, а именно: сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры на развитие коммуникативных навыков, игры на развитие слуха, чувства ритма, внимания, ориентации в пространстве.

### **Примерный план организации занятия танцевального кружка.**

## **Структура занятий:**

### ***Вводная часть:***

- построение и приветствие детей
- проверка правильности осанки, живот подтянут, плечи развернуты, голова прямо, пятки вместе.

### ***Подготовительная часть занятия:***

- разминка в движении: ходьба, бег, прыжки
- танцевальная разминка с предметами или без (ритмическая гимнастика).

### ***Основная часть занятия:***

- партерная гимнастика
- разучивание новых танцевальных движений и композиций, повторение пройденных.
- разучивание новых сюжетно-образных танцев и повторение пройденных.

### ***Заключительная часть:***

- музыкальная игра
- построение, поклон

Все части занятий выполняются с использованием музыки и песен.

## **Материально-техническое обеспечение для реализации программы.**

На занятиях используются различные предметы: платочки, бубны, ленточки на кольцах, ленточки на палочках, обручи, кубы, плоские кольца, флажки, султанчики, погремушки, цветы, воздушные шары, мячи, колокольчики, шляпки. Для открытых выступлений и концертов используются также костюмы и дополнительные атрибуты, для яркости представления приобретенных навыков по программе «Танцевалочка».

## **Продолжительность образовательного процесса.**

Программа рассчитана на 2 учебных года. Занятия проводятся с октября по май включительно, 1 раз в неделю, каждый понедельник, продолжительность занятий 25-30 минут.

## **Возраст детей, численность.**

Возраст детей – старший дошкольный возраст (5-7 лет)

Группа состоит не менее 6 детей и не более 12 детей. (Необходимое условие для создания рисунка в танце).

## **Технические средства.**

Музыкальный центр, аудио материал, ноутбук.

## **Структура занятий:**

### ***1. Музыкальное приветствие.***

**2. Основная часть:**

- Упражнение ритмизацию.
- Разминка (ритмика)
- Разучивание танца.
- Повторение и закрепление знакомого танца.

**3. Заключительная часть:**

- Упражнение на расслабление (релаксация)
- Расставание.

**Перспективное планирование старшей танцевальной группы.**

1-й год обучения		2-й год обучения	
Возрастные особенности детей (5-6 лет).		Возрастные особенности детей (6-7 лет).	
<p>Могут строить свое поведение, придерживаясь роли. Становятся более артистичными и координированными. Поэтому они с удовольствием изображают различные образы и импровизируют. Это возраст активного развития физических и познавательных способностей ребенка, общения со сверстниками. Игра остается основным способом познания окружающего мира, но теперь ребенок желает показать себя миру. Здесь очень важно выстраивать занятия так, чтобы дети могли проявить себя, обязательно хвалить их и отмечать, что ребенок старается, выполняет упражнение или движение правильно.</p>		<p>Больше осознают свое «Я», хорошо взаимодействуют со сверстниками, появляется стремление научиться делать движения лучше, красивее, точнее. Они уже способны самостоятельно исправлять свои ошибки и вносить коррекцию по ходу двигательной деятельности. Таким детям легче освоить сложно координированные танцевальные движения и гимнастические упражнения.</p>	
<p><b>Танцевальная разминка, ритм/гимнастика:</b> Изображение различных животных в движении; Упражнения для все групп мышц с предметами и без; Бег и прыжки в сочетании по принципу контраста; Различные перестроения в ходьбе, в беге в сочетании с различными движениями;</p>	<p><b>Танцы:</b> «Планета детства», «Хорошее настроение», «Снеговики»,</p>	<p><b>Танцевальная разминка, ритмич/гимнастика:</b> Образные упражнения в движении (в ходьбе, беге, прыжках) Использование в разминке нарезки из разных пройденных танцев; Движения по показу из пройденных элементов и движений;</p>	<p><b>Танцы:</b> «Первоклашки», «Поварята», «Танец морозят», «Мы маленькие</p>
<p><b>Партерная гимнастика:</b> Упражнения на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов</p>		<p><b>Партерная гимнастика:</b> Упражнения для развития гибкости с усложнением: «книжка», «бабочка», «лодочка»,</p>	

<p>(логоритмики) Плавный переход из упражнения в упражнение: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик», «березка», «улитка»; «рыбка, «коробочка»</p>	<p>«Пацаны в строю стоят».</p>	<p>«колечко», «мостик», «березка», «улитка», «рыбка»; Быстрый переход из упражнения в упражнение с использованием музыкальной подборки;</p>	<p>звезды», «Недетское время».</p>
<p><b>Танцевальные движения:</b> Повторение пройденных элементов и композиций и их усложнение; Танцевальные движения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, ленты на палочке, шляпками) пройденные с последовательным чередованием и новые, более сложные; Работа над движением рук – пластика кистей, «волна» руками; Движения корпусом наклоны и повороты в сочетании с пройденными движениями; Танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее; Построение в круг, в 2 или более кружков, в линию, в две, в три линии, в четыре линии, в шахматный порядок, с использованием пройденных танцевальных элементов; Движения польки и поскоков по кругу в паре;</p>	<p>«Сладкая песенка»,</p>	<p><b>Танцевальные движения:</b> Повторение пройденных элементов и композиций и их усложнение; Упражнения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки и другие) пройденные с последовательным чередованием и новые, более сложные Работа корпусом - повороты и наклоны в сочетании с другими элементами (притопами, различными танцевальными шагами, движениями руками) Построение в два круга, противоходы и другие перестроения в сочетании с танцевальными движениями и с использованием атрибутов; Танцевальные движения в парах с использованием элементов, пройденных ранее, смена партнера в движении Танец польки по кругу со сменой партнера;</p>	
<p><b>Сюжетно-образные танцы:</b> Повторение изученных ранее танцев и некоторое их усложнение; Изучение новых танцев;</p>		<p><b>Сюжетно-образные танцы:</b> Повторение изученных ранее танцев и добавление перестроений; Изучение новых танцев с использованием предметов;</p>	
<p><b>Музыкальные игры:</b> Ранее изученные игры по желанию; Игры: «Твой цвет – ты танцуй», «Мы повесим шаррики», «Ёлки-Пенёчки», «Двигайся – замри!»</p>		<p><b>Музыкальные игры:</b> Ранее изученные игры по желанию, Игры: «Дискотека», «Зеркало», «Двигайся – Замри!», «Хей! Хей! Привет! Привет!»</p>	



**Ожидаемые результаты:**

- Овладение техникой основных двигательных и танцевальных движений, умения ориентироваться в пространстве;
- Овладение выразительностью и красотой движения, пластичности, лёгкости,
- Овладение чувством ритма;
- Возросший интерес к занятиям танцевально-ритмической деятельностью, развитию творческого воображения;
- Укрепление иммунной системы организма, укрепление мышц позвоночника, стопы, диафрагмы, двигательного аппарата;
- Развитие правильной осанки;
- Совершенствование нравственно – коммуникативных качеств, индивидуальности;

**Формы подведения итогов:**

- Выступления на родительских собраниях, праздничных концертах, в школе;
- Участие в городских фестивалях и конкурсах («Северские колокольчики», «Солнечные зайчики»)
- Выступление на детских праздниках; муз/школы;
- Выступление для ветеранов, домов престарелых;

**Список Литературы:****Интернет – Ресурсы:**

Международный образовательный портал МААМ.RU ([www.maam.ru](http://www.maam.ru))