

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ
ШКОЛА № 1288
(ГБОУ ШКОЛА № 1288)

Хорошевское шоссе, д.3, Москва, 123007

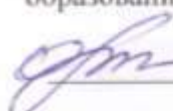
Телефон: (495) 941-29-22, (495) 945-72-95, факс: (495) 941-29-22

E-mail: 1288@edu.mos.ru

ОКПО 14174287, ОГРН 1127747146361, ИНН/КПП 7714890087/771401001


«Рассмотрено»

Методист по
дополнительному
образованию

 /Одаренко Л.В./

«Согласовано»

Заместитель директора
ГБОУ Школа № 1288

 /Титаренко Е.Б./

«Утверждаю»

Директор
ГБОУ Школа № 1288

 /Мартынова Е.В./



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Направленность: физкультурно-спортивная (ритмопластика).

Название: «Карусель»

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации: 1 года

Возраст учащихся: 3-5 лет.

Программу составила
педагог дополнительного образования
Вихлянская Анна Сергеевна

Пояснительная записка

Общая характеристика учебного курса: Программа направлена на общее, гармоничное, психическое, духовное и физическое развитие ребёнка, а также на укрепление здоровья детей, развитие опорно-двигательного аппарата, формирование правильной осанки, содействие профилактике плоскостопия, развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания.

Цель: Воспитание пластической культуры у детей дошкольного и младшего дошкольного возраста, знакомство их с классическими, народными, бальными танцами. Развитие гармоничной и всесторонне развитой личности.

Задачи:

1. Учить выражать свои эмоции, через движение.
2. Формировать технику выразительности движений с помощью психогимнастических упражнений.
3. Совершенствовать исполнительское мастерство в движениях по одному и в парах.
4. Стимулировать проявление индивидуальности.
6. Вводить новые танцевальные движения: подскок с приземлением на месте, приставной шаг с пружинкой, выбрасывание на подскоке носка, пятки, шаги с припаданиями, сужение, расширение круга различными движениями: топотушками, пружинистым шагом, моталочка, вертушка, переменный шаг.
5. Развивать гибкость, пластичность, мышечную силу.
6. Развитие двигательных качеств и умений:
 - танцевальные позиции рук;
 - танцевальные позиции ног;
 - танцевальные шаги;
7. Умение создавать танцевально-ритмические композиции, используя ранее разученные и новые музыкальные движения:
(вертушка, шаги и кружение с припаданиями, сложная ковырялочка, ковырялочка на подскоке, сложная моталочка, верёвочка.)
8. Развитие и умение ориентироваться в пространстве.
9. Развитие творческих способностей.
10. Развитие и тренировка психических процессов.
11. Развитие нравственно-коммуникативных качеств.

Актуальность программы в том, что занятия ритмопластикой позволяют ребёнку развивать творческие способности, формировать красивые манеры, походку, осанку, выразительность движений. У детей укрепляется здоровье, укрепляются мышцы, улучшается работа органов дыхания, кровообращения, а также в процессе занятий дети избавляются от стеснительности, зажатости и комплексов. В танцах дети само утверждают, проявляют индивидуальность. Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, любая программа, основанная на движениях под музыку, будет развивать и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе.

Новизна программы состоит в том, что предлагаемый материал можно использовать творчески, адаптируя к условиям работы. В качестве музыкального сопровождения предлагаются целостные произведения в аудио записи.

Целостный музыкальный образ передаётся разнообразными пластическими средствами, требующими свободного владения телом, музыкального слуха, богатого воображения и фантазии.

Программа основана на игровом методе с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников. В процессе непосредственно образовательной деятельности используются различные виды музыкально-ритмической деятельности: образно-игровые композиции (инсценирование песен, сюжетные композиции, этюды, включающие имитационные, пантомимические движения), танцевальные композиции и сюжетные танцы, общеразвивающие, музыкальные игры, этюды.

В репертуар входят популярные танцевальные композиции многих стилей и направлений, что позволяет не только удовлетворить естественную физическую потребность ребёнка в разнообразных формах движения, но и максимально расширить его художественный кругозор, стремление к прекрасному, познаваемому им через разные формы танцевального искусства. В этом состоит отличительная особенность данной программы от существующих, как правило, узконаправленных программ по отдельным танцевальным направлениям.

Форма занятий: очная, групповая.

Режим работы: 2 раза в неделю, время занятий 30 минут.

Ожидаемые результаты:

- овладение техникой основных двигательных и танцевальных движений;
- овладение выразительностью и красотой движения;
- овладение чувством ритма;
- возросший интерес к занятиям танцевально-ритмической деятельностью;
- укрепление иммунной системы организма;
- укрепление мышц позвоночника, стопы, диафрагмы, двигательного аппарата;
- развитие правильной осанки;

Для эффективного развития ребенка в танцевально-ритмической деятельности необходимо отслеживать влияние занятий в кружке на ребенка. Результаты исследования позволяют педагогу грамотно развивать ребенка в соответствии с его индивидуальными возможностями, видеть результат своей деятельности и вносить коррективы в перспективное планирование.

Тематическое планирование

№	Тема курса	Кол-во часов		
		Теор.	Практ.	Всего
1.	Основные движения	0	9	9
2.	Ритмико-гимнастические упражнения. Движения с предметами	0	9	9
3.	Ходьба и бег	0	8	8
4.	Танцевальные упражнения	0	7	7
5.	Игры под музыку	0	8	8
6.	Танцы и пляски. Кружение на месте	0	7	7
7.	Танцы парами	0	8	8
Итого по курсу		0	56	56

Материально-техническое обеспечение:

- записи на аудио кассетах;
- музыкальные записи на компакт дисках;
- схемы танцевальных движений;
- фотоматериалы, иллюстрации выдающихся танцевальных коллективов нашего города и республики;
- разнообразная атрибутика;
- танцевальные костюмы.

Примерное содержание программы.

I квартал			
Упражнения		Танцевальное творчество	
Примерные упражнения	Цель	Тема	Цель
«Поскоки», «Поскачем»	Учить реагировать на начало и окончание звучания музыки.	Танцевальный этюд «Цыплята»	Развитие музыкальности, умения координировать движения с музыкой.
«Буратино и Мальвина»	Передавать в движении различный характер музыки.	Музыкально-ритмическая композиция «Упражнения с осенними листьями»	Способствовать развитию координации движений, подвижности нервных процессов, внимания, памяти.
Упражнение «Гусеница»	Учить ориентироваться в пространстве, реагировать на смену частей музыки.	Танцевальная композиция «Осенний вальс»	Способствовать развитию умения ориентироваться, перестраиваться.
Упражнение «Топотушки» р.н.м. «Не опоздай»	Начинать и заканчивать движения в соответствии с началом и окончанием музыки.	Танцевальный этюд «Мячик»	Способствовать развитию выразительности движений, образного мышления, чувства ритма, способности к импровизации.
«Марш»	Учить детей четко останавливаться с окончанием музыки		
Упражнения для рук	Развивать гибкость и пластику руки отмечать акцент в музыке.	Танцевальный этюд «Кошки – мышки»	Развитие внимания, скорости реакции, точности и ловкости движений, а также развитие эмоциональной сферы и выражение эмоций в мимике.
«Попрыгунчики»	Самостоятельно менять движение в соответствии с 2-х частной формой произведения.	Танцевальный этюд «Озорники»	Формирование навыков кружения на месте на подскоках, развитие памяти и внимания, умение сочетать движения с музыкой в быстром темпе.
«Великаны и гномы» Включать пальчиковую гимнастику.	Передавать в движении характер музыки.	Танцевальная композиция «Озорные лягушата»	Развитие координации, точности и ловкости движений, памяти и внимания.
II квартал			
Упражнения		Танцевальное творчество	
Примерные упражнения	цель	Тема	цель
«Пружинки»	Чувствовать и передавать в движении изменения характера и форм музыкального произведения (2-х частная форма)	Танцевальный этюд «Рыбачек»	Развитие координации, точности движений, выразительности пластики, умения вслушиваться в слова и музыку, точно передавая все нюансы песенки в движениях.

«Попрыгаем-побегаем»	Самостоятельно ориентироваться в пространстве.	Танцевальный этюд «Куклы – неваляшки»	Развитие выразительности пластики, воспитание умения вести себя в группе во время движения.
«Марш»	Начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки. Свободно ориентироваться в пространстве, перестраиваться из различных положений (круг, в рассыпную и т.д.)	Танцевальный этюд «Веселая пастушка»	Способствовать развитию умения радоваться и сопереживать, формирование чувства такта.
Упражнения для рук	Развивать гибкость и пластику руки отмечать акцент в музыке.	Танцевальная композиция «Кукла»	Способствовать развитию выразительности движений, образного мышления, чувства ритма.
Упражнение «Мячики» (муз. Чайковского)	Менять движения в соответствии с изменением вариации музыки	Танцевальная композиция «Озорные лягушата»	Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку; развитие творческого воображения и фантазии. Формирование навыков кружения на месте на подскоках, развитие координации, точности и ловкости движений, памяти и внимания, способности к импровизации.
Шаг поскок (муз. Ломовой)	Упражнять в выполнении танцевальных движений.	Танцевальный этюд «Марш»	Формирование правильной осанки, красивой походки, эмоциональной выразительности движений.
«Веселые ножки»	Передавать в движении характер музыки.	Танцевальная композиция «Море волнуется...»	Закрепить полученные навыки, развивать умение двигаться в соответствии с музыкой, обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.
«Ковырялочка», и т.д.	Начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки.		

III квартал

Упражнения		Танцевальное творчество	
Примерные упражнения	Цель	Тема	Цель
Пружинящий шаг и бег	Развивать четкость, координацию движений рук и ног. Различать двухчастную форму	Танцевальный этюд «Подарок маме»	Способствовать развитию выразительности движений, чувства ритма, способности к импровизации. Развитие эмоциональной сферы и выражение эмоций в мимике.
Упражнение для рук «Разрешите пригласить»	Развивать гибкость и	Танцевальный этюд «Бабочка»	Развитие умения ориентироваться в пространстве; обогащение двигательного опыта

«Отойди и подойди»	пластику руки отмечать акцент в музыке. Воспринимать легкую, подвижную музыку, ритмично хлопать в ладоши.	Танцевальный этюд «Чудесные превращения»	разнообразными видами движений, передавать в танце характерные виды движений. Способствовать развитию умений воспринимать музыку, то есть чувствовать её настроение, характер и понимать ее содержание; развитие музыкальной памяти, внимания;
«Марш»	Учить детей переходить от одного вида движений к другому	Танцевальный этюд «Оранжевое лето...» Танцевальный этюд «Капельки»	развитие координации движений, пластичности, мягкости. Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку; развитие творческого воображения и фантазии.
«Кто лучше скачет»	соответствии с музыкой.	Музыкально-ритмическая композиция «Упражнения с цветами»	Развитие музыкальности, умения координировать движения с музыкой.
«Побегаем»	Уметь начинать движение после вступления.	Танцевальный этюд «После дождя»	Способствовать развитию точности движений, мягкости, плавности движений.
«Спокойный шаг»	Согласовывать движения с музыкой.	Танцевальная композиция «Вальс цветов»	Способствовать развитию координации движений, подвижности психических процессов, внимания, памяти.
Включать пальчиковую гимнастику	Развивать движения кисти, упражнять в выполнении танцевальных движений.		Способствовать умению ориентироваться, перестраиваться.

Список литературы (для педагога и детей):

1. Программа по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» А.И.Бурениной Спб 2000
2. «Са-фи-дансе» Танцевально-игровая гимнастика для детей . Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений Спб 2000
3. «Музыкально-двигательные упражнения в детском саду» книга для воспитателя и музыкального руководителя детского сада Раевская Е.П. 3 издание, дораб. – М.: «Просвещение», 1991г.
4. «Танцевально-игровая гимнастика для детей» учебно–методическое пособие для педагогов дошкольного учреждения. СПб.: «Детство - пресс», 2001г.
5. «Практическое пособие по хореографии» Никашина Г.А. М.: ООО ИД «Белый ветер», 2002г.
6. «Танцевальная ритмика для детей № 1» Суворова Т.И. Учебное пособие – СПб.: «Музыкальная палитра», 2003г.
7. «Танцевальная ритмика для детей №2» Суворова Т.И. Учебное пособие – СПб.: «Музыкальная палитра», 2004г.
8. «Танцевальная ритмика для детей №3» Суворова Т.И. Учебное пособие – СПб.: «Музыкальная палитра», 2005г.

Поурочное планирование (54 занятия)

(9 занятий) Основные движения	Беседа о танце
	Топотушки
	Встреча эмоций
	Заряд бодрости
	Бабочка
	Стрекоза
	Елочка
	Стрелочка
	Луна
(9 занятий) Ритмико-гимнастические упражнения. Движения с предметами	Лодочка
	Кораблик
	Звездочка
	Солнце
	Качели
	Поплавок
	Лягушка
	Кошки-мышки
Упражнения с султанчиками	
(8 занятий) Ходьба и бег	Полет радужных салютиков
	Кулачки на бочек
	Полочка
	Веселый каблучок
	Ковырялочка
	Гармошка
	Соедини ладошки
Цапля	
(7 занятий) Танцевальные упражнения	Игра-этнод конькобежцы
	Часики
	Веревочка
	Фонарики дружбы
	Белые снежинки
	Хороводный шаг косички
(8 занятий) Игры под музыку	Хрустальная вода
	Элементы бального танца
	Чарли
	Свободный танец
	Танго
	Элементы народного танца
	Игра-этнод рождение листочка
Мячик	
(7 занятий) Танцы и пляски. Кружение на месте	Кошки-мышки
	Танцевальный этюд озорники
	Куклы-неваляшки
	Рыбачек
	Веселая пастушка
	Танцевальный этюд, марш
	Кукла, танцевальная композиция
Подарок маме	
(8 занятий) Танцы парами	Море волнуется. Чудесное превращение
	Оранжевое лето.
	Капельки
	Танец с цветами. После дождя
	Разрешите пригласить
	Великаны и гномы
	Вальс цветов
Буратино и Мальвина	
Итого:	54 занятия

