

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города Москвы

«Школа № 97»

Дошкольное отделение

«Утверждаю»
Директора ГБОУ Школа № 97
Мальчевская И.В.



**ПРОГРАММА
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
ОБЪЕДИНЕНИЯ
«Zumba kids»**

Москва, 2017г

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ:

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ:

ТИП: Развивающая

ВИД: Модифицированная

УРОВЕНЬ: Ознакомительный

ФОРМА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ: групповая

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ: Художественно-эстетическая, физическое развитие.

НАПРАВЛЕННОСТЬ: Спортивная хореография.

Пояснительная записка.

Zumba kids представляет собой веселые, энергичные упражнения, которые состоят из детских танцевальных связок. Многим родителям нравится детская зумба, ведь она развивает танцевальные навыки, улучшает координацию и, в целом, очень благотворно воздействует на малышей. Детям тоже нравятся такие занятия, они поднимают настроение, придают уверенность в себе и дают возможность весело провести время. Спортивный танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях спортивной хореографией дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Спортивная хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Необходимо продолжать развивать у дошкольников творческие способности, заложенные природой. Музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями является: - активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий. Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

Цель программы:

Прививать интерес дошкольников к спортивной хореографии искусству.

Задачи:

Образовательные:

- Обучить детей танцевальным движениям.
- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

Воспитательные:

- Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.
- Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.
- Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми.
- Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

Развивающие:

- Развивать творческие способности детей.
- Развить музыкальный слух и чувство ритма.
- Развить воображение, фантазию.

Оздоровительные:

- укрепление здоровья детей.

Программа рассчитана на два года обучения: для детей старшей группы (5-6лет) и для детей подготовительной к школе группы (6-7лет). Занятия проводятся два раза в неделю: для детей первого года обучения-25 минут, второго – 30 минут. Форма обучения – групповые и индивидуальные занятия. Отбор детей проводится в соответствии с желанием и индивидуальными особенностями детей.

Учебный материал включает в себя:

- Музыкально-ритмические занятия.

Занятия в объединении направлены на общее развитие дошкольников, на приобретение устойчивого интереса к занятиям спортивной хореографией в

дальнейшем, но не может дать детям профессиональной подготовки. Поэтому учебный материал включают в себя лишь элементы спортивных танцев, объединенных в отдельные танцевально-тренировочные комплексы, игры и танцевальные композиции. Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий.

Работа ведется определенными периодами – циклами. В течение месяца педагог разучивает с детьми материал одного из разделов. Первая неделя цикла отводится освоению новых знаний. Вторая – повторению пройденного материала с некоторыми усложнениями, дополнениями. Третья, четвертая – окончательному закреплению пройденного материала. Такой метод позволяет детям более последовательно и осмысленно вживаться в изучаемый материал. Но при этом ошибочно рассматривать отдельные разделы, как наиболее ответственные и главные, т.к. освоение программы зависит от общей суммы знаний и навыков.

Кроме основных разделов занятия включают в себя упражнения на развитие ориентирования в пространстве, ритмическую разминку на развитие групп мышц и подвижность суставов, вспомогательные и координирующие упражнения, упражнения с предметами, музыкально – подвижные игры, упражнения на импровизацию.

Занятие состоит из трех частей:

1. Вводная - в нее входит поклон, разминка.(3-5 минут)
2. Основная - она делится на тренировочную (изучение нового материала, повторение, закрепление пройденного) и танцевальную (разучивание танцевальных движений, комбинаций, композиций).(15-20минут)
3. Заключительная – музыкальные игры, вспомогательные и корригирующие упражнения, поклон. (5 минут)

Изучение программы начинается с несложных движений и заданий на первом году обучения, затем расширяется, совершенствуется и обогащается в последующем году.

Предполагаемый результат.

К концу первого года обучения дети должны знать правила правильной постановки корпуса, основные положения рук, позиции ног. Должны уметь пройти правильно в такт музыки, сохраняя красивую осанку, иметь навык легкого шага с носка на пятку, чувствовать характер музыки и передавать его танцевальными движениями, правильно исполнять программные танцы.

На втором году обучения дети должны закрепить знания и навыки, полученные в первый год обучения и перейти к изучению более сложных элементов. Дети должны уметь исполнять движения в характере музыки, сохраняя осанку, выворотность ног, уметь правильно открыть и закрыть руку на талию, правильно исполнять этюды и танцевальные композиции.

Участники кружка за два года обучения должны приобрести не только танцевальные знания и навыки, но и научиться трудиться в коллективе, добиваясь высоких результатов.

Качество приобретенных знаний проверяется в течение года, для этой цели проводится два раза в год мониторинг достижения ребенком планируемых результатов освоения программы. Кроме этого результат отслеживается в участии в мероприятиях детского сада, в концертах, фестивалях, конкурсах.

Условия реализации программы.

Для успешной реализации программы должны способствовать различные виды групповой и индивидуальной работы: практические занятия, творческие отчеты, участие в конкурсах, фестивалях, посещение концертов других коллективов и т.д. Кроме того, необходимы следующие средства обучения:

- Светлый и просторный зал.

- Музыкальная аппаратура.
- Тренировочная одежда и обувь.
- Сценические костюмы.
- Реквизит для танцев.

Методическое обеспечение программы.

С первых минут занятий очень важно заинтересовать детей, вызвать у них желание заниматься. Для этого следует тщательно продумать методические приемы, которые помогут решить поставленные задачи.

Прежде, чем заставить ребенка танцевать, нужно научить его красиво и осознанно двигаться под музыку, научить связывать музыку с движением. Для этого в занятия нужно включать простые, интересные упражнения, не вызывающие особых затруднений для их восприятия и исполнения. Движения показывает педагог. Надо следить, чтобы дети не повторяли сразу за педагогом, а внимательно следили за его исполнением. Обучение движению начинается с его названия, показа, объяснения техники. Это необходимо для создания зрительного образа и последующего осмысления движений. Все новые движения необходимо изучать в «чистом» виде. Если движение трудное и достичь его правильного исполнения сразу нельзя, то изучают сначала элементы, подготовительные упражнения. Систематическое повторение одного упражнения значительное число раз позволит добиться лучшей техники исполнения. Но нужно помнить, что нельзя долго задерживать внимание детей на одном упражнении, занятие не должно быть моторным. Нужно разнообразить задания, чтобы они всегда оставались занимательными для воспитанников. Для обучения танцам детей дошкольного возраста необходимо использовать игру. «Дети должны жить в мире красоты, игры, сказки, музыки, фантазии, творчества», – писал Сухомлинский. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха, а о необходимости пронизать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом.

Игра должна быть средством достижения намеченной педагогической цели, требовать для своего осуществления волевых усилий, упорного труда. Тогда игра будет способом обучения воспитанника умению трудиться, и при этом даже рутинная, скучная для детей работа покажется интересной.

Кроме танцевальных элементов на занятиях кружка дети знакомятся с различными упражнениями связанные с отчетом ритма, что дает ребенку возможность безошибочно начать движение на указанную долю музыкального такта и развивает чувство музыкального ритма. Одним из самых слабых мест в исполнительской практике является невыразительность лица, поэтому с первого занятия нужно обращать внимание детей на активность мышц лица.

И поэтому для развития у детей выразительности, артистичности, фантазии следует включать в занятия музыкальные этюды и игры. Целесообразно включать в занятие импровизацию. В качестве музыкального оформления лучше выбирать доступные для восприятия детей произведения. Они должны быть разнообразными и качественными. Музыка подбирается к каждой части занятия, определяется ее структура, темп, ритмический рисунок, характер.

На протяжении всех занятий, особенно на их начальном этапах, очень важно следить за формированием правильной осанки детей. С этой целью рекомендуются задания на укрепление мышц спины.

Успешное решение поставленных задач на занятиях в объединении возможно только при использовании **педагогических принципов:**

- принцип доступности и индивидуальности (учет возрастных особенностей, возможностей ребенка, индивидуальный подход к каждому участнику кружка.)
- принцип постепенного повышения требований (выполнение ребенком все более трудных, новых заданий, постепенное увеличение объема и интенсивности нагрузок.)
- принцип систематичности (непрерывность, регулярность занятий.)
- игровой принцип (занятие строится на игре.)
- принцип сознательности, активности (сознательное, заинтересованное отношение ребенка к своим действиям.)
- принцип повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков.)
- принцип наглядности (практический показ движений.)

Учебно-тематический план

Месяц	Тема занятий	Кол-во часов
<u>Октябрь</u>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Введение, техника безопасности. 2. Разновидности стиля "Electro-boogie", стиль "waveing" (волны в кистях и руках), теория и практика. 3. Разминочные упражнения на все группы мышц. 4. Развитие устойчивости и координации. 5. Основы базовые движения Хип-Хопа 	9
<u>Ноябрь</u>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разминочные упражнения на опорно-двигательный аппарат, круговые вращения тела (голова, плечи, диафрагма, колени, кисти рук и т.д.). Растяжка. 2. Развитие пластичности в руках (элемент "волна из руки в руку"), разбор элемента по частям. 3. Развитие координации и устойчивости. 4. Элемент; "волна в теле" теория. 5. Закрепление пройденного материала. 	8
<u>Декабрь</u>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разминочные упражнения, растяжка наклоны и круговые вращения туловищем. 2. Волна в теле, волна в руках соединение комбинация. 3. Фиксация в руках, расслабление и напряжение мышц. 4. Координация развитие устойчивости, динамика движения. 5. Скольжения (Glade) назад, закрепление пройденного материала. 	8
<u>Январь</u>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разминка. Упражнения на опорный двигательный аппарат. Развитие устойчивости 2. Скольжение назад, разбор по элементам. Закрепление, отработка. 3. Соединение волн в руках со скольжением назад, теория и практика. 4. Волна по точкам (фиксация) из руки в руку 5. Закрепление комбинации: Волна в руках, волна в теле. 6. Основы Хип хопа. 	7

<p><u>Февраль</u></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Основные разминочные упражнения на все мышцы тела. Наклоны туловища. Круговые вращения; голова, плечи, локти, кисти, диафрагма; бедра, колени. 2. Комбинация: волна в руках, в теле с перемещением в сторону, динамика движений. 3. Скольжение (glide) в стороны, основные положения ног. Разбор скольжения по элементам: 4. Развитие устойчивости в ногах, координация 5. Повторение всего изученного материала. 6. Хаус. Базовые элементы 	<p>8</p>
<p><u>Март</u></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Растяжка, разминка. 2. Закрепление скольжений в стороны. 3. Волна сквозь тело, импровизация. 4. Ознакомление со стилем Робот, основные положения рук, и ног. 5. Фиксация в руках, расслабление и напряжение мышц. 6. Индивидуальная работа. 7. Постановочная комбинация в стиле Elektrik Boogie. 	<p>8</p>
<p><u>Апрель</u></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разминка упражнение на расслабление и напряжение мышц. 2. Разработка фиксации в руках. 3. Волна из руки в руку с фиксацией. 4. Пластика в руках, развитие пластичности. 5. Постановочная комбинация. 6. Закрепление. 	<p>8</p>